

Apple iPad *air*

Víc schopností. Víc barev.



Otevírání
aplikací, souborů
a export je rychlé.

5G

Možnost
komunikace
kdekoliv a kdykoliv.



Na splátky již od
509 Kč / měsíc

PONDĚLÍ 12. ZÁŘÍ 2022 Č. 175 • WWW.METRO.CZ

metro®

iWant

Apple
Premium
Reseller

Více na prodejnách
nebo na www.iWant.cz



9 771211 781002 22175

TIPY PRO ZDRAVÍ A POHODU

KOMERČNÍ SDĚLENÍ

Nervy na cucky? Vsaďte na konopí!

Máte nervy na dranc, drtí vás stres a rozčiluje každá maličkost? Ani spát už nemůžete? Hodte se do pohody aktivním konopím – 100% legálním a 100% bezpečným.

Konopí, dlouhá léta zavrhané pro psychotropní účinky, je totiž konečně možné využívat zcela legálně a bezpečně díky řadě Cannamediq. Unikátní doplněk stravy **Neuroregen** kombinuje konopí s L-tryptofanem a kozlíkem, který redukuje stres i podráždění a rychle vás hodí do pohody. Obsažená meduňka zase zlepší spánek i dobrou náladu. Pokud navíc trpíte na třesnutí hlavy, pomůže mu předcházet obsažená bacopa.



AKTIVNÍ KONOPÍ

Revoluční, maximálně účinné přípravky Cannamediq využívající aktivní konopí najdete ve své lékárně.



Už žádný zápach nohou ani bot

Na chodidlech se nachází nejvíce potních žláz celého těla. Pot je přirozenou reakcí, kterou se naše tělo snaží ochladit. To ale dává prostor bakteriím a plísním k rychlému množení a produkování plynů způsobujících známý syrový zápach nohou.

Řešení nabízí nový zdravotnický prostředek **CANEZIN spray** s antimykotickým a antibakteriálním účinkem. Široké spektrum aktivních látek účinně eliminuje bakterie, kvasinky a plísně na nohou i v obuvi. Tím omezuje nadměrné pocení a nepříjemný zápach nohou a obuv udržuje mikrobiálně čistou. Při pravidelném používání funguje Canezin také jako prevence proti opakovanému návratu infekce kůže v oblasti nohou a nehtů. Spray lze použít na nohy, ponožky i do obuvi. K dostání v lékárnách.



VINCENZ PRIESSNITZ zná recept na bolesti kloubů

Namáhavá práce, nesprávné držení těla, ale i nevhodně zvolený pohyb se na vašem každodenním fungování negativně podepisují. Dopřejte si zaručenou úlevu a regeneraci a vaše tělo již nebude déle strádat.

Užívejte si končící léto bez starostí o své namožené klouby díky přípravku **Priessnitz® Kloubní mazání De Luxe**. Ihned při první aplikaci pocítíte okamžitou úlevu, a to díky významnému obsahu boswellie, kafry, rozmarýny a Transmitteru. Právě Transmitter násobuje sílu těchto látek a prodlužuje jejich účinnost. Příjemný chladivý efekt pak zajišťuje přítomnost mentolu. Žádejte v lékárně.



DIAMizin Gurmar

ZABIJÁK CUKRU!



Jedním z největších strašáků dneška jsou totiž s nedostatkem inzulínu v těle, což obvykle bývá způsobeno obezitou, nezdravým životním stylem, nedostatkem pohybu a dědičností. Hledáte-li způsob, jak vyrovnat kolísající hladinu cukru v krvi, vsaďte na účinný přípravek z lékárny.

Vyzkoušejte **DIAMizin® Gurmar** – zabiják cukru, ověřený doplněk stravy, který **stabilizuje a udržuje hladinu cukru v krvi** a omezuje chuť na sladké. Přípravek obsahuje extrakt z rostliny Gymnema sylvestre. Její účinné látky, kyseliny gymnemové, přispívají k optimální hladině glukózy v krvi a snižují chuť na sladkosti. Napomáhají tak redukcii nadváhy.

NEJLEPŠÍ HEREČKOU JE CATE BLANCHETTOVÁ

BENÁTKY. ZTVÁRNILA DIRIGENTKU NĚMECKÉHO SYMFOŇÁKU STRANA 10



metro



Pondělí, 12. září 2022

Č. 175, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Marie

[mojemetro](https://www.instagram.com/mojemetro) | [denikmetro](https://www.facebook.com/denikmetro)

Pobyty u moře lákají i po konci prázdnin

Zájem. Češi nejvíce cestují na tureckou Riviéru, Rhodos nebo Krétu. **Podzim i zima.** Větší možnosti odletů do exotických destinací. **Rok 2022.** Na vzestupu jsou plavby, zájezdy vlakem nebo poznávací cesty STRANA 7



Rakev s královnou Alžbětou II., která ve věku 96 let zemřela ve čtvrtek, se vydala na poslední cestu z Balmoralu. Více o dění v Británii najdete na straně 10. AP



Učitelé musí vymyslet, jak naučit žáky zvládat stres

Nový obor well-being pomůže také s rozvojem emoční gramotnosti a vlastní identity.

Do škol míří wellbeing. Že nevíte, co to je? Nejste sami. Jak tento nový obor pojмутó tož netuší ani sami učitelé.

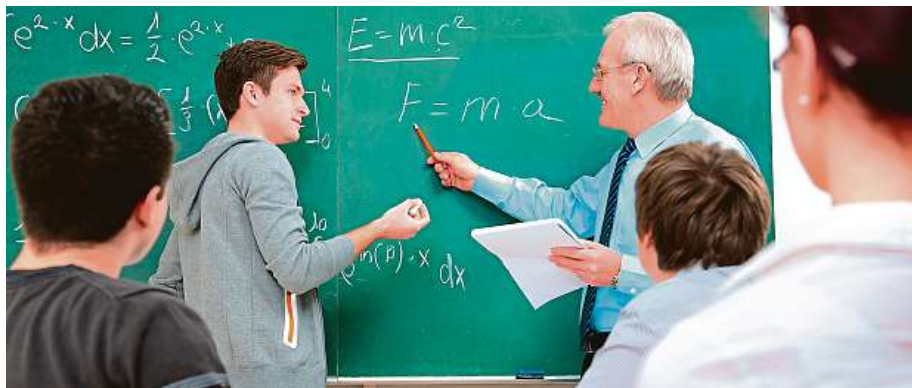
Péče o vlastní blaho

Pokud si slovo wellbeing vyhledáte ve slovníku, najdete jako český překlad slovo blahobyt. Něco na ten způsob by se měli školáci v rámci vzdělávání začít učit.

Wellbeing by jim měl pomoci se schopností pracovat se svými emocemi, naučit je udržovat respektující vztahy, rozpoznat své silné stránky, ovládnout proces plánování, naučit se řešit problémy a také zvládat stres.

Učitelé nyní stojí před úkolem, jak se k tomuto značně rozsáhlému tématu postavit a zahrnout ho do vyučování.

Správné nastavení a zavedení wellbeingu do výuky by mohlo pomoci i s nedostatkem dětských poradců, psychologů a terapeutů. Práci



Kantoři mají k dispozici novou metodiku s názvem 4R.

MAFRA

s emocemi navíc jistě ocení jak pocity nabití pubertáci, tak jejich rodiče i učitelé.

Škola jako stresor

Proč je důležité wellbeing učit už od útlého dětství? „Pro děti a dospívající je škola často největším stresorem, který jejich duševní stav zhoršuje,“ vysvětluje Markéta Čermáková, ředitelka ambulantiční kliniky NEO Centrum. „A nemusí to být nutně špatná škola – prostě je to prostředí, kde je vyšší tlak na výkon nejen v akademické, ale i v sociální oblasti,“ pokračuje Čermáková.

Během pandemie výrazně narostl počet duševních one-

mocnění jak dospělých, tak dětí a mladistvých. S novým školním rokem se po dvouměsíčním odpočinku od stresových faktorů kolotoč těchto obtíží nanovo rozjíždí. Přidejte k tomu tlak učitelů i rodičů na výkon, převzatý strach z vysokých cen energií, které na děti skrz jejich opatrovníky dopadá, nebo potíže se spolužáky. Uzlíček nervů, který neví, co si se zmatkem emocí počít, je na světě.

„Pro děti, dospívající a mladé dospělé je velmi důležité naučit se zacházet se svými pocity a prožitky. Umět zpracovat svoje emoce jinak než způsobem, který mi sice přinese úlevu, ale zároveň mi

ublíží, je věčné téma,“ doplňuje Čermáková.

Lepší start do života

Sociální a emoční dovednosti pomáhají žákům rozvíjet odolnost a schopnost zvládat změny, výzvy a nepředvídatelné události. Pokud se vzdělávání v této oblasti zaměřuje již na žáky prvních ročníků, může posílit jejich odolnost a pocit sounáležitosti se školou a spolužáky po celou dobu vzdělávání.

Jak ale zcela nový druh učiva do škol zavést? Pedagogům by měla pomoci metodika 4R, kterou připravila Česká odborná společnost pro inkluzivní vzdělávání (ČOSIV).

„Metodika 4R – Respekt, Rozmanitost, Rovnost a Resilience nabízí školám ucelený soubor aktivit pro žáky od prvních tříd základních škol až po poslední ročníky středních škol zaměřených například na rozvoj emoční gramotnosti, silné stránky osobnosti nebo poznávání vlastní identity,“ uvádí manažerka tohoto projektu Veronika Bačová.

„Tematických oblastí je celkem osm a prolínají se všemi ročníky,“ zmiňuje Bačová.

Metodiky učitelům pomohou otevírat i témata, která jsou ve školním prostředí relativně nová, například gender, pozitivní vnitřní dialog nebo vyhledání pomoci. S novým školním rokem se výuka wellbeingu začala pilotovat v různých typech škol v Praze a Mostě.

„Program 4R pomůže školákům, aby si do dospělosti odnesly důležité znalosti, dovednosti a postoje, které jim pomohou vést naplněný a spokojený život a úspěšně překonávat překážky, které je na jejich životní cestě mohou potkat. Uplynulé dva roky nám jasně ukázaly, že je to velmi potřebné,“ uzavírá předsedkyně ČOSIV Lenka Felcmanová. **VERONIKA REICHELTOVÁ**

INZERCE

OPEL

CROSSLAND COOL

IHNED K ODBĚRU / SE ZVÝHODNĚNÍM AŽ 70 000 Kč

- /// Klimatizace
- /// LED světlomety
- /// Zrcadlení navigace z telefonu



ZIMNÍ PNEU
ZDARMA

5 let
záruka

Kombinovaná spotřeba 4,5–6,4 l/100 km; emise CO₂ 118–143 g/km (WLTP).
Značková pětiletá záruka se skládá z dvouleté výrobní záruky a dále tříleté smluvní záruky Opel.
Zobrazovaný model je pouze ilustrativní.



OPEL



ZOO PRAHA - PETR HAMERNÍK

Z Rakouska dorazil gorilí samec Kisumu

Uplynulý víkend by se dal označit jako počátek nové éry. V sobotu v 1.05 ráno vyběhl z přepravního boxu do zázemí nového pavilonu goril samec Kisumu. V Zoo Praha se má stát vůdčím samcem zdejší rodinné skupiny. Kisumu se narodil 27. května 1997 v mnichovské Zoo Hellabrunn, kde ho odchovali jeho rodiče Sonja a Roututu. Odtud byl v roce 2004 přesunut do mládežnické skupiny rakouské Zoo Schmidling. V následujících dnech a týdnech bude Kisumu ještě oddělen od pražských samic a samce Ajabua. Za týden se však k němu připojí samice Duni, dcera slavné Moji. Ta byla vůbec první gorilou narozenou v Praze. Nový pavilon goril – Rezervace Dja – bude slavnostně otevřena 28. září. **MET**

Tři speciální várky ochutnáte pod komínem

Na Smíchově se z vás stane poradce sládky.

Přijďte oslavit letošní jubilejní desátý ročník Dnů českého piva na tradiční akci Výčep pod komínem. Zkušený výčepní budou čepovat perfektně ošetřenou novinku Staropramen 12, účastníci také budou moci hlasovat pro nejlepší pivo ze tří speciálních várek. Stanou se tak na několik hodin poradci sládky a budou moci vybrat nejlepší z uvařených vzorků.

Akce Dny českého piva oslavuje nejen náš národní nápoj, ale i českou pivní kulturu. Do oslav zlatavého moku se již tradičně zapojuje i smíchovský pivovar Staropramen, který ve čtvrtek 15. září otevře brány veřejnosti na oblíbené akci Výčep pod komínem. Chybět nebude dobře ošetřené pivo, občerstvení ani hudební doprovod.



Lidé se pod komínem sejdou už poněkolkáté. STAROPRAMEN

„Návštěvníci u vstupu dostanou hlasovací kartičku, se kterou budou moci zvolit svého favorita a tím hlasovat o nejoblíbenější pivo Výčepu pod komínem,“ zve na akci Adéla Škodová, brand manažerka značky Staropramen. Na čepu navíc nebude chybět letošní novinka – Staropramen 12 s vylepšenou recepturou. „Naše nová 12 si již stih-

la najít své příznivce a my se těšíme, že ji na Výčepu pod komínem bude moct ochutnat ještě více lidí,“ říká Jan Špaček, vrchní sládek pivovaru Staropramen a autor nové receptury.

Vstup pro veřejnost bude z ulice Svornosti. Více informací o akci naleznete na facebookové události Výčep pod komínem. **MET**



Moje první volba



**NABÍDKA
PLATÍ OD 12. 9.
DO 13. 9. 2022**



* Hrozny
růžové
dovoz Itálie
I. jakost
1 kg

-50%

69,90

34,90



MÜLLER MIX
Jogurt
tuk 3,6%-6,4%
různé druhy
130 g
(=100 g 9,93)

-35%

19,90

12,90



ORION
Studentská pečť
Naruby
mléčná
45 g
(=100 g 24,23)

-35%

16,90

10,90



BIRELL
Osvěžující
nealkoholický
nápoj z piva
různé druhy
Max. 48 kusů
na osobu/den
0,5 l plech
(=1 | 29,80)

-25%

19,90

14,90

* Tato cenová nabídka neplatí pro prodejny Ostrov, Praha-Čestice, Praha-Hloubětín, Praha-Palmovka.

Revizorský odznak je k mání za 12 tisíc korun

„Prosím vás, jdu správně na sběratele?“ ptá se u stánku metra starší paní. Touha shromážďovat a kochat se sbírkami je vlastní všem věkovým kategoriím.

Burzy, veletrhy, klubová setkání. Tam všude narazíte na lidi, kteří mají pro mnohé z nás punc podivínů. Jenže jejich nekonečné sbírky představují i desetiletí usilovného soustředování věcí, jež, pokud mají systém a jsou unikátní, představují často obrovské bohatství. Ne-li peněžní, tak jsou odrazem doby.

I to mohl pocítit každý, kdo uplynulý víkend neváhal a jel do Prahy na již tradiční veletrh Sběratel v letňanském areálu. Ten funguje už dobré čtvrtstoletí. Nenajdete

na něm samozřejmě všechno, převládají známky, mince, bankovky, ale narazíte i na stánky minerálů, příležitostných razítek České pošty, starožitnosti, plakáty, pohlednice a dopisnice. Ale také na klasické vinylové hudební nosiče. Majitelé sbírek pivních táček či obdobných kuriozit mívají vlastní specializovaná setkání.

Na českých půdách se povalují desítky miliard

„Já osobně sbírám staré pohlednice a taky historické dózy na kokain nebo hašiš,“ říká Marie, majitelka starožitnictví z Doksan, která je pravidelnou účastnicí veletrhu. Na stánku vystavuje i větší artefakty, například dětské pokojíčky z 19. století nebo předchůdce gramofonu ze stejné doby. „To už je ale pro sběratele specializované na objemnější exponáty,“ upozorňuje.

Na českých půdách a ve sklepích i zastrčených almarách a šuplicích se podle

odborníků na numizmatiku „povahuje“ asi čtyřicet miliard zajímavostí, a to nejen mincí či vzácných bankovek, ale všeho, co je nebo by mohlo být středem zájmu seriózních i podivínských sběratelů. To, co je pro laika nepotřebným křámem, může jiný ocenit vysokou částkou.

Což dokládá debata u pultu, kde sběratel vystavuje kromě mincí i medaile a nejrůznější odznaky. „Jó, milej pane, jdete pozdě, teď už je jenom tenhle mírně poškrábaný revizor, ale měl jsem ještě dopoledne jeden téměř netknutý exemplář. Pokud na něj někde ještě narazíte, tak se se teď pohybuje kolem dvanácti tisíc korun,“ vysvětluje sběratel zájemci, který se mezitím pohledem dojíhá nad smaltovaným odznakem prvorepublikového revizora MHD.

Šmoulové a další poklady

„Čtyři stovky za pět postavíček?“ Muž kroutí hlavou nad ukázkami sběratelských ko-

lekcí v průhledných plastových krabičkách. Obyčejní šmoulové, ale z dávných devadesátých let, kdy je mámy kupovaly dětem ve známých čokoládových vajíčkách. „Tak to jsem vyhodil pěkných pár tisícovek, ne-li víc,“ drbe se muž na bradě, když mu majitelka vystavených kusů říká, že to přece mohl prodat.

„Samozřejmě, musíte si najít člověka, který má opravdový zájem a věnuje se tomu systematicky, někdy tyhle kousky končí u popelnice,“ uklidňuje zkušená sběratelka návštěvníka veletrhu.

Na sběratelský veletrh obvykle přijíždějí dvě stovky vystavovatelů, desetitisíce sběratelů i pouhých návštěvníků pak dorazí, aby se alespoň orientovali, co je na trhu. V Letňanech byste narazili hlavně na Čechy, ale své stánky zde rozbili i numizmatici, mineralogové nebo filatelisté z Polska, Kyrgyzstánu i Německa. Nechybí samozřejmě prodejci potřeb pro podobné sběratele. **PAVEL HRABICA**

Sběratelský ráj

200

Přes dvě stovky sběratelských oborů evidoval před rokem 1889 tehdejší Klub sběratelů kuriozit (KSK). Bylo v něm registrováno tisíc členů. Samostatný český klub sběratelů existuje od roku 1992.

1968

První historická burza KSK se odehrála 28. ledna 1968.

1777

Tolik modelů záchranářské techniky všeho druhu má sbírka Anatolie Truhláře ze Zdravotnické záchranné služby Královéhradeckého kraje.

Jubilejní

Letošní sběratelský veletrh má za sebou již 25 let existence. Letos se ho zúčastnil rekordní počet více než 200 vystavovatelů.

- Tahákem se v posledních letech stávají sběratelské eurobankovky o hodnotě 0 eur. Letos byla vydána bankovka skupiny Olympic. V předchozích letech se svého eura dočkali Karel Gott a Jiřina Bohdalová.
- Průměrně se přijde na veletrh podívat v posledních letech kolem deseti tisíc návštěvníků.
- Na rozdíl od doby před rokem 1989 většina sběratelů své sbírky doplňuje nákupem, zatímco kdysi získávali lidé exponáty spíše vzájemnou výměnou. **ČTK**



Peníze za babku



Plná hala nadšených sběratelů i pouhých čumilů



Hračky z kindervajíček

INZERCE



PerVia
Vodopropustný beton

Vodopropustný drenážní beton pro efektivní hospodaření s dešťovou vodou.

Vhodný k provádění povrchových vrstev vozovek, parkovišť, chodníků.

Pomáhá udržovat rovnováhu prostředí.

Podporuje přirozené čištění vody.

Propouští vláhu a vzduch ke kořenům rostlin.

V létě přirozeně ochlazuje okolní prostředí.

Nevyžaduje spádování.

Nevytváří kaluže.

V zimě zajišťuje vyšší bezpečnost komunikací díky rychlejšímu tání ledu.



NEŠETŘETE NA SOBĚ, ŠETŘETE PENÍZE

Se značkami Lidlů kupujete nejlepší kvalitu
za nejlepší cenu.

Jednoduše
levnější.
Jednoduše
Lidl.



Správná volba

Primární reflexy se dají odstranit

Prováděním cviků dostane mozek druhou šanci.

Bzučení větráku, hluk aut za okny, šum v kolektivu. To jsou vjemy, které dokáže většina lidí odfiltrovat a nevnímat. Avšak část populace potlačit nespočet okolních vjemů neumí.

Patří k nim děti a dospělí s poruchami autistického spektra, pozornosti, dysfázie (vývoj řeči – pozn. redakce) nebo poruchami učení. Tito lidé vnímají úplně vše a neustálými podněty jsou přetížení. Takový tlak na smysly může vyústit v hyperaktivitu, projevy agrese nebo naopak uzavření se do sebe.

Podle odborníků z centra speciální pedagogické podpory Kouzelen se tak děje z důvodu přetrvávajících primárních reflexů. Pokud se tato vývojová vada podchytí včas během dětství, je šance na zlepšení.

Když mozek hledá okliku

Primární reflexy jsou automatické pohyby a souhry



Hyperaktivní dítě MAFRA

těla, které hrají důležitou roli v prvních týdnech života – navádí dítě při porodu, patří k nim také třeba sací reflex.

„Když se kupříkladu novorozenec na něco podívá, zkouší zvednout hlavičku a celé tělo je v akci, to jsou primární reflexy. Mozek při pohybu vysílá do organismu signály, kterými ho ovlivňuje a ovládá a sám se přitom vyvíjí a učí,“ říká za Kouzelen speciální pedagožka Denisa Bodečková. Problém však nastává, pokud se mozek vydá hledat zkratky a určitou vývojovou fázi přeskochí.

Mezi třetím a čtvrtým rokem by měly zmíněné primární reflexy vymizet, nahrazení je takzvané přechodné a postulární reflexy.

Může se však stát, že dítě některou z vývojových fází přeskochí, například lezení. V takovou chvíli by rodiče měli zpozornět, jedná se totiž o varovný signál, že si mozek našel náhradní způsob, jak se dostat do stoje.

Přeskočením jedné fáze však nedošlo k potlačení primárních reflexů, naopak se vybudovala oklika, která má vliv na další vývoj.

Řeč a pohyb jako plody

Aby bylo vše v pořádku, je potřeba projít všemi fázemi růstu. „Vývoj dítěte si můžeme představit jako strom, jehož kořeny spočívají v narození a okamžicích po něm,“ popisuje problematiku speciální pedagožka a fyzioterapeutka Marja Volemanová.

„Správný psychomotorický vývoj tvoří kmen a větve, koruna je výsledkem spolupráce mozkových hemisfér

a smyslových a emocionálních schopností,“ vyjmenovává Volemanová. „Se školními dovednostmi, řečí, správným držetím těla a koordinací pohybů sklízíme plody našeho stromu. Pokud nemá pevné kořeny, nemůže správně růst,“ dodává Volemanová.

U dětí, které potíže s řečí, držetím těla, precitlivělostí na světlo či zvuky nebo problémy s koordinací, pravděpodobně stále vládnou primární reflexy. Čím dříve se tato vada podchytí, tím je podle odborníků větší šance na zlepšení.

Pravidelné cvičení a dávka trpělivosti

Pokud rodiče u svých ratolestí v předškolním věku žádnou nedokonalost nezaznamenají, ještě nemusí mít vyhráno.

„Problém se projevuje nejpozději s nástupem do školy, kdy se po dětech začne vyžadovat soustředění a klid ve školní lavici,“ upozorňuje Bodečková.

Co tedy mohou rodiče pro své potomky udělat? Odpovědí je takzvaná neurovývojová stimulace, která napodobuje pohyb vyvolaný primárními reflexy u šesti až devítiměsíčního dítěte.

„Tím dáváme mozku druhou šanci, aby se naučil správně kontrolovat fungování těla,“ vysvětluje proces Bodečková. „Cviky zaberou několik minut, rodiče si je snadno osvojí, ale musí se provádět pravidelně každý den,“ nabádá Bodečková a doplňuje, že tato forma psychomotorické terapie je vhodná pro děti od čtyř let, pomůže i školákům. **VERONIKA REICHELTOVÁ**



Z fasád mizí písmena z loga

Poslední dobou jste si mohli na různých prodejnách Hornbachu všimnout chybějících písmen v hlavním logu. Celou věc řetězec prověřuje a prosí o pomoc při pátrání. Během noci se písmena ztratila z fasády hned na pěti různých prodejnách. „Vážení zákazníci, prosíme vás o spolupráci! Již několik dní nám chybí písmena na našich fasádách. Pozadí incidentů už prověřují příslušné úřady. Máte-li k této situaci nějaké informace či podněty, předejte je prosím na našich informacích nebo napište,“ vyzývá společnost. Zástupci Hornbachu nestandardní situaci přiblížili takto: „Písmena chybí různá, nejedná se pouze o jedno písmeno. Celá věc se aktuálně prověřuje a pracujeme i se záznamy z našich kamerových systémů.“ Pro představu například v Praze Chuchli zmizely znaky A, H v Ostravě chybí O a v Plzni postrádají písmeno H. **PR**



INZERCE

7 věží, 1 000 pohledů

**Pokochejte se výhledem
a jed'te se slevou.**

Se vstupenkou z jedné z našich věží získáte slevu na jízdu historickou tramvají. Seznam věží a trasu historické tramvaje najdete na vprazejakodoma.cz.



praha

PRAHA
PRAHA
PRAHA
PRAHA

prague
city tourism

kudyznudy.cz
CzechTourism

Výjimečná sezona stále jede. Skokanem roku je Turecko

Čechům moře opravdu chybělo. Po letech plných omezení je o dovolené obří zájem.

Podle ročního období je sice už podzim, Češi ale stále jezdí na letní dovolené. Po dvou letech koronavirových restrikcí zájem o pobyty u moře láme rekordy. A to i po prázdninách. „V prodeji jsou nyní last minute zájezdy také na září a říjen. Vzhledem k zájmu klientů jsme letos prodloužili sezonu na turecké Rivíere, na Rhodosu, Krétě i Kosu a přidali další odlety, takže si mohou Češi prodloužit léto,“ uvedla pro deník Metro Kateřina Pavlíková, mluvčí cestovní kanceláře Čedok. Podle ní jsou na podzim populární i Madeira

a Kanárské ostrovy – zejména kvůli kombinaci příjemného počasí a turistiky.

Rekordní zájem o zájezdy, a to i na podzimní termíny, letos sledují také v Exim Tours. „Jednak si lidé prodlužují léto a vyráží do destinací jako Řecko, Španělsko nebo Turecko a zároveň už klienti plánují a nakupují exotické dovolené v podzimním a zimním období. K dispozici mají letos mnohem větší možnosti odletů,“ uvedl pro Metro mluvčí CK Exim Tours Petr Kostka a dodal: „Do Spojených arabských emirátů budeme létat každý den, některé dny dokonce vícekrát, a nabídneme přímé lety jak do Dubaje, tak emirátu Ras al Khaimah.“

Obří zájem o dovolenou u moře cestovní kanceláře registrují už od začátku roku. „Letošní sezona pro nás byla rekordní. Na špici zájmu se držely prověřené destinace jako Řecko, Turecko, Španěl-



Citát

Přímo z Prahy mohou lidé letět na Zanzibar a od října startují poprvé v historii lety na Madagaskar.

KATEŘINA PAVLÍKOVÁ, CK ČEDOK

sko nebo Egypt a Spojené arabské emiráty,“ uvedl pro deník Metro mluvčí cestovní skupiny Fischer Jan Bezděk. „Pokud bychom se na nejoblíbenější destinace podívali pohledem posled-



Citát

Letošní sezona překvapila průběhem prodeje, který byl úplně jiný než v dřívějších sezonách.

JAN BEZDĚK, CK FISCHER

ních dvou sezon, největším skokanem bylo Turecko, kam se dva předchozí roky kvůli covidu téměř nejezdilo, ale letos se znovu zařadilo na pozici jedné z nejoblíbenějších destinací,“ dodal.

Značný zájem o Turecko potvrzují také cestovní kanceláře Čedok a Exim Tours. „Důvodem je i fakt, že v poměru cena : výkon Turecko jen těžko hledá konkurenci,“ vysvětlil Metru Kostka.

Podle Jana Bezděka z cestovní skupiny Fischer je letošní rok unikátní i v tom, kdy si lidé zájezdy zamlouvali. „Po tradičně velmi silných měsících lednu a únoru se zájem nezastavil ani v dříve prodejně klidnějších měsících jako březen nebo duben. V tomto období naopak zájem rostl ve stovkách procent ve srovnání s předchozími lety,“ popsal Bezděk.

Podle Kateřiny Pavlíkové z Čedoku má letošní sezona ještě jednu zvláštnost. „Češi volí také netypické dovolené, jako jsou plavby, zájezdy vlakem nebo kombinují odpočinek u moře s poznáváním dalších míst, láká je i exotika,“ uvedla Pavlíková. **MAREK HÝŘ**

INZERCE

STYL,

KTERÝ PŘINÁŠÍ NOVÝ
POHLED



PRO TELEFONY
SE CHODÍ K NÁM

SAMSUNG Galaxy Z Flip4 128 GB

15 499,-

S TARIFEM
NEOMEZENĚ 5G XXL
S VÝHODOU



Platí do konce září při uzavření nebo prodloužení Účastnické smlouvy na tarif Neomezeně 5G XXL s výhodou na dva roky a jejím dodržení. Nabídka platí do vyprodání zásob. Více na www.t-mobile.cz/televony





WWW.EXEKUCESUMPERK.CZ

DRAŽBY NEMOVITOSTÍ

Mgr. Marcel Kubis, Exekutorský úřad Šumperk



VYVOLÁVACÍ
CENA
23 340,-

Dražba podílu id. 1/4 garáže v Habartově, okres Sokolov

Jedná se o přízemní, zděnou, nepodsklepenou garáž pod mírnou pultovou střechou krytou vlnitým eternitem. Objekt je situovaný v zastavěné, okrajové části města Habartov, v řadové zástavbě jako řadový vnitřní. Pozemek leží v rovinném terénu a je přístupný po veřejné, zpevněné a následně nezpevněné komunikaci, která je ve vlastnictví obce. Zpevněná komunikace se nachází ve vzdálenosti cca 4 m.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.okdrazby.cz dne 22. 9. 2022.



VYVOLÁVACÍ
CENA
76 667,-

Dražba podílu id. 1/2 na pozemku (zahradu se stavbou rod. rekreace) v obci Chotěmice, okres Tábor

Jedná se o dražbu spoluvlastnického podílu o velikosti id. 1/2 na pozemku parc.č. 1821 – zahrada, o výměře 1.535 m², v k.ú. a obci Chotěmice, okres Tábor. Pozemek je situován v mírně sklonitém terénu s přístupem po nezpevněné, veřejné komunikaci. Zpevněná komunikace se nachází ve vzdálenosti cca 80 m od pozemku. Na pozemku se nachází objekt, který není předmětem evidence v KN. Jedná se o přízemní neevidovaný objekt rodinné rekreace ze smíšeného zdiva (část zděná z CP a tvárnice a část dřevěná) s využitím podkrovím pod sedlovou střechou. Objekt je napojen na IS: elektro. Vnitřní dispozice objektu nebyla zjištěna. Původní stáří objektu je dle dostupných podkladových materiálů přes 30 roků. Celkový technický stav a údržbu lze ke dni ocenění uvažovat jako stavbu v dobrém stavu s pravidelnou údržbou.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 27. 9. 2022.



VYVOLÁVACÍ
CENA
1 446 700,-

Dražba bytové jednotky o velikosti 3+1 v obci Vsetín

Jedná se o dražbu bytové jednotky č. 63/8 v budově č.p. 63, na pozemku parc.č. 774, včetně spoluvlastnického podílu ke společným částem domu a pozemku, v obci Vsetín na ulici MUDr. Františka Sovy, která se nachází ve II. nadzemním podlaží panelového, podsklepeného, typového, bytového domu celkem s osmi nadzemními podlažními. Objekt je vybaven osobním výtahem. Bytový dům je napojen na elektro, veřejný vodovodní řad, hloubkovou kanalizaci a plynové vedení. Objekt byl pravděpodobně původně postaven před více jak 40 lety. V roce 2008 bylo provedeno zateplení objektu a výměna původních oken za nová včetně parapetů. V roce 2011 byl pořízen nový výtah. Bytová jednotka je dispozičně řešena jako 3+1 s kompletním sociálním zázemím. Vytápění jednotky je ústřední s dálkovým zdrojem.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.okdrazby.cz dne 29. 9. 2022.



VYVOLÁVACÍ
CENA
12 713 334,-

Dražba agroturistického centra v obci Pavlíkov, okres Rakovník

Jedná se o dražbu agroturistického centra, tvořené souborem pozemků a budov, které se nachází v zastavěné části obce Pavlíkov, v místní části Skřivaň. Pozemky leží v mírně sklonitém terénu, tvoří jednotný funkční celek a jsou přístupné po veřejné, zpevněné komunikaci ve vlastnictví obce. Areal je napojen na IS: elektro, obecní vodovod, vlastní septik, vlastní studnu. V obci Pavlíkov nachází tyto IS: hloubková kanalizace. Předmětem dražby jsou objekty zámku, sýpky, stodoly a stáji z roku 1354, které prošly v roce 2016 kompletní modernizací. Předmětem dražby je dále objekt rodinného domu a garáží, které byly modernizovány v letech 2014-2015. Celková plocha celého centra činí cca 26.400 m².

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 29. 9. 2022.



VYVOLÁVACÍ
CENA
824 527,-

Dražba podílu id. 1/2 na RD s garáží a pozemky v obci Lazníky, okres Přerov

Jedná se o dražbu spoluvlastnického podílu o velikosti id. 1/2 na podsklepeném rodinném domě se dvěma nadzemními podlažními bez využitého podkroví pod sedlovou střechou. Objekt se nachází na adrese Lazníky 113, 751 25 Lazníky. Dům je napojen na IS: elektro, hloubková kanalizace, obecní vodovod a plynové vedení. Objekt sestává ze dvou bytových jednotek, každá o velikosti 3+1 kompletním soc. zařízením. Předmětem dražby je dále spoluvlastnický podíl o velikosti id. 1/2 na přízemní, nepodsklepené garáži pro jedno osobní vozidlo, a spoluvlastnický podíl o velikosti id. 1/2 k nemovitým věcem, a to pozemku parc.č. 220/1 – orná půda, o výměře 5.730 m², a parc.č. 573/18 – zahrada, o výměře 1.711 m², vše v k.ú. a obci Lazníky, okres Přerov.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 4. 10. 2022.



VYVOLÁVACÍ
CENA
316 667,-

Dražba podílu id. 2/10 na RD v obci Broumov, okres Náchod

Jedná se o dražbu spoluvlastnického podílu o velikosti id. 2/10 na zděném, částečně podsklepeném rodinném domě se dvěma nadzemními podlažními bez využitého podkroví pod mansardovou a pultovou střechou. Objekt se nachází na adrese Příkladcká 53, Poříčí, 550 01 Broumov. Dům je napojen na IS: elektro, hloubková kanalizace, obecní vodovod a plynové vedení (pouze HUP). Objekt sestává ze dvou bytových jednotek o velikosti 2+1 (I. NP) a 3+1 (II. NP), a dále z nebytových (komerčních) prostorů v I. NP. Původní stáří objektu je dle dostupných podkladových materiálů přes 80 roků. Celkový technický stav a údržbu lze ke dni ocenění uvažovat jako stavbu se zanedbanou údržbou (předpoklad provedení menších stavebních úprav).

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 5. 10. 2022.

Dražba podílu id. 1/48 pozemku v obci Březno, okres Mladá Boleslav vyvolávací cena 5 340,-

Jedná spoluvlastnický podíl o velikosti id. 1/48 k pozemku parc.č. 588/14 – orná půda, o výměře 9.291 m², v k.ú. Březno u Mladé Boleslavi, obec Březno, okres Mladá Boleslav, který je situován v severovýchodní části katastrálního území. Pozemek je situován v mírně sklonitém terénu s přístupem po nezpevněné, veřejné komunikaci, na pozemku ve vlastnictví kraje. Pozemek je zemědělsky obdělávaný a je součástí zemědělských honů. Dle platného územního plánu obce Březno je pozemek vedený jako: „NZ – plochy zemědělské“.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.okdrazby.cz dne 4. 10. 2022.

Dražba podílu id. 1/300 na lesním pozemku v obci Dolní Bečva, okres Vsetín vyvolávací cena 27 154,-

Jedná se o dražbu spoluvlastnického podílu o velikosti id. 1/300 na nemovitých věcech, a to pozemku parc.č. 2568/8 – lesní pozemek, o výměře 469.902 m², v k.ú. a obci Dolní Bečva, okres Vsetín. Pozemek se nachází severovýchodně od Dolní Bečvy v lokalitách katastru mzv. Horní Rozpítě, Kamenné a Polana. Pozemek je situován na krátkých prudších svazích a je dopravně zpřístupněn, resp. zdárně gravitačně situován s využitím vlastních lesních skládek (odvozních míst), s návazností na bytovou a chatovou výstavbu. Jednotlivá údolí spadají k drobným vodním tokům tvořící následně Horní rozpítkový potok. Podrobný popis draženého pozemku je patrný z ocenění.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 25. 10. 2022.

Dražba pozemků v obci Čihošť, okres Havlíčkův Brod vyvolávací cena 220 000,-

Jedná se o dražbu nemovitých věcí, a to pozemku parc.č. St. 23 – zastavěná plocha a nádvoří, o výměře 161 m², jehož součástí je stavba: bez čp/če, zem. stav. (betonový zemní sklep), a pozemku parc.č. 20/1 – zahrada, o výměře 559 m², vše v k.ú. Hlohov, obec Čihošť, okres Havlíčkův Brod, které jsou situovány v okrajové, zastavěné části obce, ve sklonitém terénu s přístupem po zpevněné, veřejné komunikaci. Na části pozemků se nachází náletové dřeviny plevelného charakteru. Dle vyjádření MÚ Světlá nad Sázavou, odbor stavebního úřadu a územního plánování, se pozemky nachází v zastavěném území v krajinně typu lesozemědělská harmonická a v krajinném rázu Chotěbořsko – Golčovojevíkovsko.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 8. 11. 2022.

Veškeré podrobné informace k jednotlivým dražbám (včetně znaleckého posudku, fotodokumentace a dražební vyhlášky) lze nalézt na výše uvedených dražebních portálech, kdy pro vyhledání použijte název dražby.

Máte doma nejedlíka? Začněte si místo nucení s jídlem hrát

Každý osmý školák hladoví, rodiče nemají na obědy.

Dokud nedojsíš, nepůjdeš ven. S tímto tlakem na jedení se setkala mnoho z nás – ať už ve školní jídelně, nebo přímo doma.

Důvody, proč se děti některým potravinám brání, mohou být různé. Někdy se za nimi mohou skrývat nezjištěné potravinové alergie a přirozená obrana těla taková jídla pozřít. Jindy to může ukazovat na včasné nezaučení chuťových pohárků na určitou skupinu potravin, často to bývají nejrůznější druhy zeleniny. Problém však může být i hluboko zakořeněný v mozku.

Proč nechce jíst?

Tak alespoň tři lžice – za maminku, za tatínka, za babičku. Zoufalí rodiče, kteří se snaží nakrmit své ratolesti, přecházejí z přemlouvání k výhrůzkám, prosbám, slibům. Jsou však případy, kdy nic z toho nefunguje.

Problémy s příjmem potravy a neschopností pozřít určitý typ surovin se objevuje často u dětí, které se narodí předčasně, jsou dlouhodobě krmeny sondou nebo mají poruchu autistického spektra. „Jídlo je pro takové děti příliš

takzvaně smyslově náročné,“ popisuje Dagmar Jurišová, která vytvořila program Nejedlíci pro děti od jednoho roku, jež nechtějí papat a čas jídla je pro ně i jejich rodiče stresující. Cílem programu je pomoci rodičům změnit přístup jejich dětí k jídlu.

„Smysly takových dětí jsou samy o sobě přetížené a příliš citlivé na nové, neznámé podněty. Typicky se podobný problém prvně objevuje při přechodu na pevnou stravu,“ říká Jurišová.

Místo příboru hračky

Rodičům Jurišová doporučuje zahodit lžice, nože a talíře a s potravinami si začít hrát. „Od srovnání potravin se v programu dostáváme k vařeným, ať už studeným, či teplým, a seznamujeme se s různou konzistencí,“ přibližuje proces Jurišová.

Děti se tak všemi smysly seznamují s průmyslově nezpracovanými potravinami a jejich mozek se učí jídlo akceptovat. Postupně také mizí vytvořený blok.

„Rodiče jsou občas nejistí metodou hry s jídlem z důvodu známého pořekadla, že se s jídlem nehraje,“ přitakává ergoterapeutka Jitka Ludvíčková, která učí děti jíst ve škole papání.

„Když si ale vysvětlíme psychologické benefity této metody, často se k řádění s jídlem přidávají a hrajeme si



Odborníci radí jídlo drtit, mixovat i házet.

KOUZELEN

všichni společně,“ vysvětluje Ludvíčková.

Trauma z potravin

Vše je však otázkou času a trpělivosti. Děti jídlo totiž neodmítají proto, že by byly rozmazlené a vybíravé, i když se takové případy také mohou najít, ale proto, že pro ně představuje trauma.

Mají-li poruchu autistického spektra, mohou vyžadovat pokrmy pouze jedné barvy nebo odmítat určitou konzistenci. Právě proto je potřeba dětem prezentovat suroviny v jiném kontextu než jako jídlo. Až si je dostatečně osahají, přestanou je vnímat jako nepřítel.

„Malým nejedlíkům je důležité poskytnout prostor, kde můžou s jídlem interagovat bez tlaku nebo předpokladu, že by dané jídlo měli ochutnat, nebo dokonce

jíst,“ pokračuje Ludvíčková a doplňuje, že hra je nejpřirozenější způsob, jak mohou malí strávníci navázat pozitivní vztah k jídlu. „Je to také zcela nezbytná součást procesu rozšíření jídelníčku,“ upřesňuje Ludvíčková.

Jak si začít hrát?

Co mohou nešťastní rodiče udělat hned? „Zamyslete se nad tím, jestli lžička, kterou dítě krmíte, není moc velká nebo tvrdá. Vyměňte ji za jiný krmicí nástroj,“ vybízí Jurišová. Podle ní je dobré nabídnout ratolestem jídlo v jiné formě, pomáhá také zapojení dětí do vaření, aby viděli, jak pokrmy vznikají.

Jedly by, ale není co

A pak je tu ještě druhá skupina dětí, která se však potýká s opačným problémem. Děti, které by jedly, ale nemo-

hou. Rodičů, kteří nemají dostatek financí na zaplacení obědů ve škole, vlivem celospolečenské krize neustále přibývá, a tak jsou někteří školáci celý den bez jídla.

Podle ředitelky nadační organizace Women for women Ivany Tykač hladoví každý osmý žák a jejich počet prudce roste. Pomoci se jim snaží projekt této organizace s názvem Obědy pro děti.

„Obáváme se tohoto školního roku. Řada rodin se potýká s úhradou drastických nedoplatků na zálohách. Děti, kterým jejich rodiče nebudou moci zaplatit školní obědy, proto na podzim razantně přibude,“ bojí se Tykač. Zvyšující se ceny energií se navíc promítají do veškeré výroby, a tudíž i do cen obědů.

„Každý den společně s učiteli vidíme, jak obrovské negativní dopady absence školního oběda má, a naopak jaké základy školní obědy umí vykonat,“ popisuje Tykač a dodává, že i třicet korun pomůže zaplatit teplý oběd jednomu žákovi.

„Děti díky tomu nepřijdou o své často jediné teplé jídlo denně a zůstanou v kolektivu svých spolužáků. Finanční dar má proto velký sociální efekt, který společnost potřebuje,“ zmiňuje Tykač.



VERONIKA REICHELTOVÁ
veronika.reicheltova@metro.cz

INZERCE

PŘIJĎ SI UŽÍT ZAŽÍT MĚSTO JINAK SPOLU S KAUFLANDEM

POTKÁME SE:

15. 9. Praha 6
komunitní zahrada
Vypich (u Kauflandu)

17. 9. Praha 5
Arbesovo náměstí

17. 9. Praha 7
Kamenická

17. 9. Praha 13
Nové Butovice

21. 9. Kladno
komunitní zahrada
Václavák
(u Kauflandu)

ZAŽÍT
MĚSTO
JINAK
bez náhrady

ZAŽITMESTOJINAK.CZ

Více informací o akci a dalších více než 120 ostatních lokalitách najdete na www.zazitmestojinak.cz

Rozhodují
činy.



Generální partner Zažít město jinak

Zesnulá královna se vydala na svou poslední cestu Skotskem

Pohřeb bude v pondělí 19. září, zúčastní se i jihokorejský prezident.

Smuteční kolona vezoucí rakev s královnou Alžbětou II. včera vyjela ze zámku Balmoral na Skotské vysočině na šestihodinovou cestu do paláce Holyroodhouse v hlavním městě Skotska Edinburghu. Královnou, která ve čtvrtek zemřela ve věku 96 let, na poslední cestě doprovází její dcera princezna Anne.

Do Londýna se vrátí letadlem

Kolona na 280 kilometrů dlouhé cestě do Edinburghu projela skotskými městy i vesnicemi včetně Aberdeenu, Dundee a Perthu.

Ve skotské metropoli projela starým městem po takzvané Královské míli i kolem bu-



Poctu vzdali lidé také v katedrále v Láhauru v Pákistánu. ČTK

dovy parlamentu, kde ji sledovala mimo jiné skotská premiérka Nicola Sturgeonová. Rakev bude umístěna v Trůním sále paláce Holyrood.

Během dneška bude rakev ve smutečním průvodu převezena do edinburské katedrály svatého Jiljí, kde se jí bude moci poklonit veřejnost, a zítřka ji letecky přepraví do Londýna.

Přípravy na smutek i korunovaci

Státní pohřeb královny Alžběty II. se uskuteční v londýnském Westminsterském opatství 19. září. Nový král Karel III. vyhlásil na ten den státní svátek. Očekává se, že panovníci do té doby přijdou vzdát hold miliony lidí.

S osobní ztrátou se musí nový panovník vypořádat

Co se musí po smrti panovnice Alžběty II. změnit?

Odchod panovnice přináší kromě truchlení také nutnost změnit bankovky, poštovní známky nebo hymnu.

- Každý panovník používá svůj královský znak, který zahrnuje jeho jméno a titul. Stávající znak ER, který je na vládních budovách, uniformách, státních dokumentech a na dalších předmětech spojených s monarchií, by se měl změnit na CR.

- Do oběhu se dostanou nové bankovky a mince s portrétem krále Karla III. Mince a bankovky s královnou Alžbětou II. se budou dál vydávat po zbytek letošního roku nebo možná i déle a budou platit.

- Královská pošta bude také muset vydat nové série známek s profilem krále Karla III., které nahradí stávající profil jeho matky.

před zraky veřejnosti. Včera byl na slavnostních ceremoniálech prohlášen hlavou Austrálie a Nového Zélandu, v pátek vystoupil s prvním veřejným projevem v nové roli. Slíbil v něm vykonávat svůj úřad s oddaností, respektem a láskou.

Datum korunovace zatím není známo, avšak může to být až za několik měsíců.

Australský premiér Anthony Albanese oznámil, že Austrálie bude za zesnulou královnu držet 22. září den smutku. Předtím se premiér společně s generálním guvernérem Davidem Hurleym zúčastní královnina pohřbu v Londýně. Na smuteční obřad má v plánu dorazit také jihokorejský prezident Jun Sok-jol. ČTK

Cate Blanchettová. Získala cenu pro nejlepší herečku

Hlavní cenu Zlatého lva si z letošního festivalu v Benátkách odváží dokumentární film americké režisérky Laura Poitrasové All the Beauty and the Bloodshed (Všechna ta krása a zabíjení), který pojednává o opiové aféře v USA. V celé 79 let dlouhé historii festivalu je to teprve podruhé, co hlavní cenu získal dokument.

Stříbrného lva za režii dostal Ital Luca Guadagnino za kanibalskou romanci Bones and All. Velkou cenu poroty získalo francouzské dra-



Laura Poitrasová ČTK

ma ze soudní síně Saint Omer režisérky Alice Diopové. Porota udělila i zvláštní ocenění, které obdržel vězně-

ný iránský režisér Džafar Panahí za snímek No Bears.

Cenu pro nejlepší herečku získala Cate Blanchettová za výkon ve filmu Tár amerického režiséra Todda Fielda, kde ztvárnila dirigentku německého symfonického orchestru, která se potýká s překážkami v prostředí, kde vládnou muži.

Volpího pohár pro nejlepšího herce porota udělila Colinu Farrellovi za roli v černé komedii The Banshees of Inisherin irského režiséra Martina McDonagha. ČTK



V Aleji odvahy v Kyjevě v pátek odhalili dvě tabulky věnované státníkům, mezi kterými je i předseda české vlády Petr Fiala nebo předseda polské vlády Mateusz Morawiecki (na snímku). Fiala i Morawiecki v prvních dnech po vpádu ruských vojsk navštívili Kyjev, aby odsoudili agresi a jednali s ukrajinskou stranou o tom, jak zemi podpořit. Kyjevu pak poskytly rozsáhlou vojenskou a humanitární pomoc. OFFICIAL WEBSITE OF THE PRESIDENT OF UKRAINE

Číslo dne

21

Včera si Američané připomínali 21. výročí teroristického útoku, který 11. září 2001 provedli příslušníci organizace al-Káida. Ti unesli komerční letadla i s pasažéry a posádkou, která následně narazila do věží Světového obchodního centra v New Yorku a Pentagonu. Čtvrté letadlo se zřítilo u města Shanksville v Pensylvánii. MET

Krátce

Odpojili jádro

V Záporožské jaderné elektrárně na Ukrajině byl odpojen poslední ze šesti reaktorů. Provoz elektrárny byl zcela zastaven. Mezinárodní agentura pro atomovou energii v sobotu upozornila na to, že kvůli přerušným dodávkám elektřiny byla situace v elektrárně riziková. ČTK

Jahody. Jsou hitem

Američané šílí po sladkých japonských jahodách od společnost Oishii Farm. Její zakladatel Hiroki Koga pěstuje japonskou odrůdu jahod nazývanou Omakase Berry na své kryté farmě na předměstí New Yorku.

Přestože balení, které obsahuje osm velkých jahod, stojí 20 dolarů (téměř 500 korun), farmu stále zaplavují objednávky od známých newyorských restaurací, kde chtějí

šťavnaté ovoce nabízet hostům. Velký zájem o ně je také v některých luxusnějších supermarktech na Manhattanu. Jahody z farmy Oishii se staly znakem postavení na sociálních sítích.

Koga říká, že si vybral odrůdu Omakase, protože je to podle něj nejchutnější odrůda, kterou lze nejnázne pěstovat na vertikální farmě. Než se pro ni rozhodl, posuzoval více než 20 různých druhů.

Jahody ve Spojených státech jsou zřídka sladké a čerstvé. Koga pochopil, že navzdory vysokému počtu vybraných restaurací a dostatečnému množství, kteří nemají hluboko do kapsy, nejsou v New Yorku chutné jahody k dostání, ani když za ně zaplatíte hodně peněz.

Uvědomil si, že kdyby zde prodával japonské jahody, bylo by to dle jeho slov jako prodávat vodu na poušti. ČTK



Bolestí se nemůžete hnout? Hrozí vám operace? Tohle Vám pomůže!



Zázračný přípravek špitálních bratří léčí klouby už za 76 h!

Postaví na nohy i beznadějné případy.

Výjimečný přípravek, který vytvořil otec Albert z Jeruzaléma, zachraňuje před pokročilou bolestí kolien, zad, ramen a loktu. Nenahraditelná při zlomeninách, jedinečná na degenerativní změny - silný mix v kapslích už po 3 dnech zlepšuje klouby, svaly a šlachy dokonce i u lidí, které zklamaly všechny ostatní metody. Chcete získat pohyblivost bez berlí, injekcí proti bolesti a stabilizátoru? Jen vy můžete vyzkoušet tento nezvyklý přípravek ZDARMA.



NOVINKA
Nyní je výtažek
v pohodlných
kapslích!

Zázrak, který okamžitě zmírní nejhorší bolest

Skvělá novina: po 108 letech byl znovu vyroben přípravek podle tohoto nezvyklého receptu, který funguje lépe než všechny současné prostředky proti bolesti, regeneruje páteř a obnovuje plnou sílu rukou a nohou. Výjimečný přípravek na klouby, který vyrobil špitální bratr Albert z Jeruzaléma, zkusilo už víc než 1,5 milionu lidí! Každý z nich hovoří o skutečném zázraku:

- Loupaní v kolenou zmizí beze stopy za 24 minut
- Nohy a ruce se opět stanou pružné a pohyblivé
- Žáda se narovnájí a jsou silná jako u 20letého člověka
- Příznaky ischiasu ustupují po 3 dnech

Klouby získávají pohyblivost, i když byly zničeny z více než 90 %.

Účinnost tohoto přípravku šokuje lékaře

Dokonce i ti největší skeptici přiznávají, že už 1 dávka denně je může zachránit před invalidním vozíkem. Postižení z celého světa, kteří už si dali bezplatnou porci řádového receptu, posílají díky za znovu získanou sílu v končetinách, za možnost chodit bez bolesti po těžkých nehodách, za výrazné zbavení se artritidy a mnohaletých degenerativních změn.

I vy se můžete připojit do okruhu vyvolených a ZDARMA obdržet zázračný přípravek na klouby otce Alberta z Jeruzaléma. Vrátil pohyblivost stovkám tisíc lidí a jeho příběh je stejně neobvyklý jako jeho působení.

„Jedná se o přípravek, který vyháňá z kostí choroby“

Píše se rok 1911, úpatí hory Skopus v Jeruzalémě. Otec Albert, který tam bydlí, je špitální bratr, který proslulý bylínář. Dokáže nalézt léčivé byliny dokonce i v neúrodné, pouštní oblasti. Jednoho dne, při velmi vroucí modlitbě má otec Albert nezvyklé vidění. Ukáže se mu postava, z níž vyzařuje láska a dobro, a přikáže mu, aby si vzal všechny svoje lékařské knihy a vrátil se do Evropy.

„Najdeš tam rostliny, jejichž sílu 100krát zvýšíš a ony a tvoje budoucí mučednictví zachrání zdraví celých generací,“ řekne. Otec Alberto pochopil, že uslyšel hlas Páně a neodkladně se vydá na cestu. Po cestě učiní další objevy a na jejich základě nasbírá zvláštní druhy rostlin z 9 evropských zemí. Vytvoří z nich směs, která okamžitě odstraňuje drásavou, pálivou a bodavou bolest. Každý, kdo ji užije, se už po 3 dnech může volně pohybovat, i když roky chodil jenom holi nebo se nemohl narovnat!

Láskyplný dar otce Alberta z Jeruzaléma

Zvěsti o zázračné směsi se šíří stále dál, počty uzdravených lidí jdou do stovek. Ale pak vypukla válka. Poslední zprávy o otci Albertovi pocházejí z polní nemocnice na území dnešního Rumunska. Ranění vojáci a místní obyvatelé vzpomínají na velké nasazení a vynikající lékařské znalosti

obětavého mnicha. Ale po něm samotném zmizí jakékoliv stopy. Zmizí také směs, kterou léčil potřebné. Neobvyklý přípravek na klouby se vrací v roce 2022.

Předpis na nezvyklý přípravek, který obnovuje kloubní mazivo a obnovuje chrupavky se zázrakem našel při opravě kapličky v Karpatech. Ukázalo se, že přípravek, který byl na základě těch zápisů vyrobený, je 60x silnější než současné přípravky proti bolesti a přitom neomamuje, nedráždí žaludek, a co je nejdůležitější - účinně působí zánětlivé stavy v kloubech. A to bez ohledu na jejich příčinu!

I vy se můžete zbavit výrazné bolesti

Špitální mniši, kteří považují otce Alberta za svého patrona, na začátku roku 2022 obnovili výrobu přípravku. Potvrzují, že tento přípravek postaví na nohy 20 lidí denně a neúčinnější je v případě těch, kteří trpí nejvíc. Podle vůle otce Alberta chce řád vrátit funkční páteř a končetiny co největšímu počtu lidí. Do naší země byl poslán balík se 100 bezplatných balení přípravku na obnovu kloubů. Pokud chcete obdržet jedno z nich, dole na stránce naleznete kontakt:

Svědectví uzdravených směsí otce Alberta z Jeruzaléma

Vstal jsem z vozíku a zase můžu chodit!

Určitě vím, že to byl přípravek otce Alberta, který mi vrátil pohyblivost. Už po 1. dávce jsem zapomněl na to, co je to bolest, a po 3 dnech jsem zase mohl hýbat nohama. RTG vyšetření potvrdilo, že kyčel mám silnější než před nehodou.

Jiří, 57 let, Praha



Ruce pokroucené revmatismem se mi vrátily do normálu

Jednoho dne, jsem si začala povídat se sousedkou, co udělala, že už nemusí chodit o holi. Tehdy jsem se dozvěděla o směsi otce Alberta! Taky jsem ji užila a teď mám pocit, jako bych dostala nové ruce. Zdravé, šikovné, spolehlivé. Už navždy za to budu vděčná.

Marie, 69 let, Brno



Kúra otce Alberta z Jeruzaléma zachrání vaše klouby - zavolejte si pro ni!

Prvních 100 lidí kteří zavolají do 30.09.2022 obdrží 100% náhradu výrobce!



Zavolejte: 255 729 459

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

NEDEJ SE PODZIMNÍ AUŘE!

Postarej se o svoje zdraví a zdraví svých blízkých už teď!



INZERCE

S | Televize Seznam

Babičko vaří!

Souboj babiček o královnu českých kuchyní

DNES 20:15



Krátké

Koruna má pauzu

K pozastavení natáčení šesté řady i pozdržení produkce té páté se rozhodli tvůrci seriálu Koruna. Populární série popisuje život královny Alžběty II., která ve čtvrtek zemřela. Celá Velká Británie se chystá ke státnímu smutku. „Předpokládám, že přestaneme natáčet z důvodu vyjádření respektu,“ citoval web Deadline scenáristu Petera Morgana.

V divadle Ponec se už zase tančí

Svou 22. sezónu v sobotu zahájilo žižkovské divadlo Ponec, které se specializuje na taneční umění. Zájemci se mohli podívat na ukázky z připravovaných představení a také nahlédnout do nedaleké budovy Krenovka, kde vzniká nové umělecké centrum pro současné umění. **ČTK**

Německy mluvené filmy budou premiérově k vidění v Olomouci

Das Filmfest se v Česku koná už po šestnácté.

Nejnovější filmy z Německa, Rakouska a Švýcarska nabídnou v říjnu a listopadu filmovým fanouškům v Praze, Brně a nově také v Olomouci festival německy mluvených filmů Das Filmfest. Festival opět láká na výběr cenami ověřených a divácky úspěšných filmů od renomovaných tvůrců i debutantů. Pestrá dramaturgie potěší příznivce psychologických snímků, výpravných historických filmů, komedií i dokumentů.

V aktuální kinematografii všech tří zemí se odrážejí témata, která obecně rezonují současnou společností v celé Evropě: hledání vlastní identity, cesta za štěstím a láskou, ale také neschopnost navazo-



Snímek z filmu *Jízda na hraně* (Klammer) režiséra Andrease Schmieda

CHRISTOPH THANHOFFER

vat vztahy. Hned několik filmů si odbude na letošním festivalu svou českou distribuční premiéru, například mezinárodní koprodukční snímek Korzet (Corsage), který

festival zahájí, a film Srdeční záležitost (Liebesdings).

Své snímky na festivalu osobně představí celá řada filmových tvůrců. Například Anika Deckerová, jež na festi-

val přiveze komedii Srdeční záležitost (Liebesdings), která zaostří na život celebrit. Skutečnou hvězdu, legendárního rakouského lyžaře Franze Klammera, který triumfoval

Das Filmfest

Letošní 16. ročník proběhne od 20. do 26. října v pražských kinech Lucerna a Atlas, od 2. do 6. listopadu v Artu v Brně a od 1. do 11. listopadu i v Olomouci v sále Mozarteum Arcidiecézního muzea.

- Společně s kinem Ponrepo vzdá hold jedné z nejvýraznějších osobností německé kinematografie Raineru Werneru Fassbinderovi, od jehož předčasného úmrtí letos uplynulo 40 let.

- Přesný program bude na dasfilmfest.cz do konce září.

na OH 1976 v Innsbrucku a jehož úspěch stále fascinuje nejen sportovní svět, představí životopisný film s názvem *Jízda na hraně* (Klammer) režiséra Andrease Schmieda. **MEF**

První deska

Pavel Bobek se na přelomu 60. a 70. let reorientoval z původního autentického rock'n'rollu k popové muzice, ale silně vycházející z country kořenů. V tomto oboru dosáhl opravdového mistrovství důvěryhodně civilním zpěvem, výborným výběrem především amerických předloh a spoluprací s vynikajícími textaři. Jeho první album *Ved' mě dál, cesto má* je silnou sestavou povědomých melodií a stále platných textů. Jeho reedice teď na LP a CD vychází jako připomínka nedožitých pětadesátin. Bobek se narodil 16. září 1937. **SUPRAPHON**



Táborská setkání. Šermíři nebo Hrůza

Po dvou letech covidových omezení bude letos historický festival Táborská setkání v plnohodnotné podobě. Od 16. do 18. září nabídne průvody, rytířský turnaj, koncerty, tržičku, ohňostroj i videomapping. Mezi hlavní hudební hvězdy 31. ročníku patří Michal Hrůza a kapela Hrůzy, David Koller a Karel Kahovec. „Měla přijet také jedna běloruská kapela, ale nepřijede, protože je ve vězení – byli na demonstraci proti prezidentu Alexandru Lukašenkovi,“ vysvětlila vedoucí odbo-

ru kultury a cestovního ruchu Radka Šimková.

Předchozí dva ročníky byly kvůli covidu omezené a zdarma. Po dvou letech se bude opět platit, ale jen na Žižkově náměstí. Základní dvoudenní vstupné je 250 korun, na místě bude o stokrát dražší. Vstupenky lze koupit on-line. Děti do šesti let jdou zdarma. Dříve to platilo i pro děti do 12 let, ty mají letos oproti základní ceně vstupné o stokrát levnější. Novinkou je rodinná vstupenka, která se dá koupit pouze on-line. **ČTK**

Sudoku

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

Luštěnka

Doplňte do obrazce všechna slova.

3 – DRŤ, IVO, KOŠ, PES, ŘEK, ZLO

4 – DOLŮ, DŽOB, KŮRA, ORBA, ROUB, SPOR, VZOR

5 – ÁČKAŘ, ARŠÍK, LIPNO, ODSYP, SONDA, SVĚTA, VANDR

Z	Á	P	A	L						
K										
R										
O										
V										

INZERCE

Týdenní horoskop

12. 9. – 18. 9. 2022



BERAN

21. 3. – 20. 4.
Sice máte našetřené nějaké úspory a rozhodně nežijete ze dne na den, přesto pocítujete výrazné zdražování a chcete začít šetřit.



BÝK

21. 4. – 21. 5.
S mnohými příbuznými nesdííte podobné názory. Vy jste však tolerantní a nikomu do výchovy, stylu života a správy financí nemluvíte.



BLÍŽENCI

22. 5. – 21. 6.
V práci se na vás usměje štěstí. Ne že byste byli nějak nespokojeni, ale cítili jste, že za odvedenou práci nejste ohodnoceni.



RAK

22. 6. – 22. 7.
Máte nyní velké plány ohledně své budoucnosti. Nikdy se nenecháváte ovlivňovat okolím a přesně tak velkolepě vypadají i vaše vize.



LEV

23. 7. – 22. 8.
Dávejte si tento týden pozor na příliš lákavé nabídky pochybných obchodníků. Nikdy nevíte, jak by vás daný člověk mohl vypéct.



PANNA

23. 8. – 22. 9.
Jistá osoba využívá vaši dobrotu a pozve vás domů jen ve chvíli, kdy s něčím potřebuje pomoc. Doslova z vás vysává energii.



VÁHY

23. 9. – 23. 10.
V dlouhodobém vztahu vás to nebaví a máte pocit, že partner se vám jenom vysmívá. Nejde se mu vyhýbat stále dokola, promluďte si!



ŠTÍR

24. 10. – 22. 11.
Překvapíte sebe i okolí. Začali jste se změnou života a na svět kolem se díváte pozitivněji. Najednou jste tolerantnější a klidnější.



STŘELEČ

23. 11. – 21. 12.
Udělejte tento týden něco pro vaše zdraví. Vyrazte si s kamarády na víkend do hor nebo jen relaxujte na zahradě. Příroda je lék!



KOZOROH

22. 12. – 20. 1.
Nezadané Kozorohy může tento týden potkat velké překvapení. Obzvlášť akční jedince čeká záživný týden plný aktivit a flirtování.



VODNÁŘ

21. 1. – 20. 2.
Doufali jste, že se zvyšující se inflací, ale i praci přijde nějaké finanční zlepšení či odměna. Vedení se však stále k ničemu nemá.



RYBY

21. 2. – 20. 3.
Potkali jste tento týden skvělého jedince, který má kolem sebe zajímavou auru. Tato osoba je inspirativní a hodně vás toho naučila.

CIKÁNSKÉ KARTY
LÁSKA, PENÍZE, SEX, RODINA, DĚTI!

NAPIŠ KARTÁRCE NA ČÍSLO
904 30 55, KÓD 53AD A SVOU OTÁZKU
NEBO VOLEJ NA 906 70 30 35

MYSLÍ NA VÁS?
KARTY ZNAJÍ ODPOVĚĎ!

Stačí napsat SMS na číslo
904 30 55 s kódem 54AD a svůj
text nebo zavolat na 906 70 30 35

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



Teplotní rekordy: ↓ 4,0 °C (1936) ↑ 30,3 °C (2016)

Bio: ❤️ ❤️ ❤️

TV tipy

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>15.50 Na krok od nebe II</p> <p>16.45 Cestománie</p> <p>17.15 AZ-kviz</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 Případy 1. oddělení III (2/13)</p> <p>21.10 Reportéři ČT</p> <p>21.55 Legendy kriminalistiky 3</p> <p>22.25 Místo činu – Drážďany</p> <p>23.55 AZ-kviz</p> <p>00.35 Zkus mít vkus</p> <p>01.00 Chalupa je hra</p> <p>01.25 Z metropole, Týden v regionech</p> <p>01.50 Kalendárium</p>	<p>16.15 Život s Hitlerem (1/3)</p> <p>17.10 Letecké katastrofy</p> <p>17.55 Na cestě po severním Islandu</p> <p>18.20 Obří opravy</p> <p>19.10 Do divočiny! (1/8)</p> <p>19.30 Československý filmový týdeník 1972 (1426/2379)</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 8 dní, které stvořily Řím (2/8)</p> <p>20.55 Ztracené poklady Egypta</p> <p>21.40 V jiném těle (2/6)</p> <p>22.25 Zrodila se hvězda</p> <p>Romantické drama (USA, 1976)</p> <p>00.40 Ponorka II (1/8)</p> <p>01.40 Historie.cs</p>	<p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.30 Na lovu II</p> <p>18.25 Ulice (4321)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Specialisté (177)</p> <p>Batůžkáři. Krimiseriál (ČR, 2022)</p> <p>21.20 Specialisté (107)</p> <p>22.30 Kriminálka Las Vegas VII (12)</p> <p>23.25 Dr. House IV (5)</p> <p>00.20 Dr. House IV (6)</p> <p>01.15 Kriminálka Las Vegas VII (12)</p> <p>01.55 Comeback</p> <p>02.20 Střepiny</p> <p>02.45 Na lovu II</p> <p>03.45 Pojišťovna štěstí (10)</p>	<p>15.50 Policie v akci</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 Pálava (4)</p> <p>Tichá pošta. Komedialní seriál (ČR, 2022)</p> <p>21.30 Vinaři II (5)</p> <p>Strdinský batman. Komedialní seriál (ČR, 2015)</p> <p>22.40 Na Pavláška</p> <p>23.50 Ano, šéfe!</p> <p>01.05 Policie v akci</p> <p>02.00 Námořní vyšetřovací služba IX (2)</p> <p>03.00 Rizzoli & Isles: Vraždy na pitevně III (6)</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 Number One</p> <p>11.00 Óčko hity</p> <p>15.00 Best of MIRAI</p> <p>16.00 Novinky</p> <p>17.00 Óčko hity</p> <p>20.30 Over Drive</p> <p>20.35 Óčko hity</p> <p>21.30 Tattoo Fixers Extreme</p> <p>Krotitelé extrémně zfušovaných kérek</p> <p>22.00 Naked Attraction</p> <p>Seznámka na tělo</p> <p>22.30 Drive</p> <p>Nemainstreamová hudba, extrémní sporty, lifestyle</p> <p>23.00 Óčko flirt</p> <p>Proud klipů ve vzkyazy diváků</p> <p>Óčka</p>

PETR KUKAL

OKRESNÍ BÁSNÍK



Sloupek

HRA

Letos na jaře mě kamarád pozval k účasti na nějaké společenské hře. Moc jsem jí popravdě nerozuměl; poslední strategická hra, v které jsem byl opravdu dobrý, bylo večerníčkové pexeso. A tohle se ukázalo být ještě o dost komplikovanější. Předně to má dva levely. První se hraje v realitě, třeba jako Acitivity, kdy se snažíte pantomimicky předvést název filmu; až nakonec se to přesouvá na herní plán. Na rozdíl od Acitivity jsou tady ale různé role, což mi nepříjemně připomnělo devadesátkové letadlo: kapitán, první a druhý pilot a stevardi obvykle ještě vydělali, ale kdo seděl za křídlem, mohl v tom taky pěkně zahučet. Šel jsem do toho jen proto, že tady po mně nikdo žádné peníze nechtěl.

Každý hráč taky vystupuje pod nějakým nickem, asi jako

v Avataru. Já jsem si zvolil přezdívku Bášník. Přišlo mi to v pohodě, i když ostatní členové týmu se tomu smáli. To teda fakt nevím proč, já se zase mohl smát jejich nickům: projektový manažer, urbanistka, právník. Tsss. Kamarád,

co mě do hry pozval, k mému nicku ještě připsal „51 let, bez politické příslušnosti“ a pak jsme to odevzdali někam na ústředí. Ukázalo se totiž, že to hraje snad celé město. Jestli ne celý okres!

Každopádně to lidi hodně chytlo: dostali jsme trička s logem týmu a chodíme v nich na všelijaké tábory lidí; fotky kapitána a prvního a druhého pilota visí na každém plotě ve městě a příležitostně rozdáváme guláš. V pravidlech jsem se, upřímně řečeno, dávno ztratil, ale končí to kolem podzimní rovnodennosti nějakými piškvorkami. Jako nebylo to úplně špatné. Ale na druhou stranu: zlatý člověče.

Anketa

f Kšiltovka v místnosti. Hulvátství, či trend?



Petr Garden
21. století, normální.
Horší je čepice
při státní hymně!



Jaroslava Pitařová
Hulvátství,
které se považuje
za trend.



Jan Marek
Takové starosti
bych chtěl mít, to
by byl život.

@mojemetro



„Z Vyšehradu je nádherný pohled na Vltavu a v dále na Pražský hrad. Velmi známý pohled, ač se nikdy neokouká. V noci je nejkrásnější,“ píše na svém Instagramu naše čtenářka @fotonika_veronikapilarova. K fotce přidala hashtagy #prague, #city, #travel, a hlavně #mojemetro.

#METROTAG

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

Dopisy a vzkazy

Lavička

V naší ulici (Kodymova, Praha 13) na stanici MHD před domem s nájemníky tělesně postiženými stála lavička. Čekalo se na ní na spoj 168 do Motola (na Homolku) nebo na polikliniku Lípa (Butovice). V rámci reklamního přezbrojení lavička zmizela. Chápu, reklama jsou peníze, musí zůstat nějaké „tintily“ na důležité věci. (Třeba na betonové květináče. Už je všechny rozdali?) Jen tak mě napadlo, že je před volbami (dříve partaje rozdávaly guláš nebo koblihy a teď zorganizovaly zmizení lavičky – to by nenapadlo ani „Komanče“). Jen tak přemýšlím, jak jsou naše vláda, magistrát a zastupitelstvo připraveny na letošní zimu – jestli to zvládnou tak jako tu výměnu laviček, máme se na co těšit. A invalidé si na autobus jen chvíli postojí, vždyť mají času dost.

KAREL TROJAN, PRAHA 13

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

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

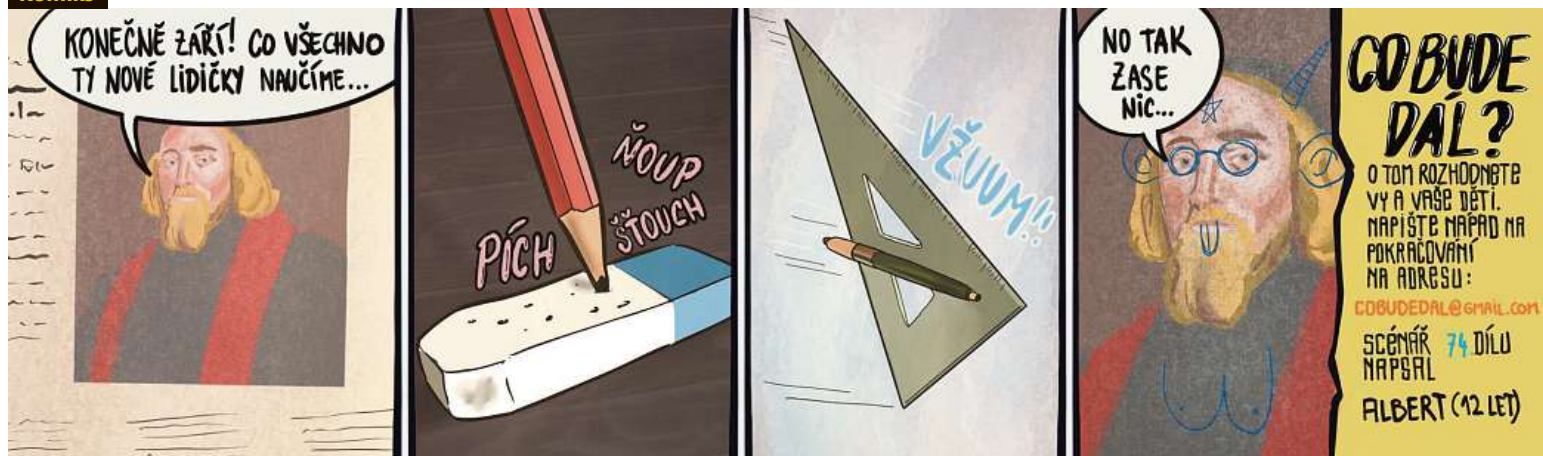
Řešení sudoku

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

Řešení luštěnky

VOSA

Komiks





Igráček je vojevůdce Žižka

Figurka Igráček prošla ve své novodobé historii řadou proměn. Ztvárňuje různá povolání, pohádkové postavy, sportovce, maskoty měst. Oblíbené se ale staly také postavičky ze speciální edice vzdávající hold významným českým osobnostem. Nejnovějším jejím přírůstkem je igráček v podobě Jana Žižky, který navazuje na igráčka Karla IV. a T. G. Masaryka. Děti si prostřednictvím těchto oblíbených figurek snáze zhmotní české dějiny, mohou se stát i milým suvenýrem pro zahraniční návštěvníky České republiky. Igráčka v roli významného husitského vojevůdce uvádí na trh český výrobce z Vysočiny v době, kdy téma Jana Žižky v kulturním světě rezonuje, a to nejen díky premiéře filmu Petra Jákla Jan Žižka.



Televize Seznam na podzim: Soutěžní cooking show s Pavlem Berkym, hudební soutěž s Honzou Dědkem a Moje místa Speciál s Romanem Vojtkem

Televize Seznam přichází na podzim s vlastním zábavným obsahem určeným pro všechny generace.

Od 12. září se mohou diváci každé pondělí těšit na cooking show Babičko, vař! s oblíbeným kuchařem

Pavlem Berkym, ve které se představí šestnáct babiček bojujících se svými recepty o titul té nejlepší kuchařky. Na své si přijdou i milovníci hudby, a to každou neděli od 18. září v novém hudebním soutěžním pořadu Jukebox Honzy Dědky, kde se proti sobě postaví celebrity se soutěžícími z řad diváků a budou hádat známé songy. Ve středu už tradičně odhalí Moje místa Speciál s Romanem Vojtkem

celebrit, nově je však doplní Moje místa Speciál s moderátory Romanem Vojtkem a Blankou Kubíkovou. Chybět nebudou ani populární české filmy s hvězdným hereckým obsazením a nová britská reality show Miluj svoji zahradu, která navazuje na divácky úspěšné Zahradní proměny. Z premiérových zahraničních seriálů se v programovém schématu objeví Profesor Tempes a Ztracený symbol.



ČNB

SVĚT PENĚŽ A EKONOMIKY PRO CELOU RODINU V NÁVŠTĚVNICKÉM CENTRU ČESKÉ NÁRODNÍ BANKY

📍 Budova ČNB v Praze v ulici na Příkopě

Česká televize **Český rozhlas**

GENERÁLNÍ MEDIÁLNÍ PARTNER HLAVNÍ MEDIÁLNÍ PARTNER

VSTUP ZDARMA

www.nc.cnb.cz

otevírací doba:
úť-pá: 9-17 h
so: 10-18 h

JIŽNÍ MORAVA. TGM, VÍNO A KOLA

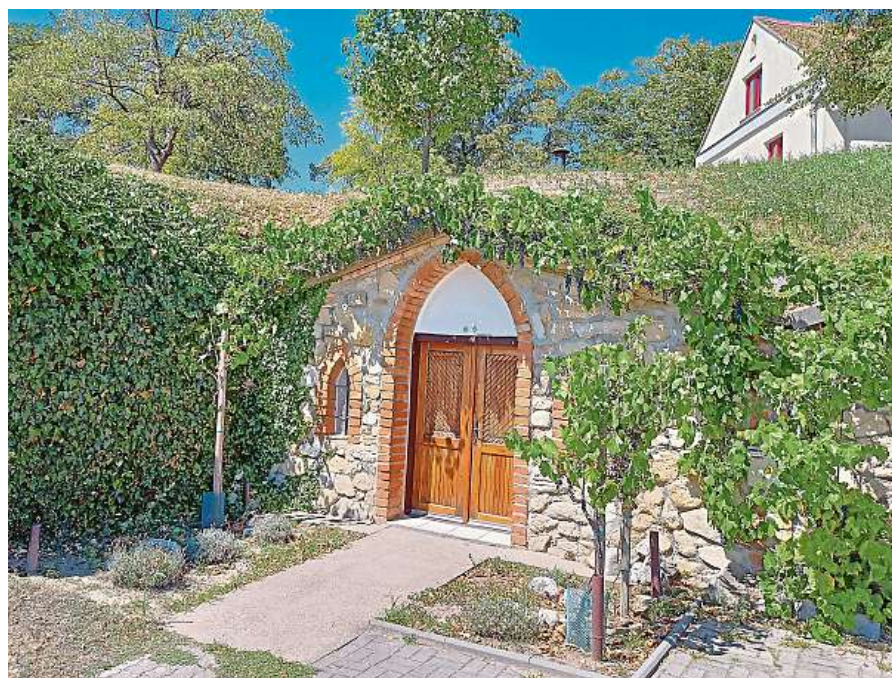


Hodonín. TGM na každém rohu
Lázeňské město Hodonín na jižní Moravě je rodiště zakladatele československého státu a prvního prezidenta T. G. Masaryka. Ve městě je mnoho památek, které tuto velkou osobnost a jeho život zde připomínají – například jeho socha či muzeum. To najdete v původně renesančním zámečku z 16. století přestavěném do barokní podoby. Mezi významné budovy města patří radnice ve stylu norimberské secese. Ve 12.00, 15.00 a 18.00 hodin si můžete poslechnout zvonkohru. Hodonínská Galerie výtvarného umění ve stylu secese spravuje sbírku českého umění 20. století. V srpnu se před ní každoročně koná i část krojovaných Svatovavřineckých hodů.



Mikulčice. Z hradiště na sousední Slovensko co by kamenem dohodil

Kolem Mikulčic, obce v srdci národopisné oblasti Podluží, se táhnou vinice, sady a lužní lesy. Na jejich okraji v 8. a 9. století stávalo rozlehlé opevněné hradiště, jedno z center Velké Moravy. Jde o nejrozsáhlejší slovanské archeologické naleziště v Čechách. Expozice představuje archeologické objevy i základy knížecího paláce a dvanácti kamenných kostelů. Skvělý výhled na celý areál umožňuje vyhlídková věž. Dohlédnete z ní také až na hraniční řeku Moravu, na jejímž druhém břehu leží Slovensko. Bývalé federální země jsou pár kilometrů od hradiště propojené lávkou pro pěší a cyklisty.



Vrbice. Vinný Hobitín pod kopcem

Nadšenci filmové trilogie Pán prstenů již nemusí jezdit na Nový Zéland, aby si prohlédli obydlí hobitů. Na jižní Moravě se nacházejí velmi podobné domky a ukrývají výborná moravská vína. Například v obci Vrbice najdete zajímavou soustavu vinných sklepů – Sklepní kolonii Pod Strážním kopcem. Sklepy, které byly vykutány do pískovce až v sedmi patrech nad sebou, návštěvníka upoutají kamennými vstupy s goticky lomenými oblouky. Nad vsí, hned vedle hřbitova z roku 1790, se vypíná kostelík sv. Jiljí z let 1913 až 1920 v pseudorománském slohu. Nyní se v obci nachází 130 hektarů vinic. Nejlepší jakosti dosahují odrůdy jako Neuburg, Vlašský ryzlink, Tramín nebo Müller. Obec Vrbice má ještě jedno nej – je nejvyšším místem celého okresu. Jinak je Břeclavsko rájem pro cyklisty, protože kopečky jsou zde vzácné. Za patrně nejkrásnější na Břeclavsku bývá považována cyklotrasa vedoucí Lednicko-valtickým areálem.

TEXT A FOTO: ŠIMON MERTA

Krátké

Plážový triumf bez zaváhání

Úřadující vicemistři Evropy v plážovém volejbalu Ondřej Perušič a David Schweiner se pro letošní rok rozloučili s českými fanoušky triumfem na novém turnaji v Havířově. Pátá dvojice světového žebříčku prošla Letním pohárem na koupališti Jindřich podle očekávání bez zaváhání. V této sezoně ještě zamíří na turnaj Pro Tour Elite 16 do dějiště olympijských her 2024 Paříže.

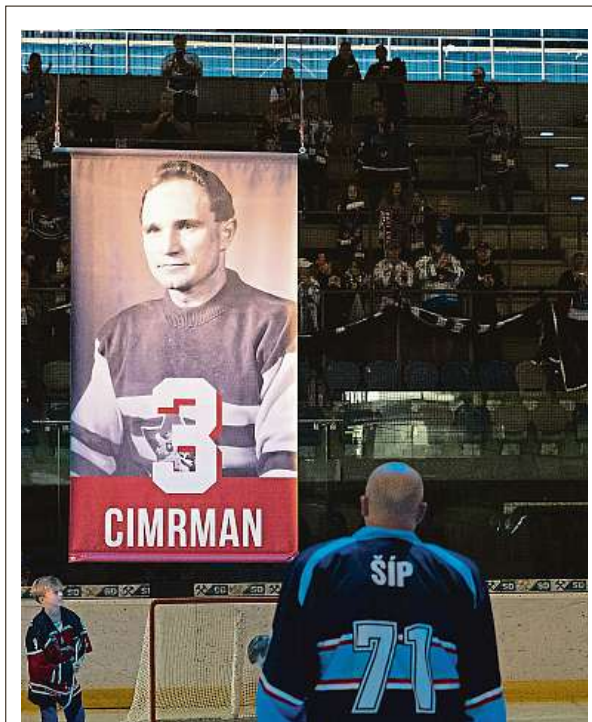
Další vítězství, obhajoba se blíží

Velkou cenu Itálie vozů formule 1 dojetou za safety carem vyhrál Max Verstappen z Red Bullu a po pátém triumfu za sebou se přiblížil obhajobě mistrovského titulu. Druhý byl Charles Leclerc z domácího Ferrari, třetí skončil George Russell z Mercedesu. **ČTK**



Titul získala Świąteková

Světová tenisová jednička Polka Iga Świąteková (na snímku) vyhrála poprvé US Open. Ve finále porazila Ons Džabúrovou z Tuniska. Získala třetí grandslamový titul v kariéře a letos druhý po Paříži. Sedmnáctiletá Češka Lucie Havlíčková slaví juniorský titul ve čtyřhře a vynahradila si zklamání z předchozí finálové porážky ve dvouhře. **AP**



Dal příjmení géniovi

I Jára Cimrman by zatleskal. Dres hokejisty, po kterém dostal fiktivní a univerzální český génius své příjmení, od soboty visí pod stropem chomutovské hokejové arény. Místní Piráti před výročním utkáním ocenili Otto Cimrmana, československého olympionika. Ceremoniál dojatě sledovali jeho syn a vnuk. **MAFRA**

Fotbalisté Sparty jsou v krizi

Plzeň vyválčila tři body na Hané.

Fotbalisté Plzně zvítězili v 8. kole první ligy v Olomouci 3:2. Západočeský obhájce titulu zůstal jediným neporaženým týmem v soutěži a před včerejší dohrávkou mezi Slavii a Českými Budějovicemi vedl neúplnou tabulku o tři body před sešivanými.

Za Plzeň dal na Hané první dva góly, z toho jeden z penalty, olomoucký odchovanec Tomáš Chory, za Sigmu po každé vyrovnal Mojmir Chytil. V 68. minutě pak rozhodl Milan Havel.

Viktoria v lize bodovala s Hanáky posedmnácté za sebou. Plzeň vyhrála posledních šest kol a vylepšila klubovou rekordní sérii v neporazitelnosti na 29 duelů nejvyšší soutěže.

Sparta v Teplicích neudržela dvougólové vedení. Skóre otevřel ve 12. minutě premiérovou brankou v české nejvyšší soutěži Jakub Jankto a ve 40. minutě zvýšil nejlepší střelec Pražanů Tomáš Čvančara. Domácí ale ve 42. minutě snížili zásluhou Abdallaha Gninga a v 83. minutě senegalský útočník druhou trefou srovnal na konečných 2:2. Spartáné tak v lize počtvrté za sebou nezvítězili.

Brno ve Zlíně potvrdilo, že se mu po postupu mezi elitu více daří venku. Skóre otevřel v 19. minutě Jakub Řezníček, který krátce po pauze zvýšil z penalty. Pak si dal vlastní gól domácí Joss Didiba. V závěru zkorigovali stav na 2:3 Jakub Janetzky a střídající Youba Dramé. Brněnský nováček vyhrál i třetí venkovní zápas ligové sezony. Zbrojovka má navíc k dobru utkání v Plzni. **ČTK**

Výsledky 8. kola

Olomouc–Plzeň	2:3
Zlín–Brno	2:3
Teplíce–Sparta	2:2
Ostrava–Pardubice	3:0
Bohemians–Liberec	0:2
Jablonec–Hradec K.	3:0
M. Boleslav–Slovácko	1:1
Slavia –České Budějovice	po uzávěrce

INZERCE

Číslo dne

7

Po úmrtí královny Alžběty II. se v Británii zastavil i sport. Z úcty k panovnici, která zemřela ve čtvrté ve věku 96 let, vedení Premier League odložilo kompletní vikendový program 7. kola.

2

Hokejový útočník Dominik Simon se po sedmi letech v NHL vrací do extraligy a je další posilou Sparty. Smlouvu s mateřským klubem podepsal na dvě sezony. **ČTK**

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

Auto-moto - poptávka

- Sbírám auta, motorky, trakory, voj. techniku, díly, vraky, technické průkazy, typové osvědčení, vybavení dílen, garáže vše do r 1990. Tel. 734843403



TVOJE DIGITÁLNÍ PENĚŽENKA S AKČNÍMI LETÁKY

MYŇI NA

Stáhnout v

PRO ZÍSKÁNÍ APLIKACE NASKENUJTE QR KÓD

NUMISMATICKÁ PREMIÉRA

Exkluzivní pamětní medaile oslavující 30. výročí vzniku České republiky

Exkluzivně:

Pamětní medaile 30. výročí vzniku České republiky ZDARMA

Důležité:

Bez jakýchkoliv dalších závazků

Objednejte zde:www.cesko-vyroci.cz, 810 50 50 20

30
LET
samostatnosti
ČESKÉ REPUBLIKY

Téma:

30. výročí vzniku České republiky

Distributor:

Národní Pokladnice

Limitace:

1 ks na osobu

Cena:

0 Kč (poštovné a balné ZDARMA)

LVÍ SILOU JIŽ 30 LET!

Oslavte 30. výročí vzniku České republiky medailí zdarma!



V průběhu staletí byl český lid podroben mnoha zkouškám v boji za svobodu a národní svébytnost. Poslední výzvu v podobě rozdělení Československa český národ před 30 lety zdárně zdolal a završil tak snahu našich předků o **vybudování hrdého samostatného českého státu.**

Abychom tento významný milník v dějinách naší mladé republiky náležitě uctili, nabízíme Vám unikátní pamětní medaili, kterou může každý z Vás **získat ZDARMA!** Nezmeškejte možnost vlastnit tuto jedinečnou upomínku na 30. výročí vzniku České republiky.

Neváhejte a využijte mimořádnou příležitost získat tuto originální pamětní medaili ZDARMA, bez jakýchkoliv dalších závazků. Poštovné a balné máte navíc také ZDARMA!

POZNÁMKA:	Při rezervaci prosím uveďte rezervační číslo
REZERVAČNÍ ČÍSLO:	72017011
CENA:	0 Kč (poštovné a balné ZDARMA)
DŮLEŽITÉ:	ZDARMA bez jakýchkoliv dalších závazků
ZPŮSOB REZERVACE:	www.cesko-vyroci.cz , 810 50 50 20

Nejrychlejší rezervace:

Internetový rezervační systém:

www.cesko-vyroci.cz

Telefonní rezervační linka:

810 50 50 20

Po-Pá 9:00-18:00, So-Ne 9:00-15:00

Modrá linka – voláte za běžnou cenu místního hovoru



Vzhledem k exkluzivitě nabídky a očekávanému velkému zájmu je možné objednat pouze **1 ks pamětní medaile** věnované 30. výročí vzniku České republiky. Nenechte si ujt tuto jedinečnou příležitost! Objednávka je bez jakýchkoliv dalších závazků.

Speciální nabídka je platná pouze 10 dní!

Avers:	Český dvouocasý lev s utrženými okovy stojící na břehu Vltavy s panoramatem Pražského hradu v pozadí, symbolických 30 let
Revers:	Svatováclavská koruna se znaky Čech, Moravy a Slezska
Průměr:	30 mm
Hmotnost:	11,9 g
Kov:	základní kov
Limitace:	1 ks na osobu



Internetový rezervační systém
www.cesko-vyroci.cz