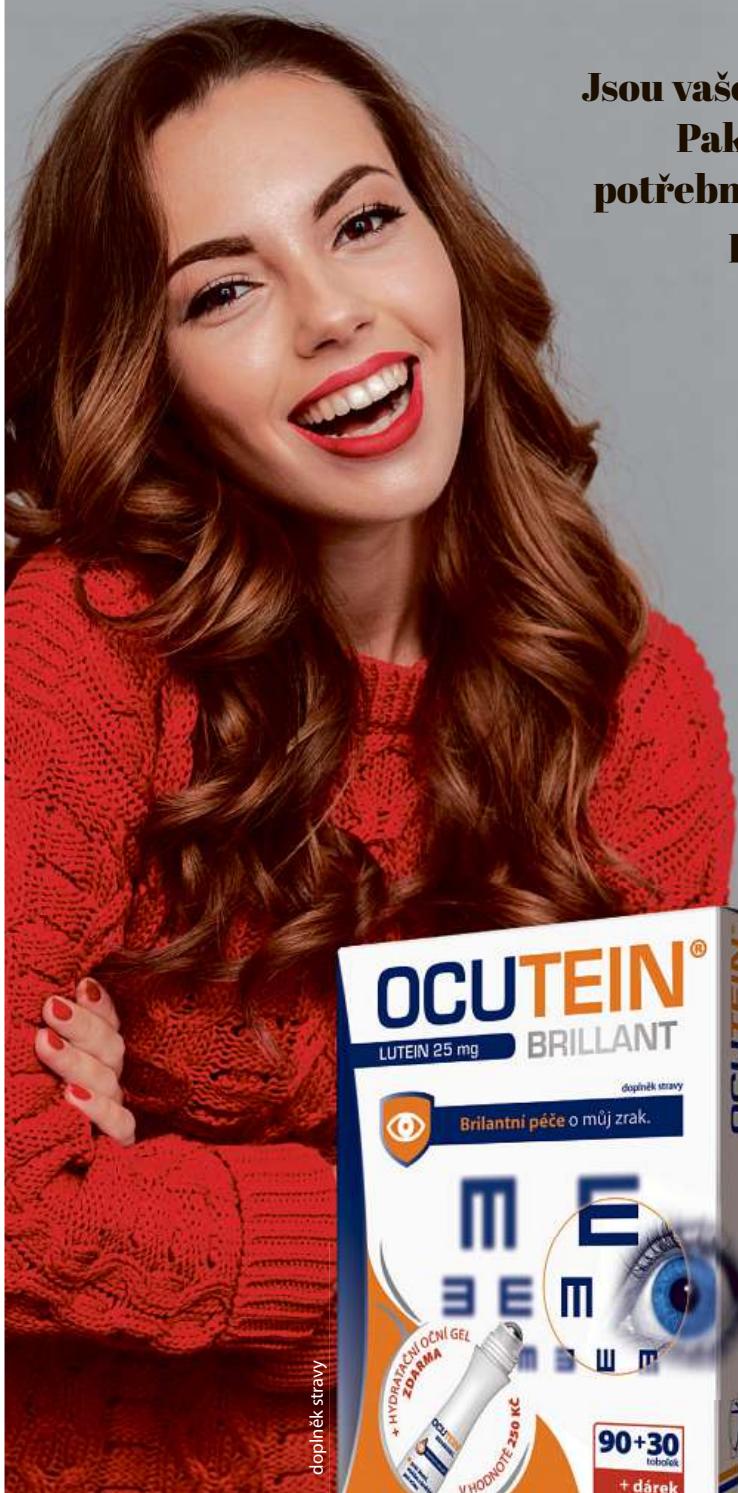


BRILLANTNÍ PÉČE O MŮJ ZRAK

metro®
PONDĚLÍ 12. PROSINCE 2022 Č. 234 • WWW.METRO.CZ

Jsou vaše oči stále častěji unavené?
Pak je vhodné začít doplňovat
potřebné látky, které jsou důležité
pro jejich správnou funkci.



*Z produktů řady Ocutein.

DÁREK PRO VÁS:
30 tobolek navíc +
OCUTEIN® SENSI GEL zdarma



nejsilnější dávka luteinu* – 25 mg
vitamin A přispívá k udržení normální kvality zraku
vyživuje unavené oči

www.ocutein.cz

Žádejte v lékárnách!

Barcode: 9771211781002
22234

Nejlepší přítel při bolesti zad!

- Konopné mazání **Thermolka** rychle a účinně ulevuje při potížích s namoženými svaly, ztuhlými klouby i při bolestech zad.
- Hřejivá Thermolka je vhodná nejen pro seniory a sportovce, ale i osoby trpící následky sedavého či fyzicky náročného zaměstnání.
- Díky konopí, jedli sibiřské a bylinám mazání účinně regeneruje a ulevuje od bolesti i ztuhlosti zad, svalů a kloubů.
- Hřejivá síla kapsaicinového extraktu navíc příjemně prohřeje a uvolní celý pohybový aparát.

Spolehlivý parták pro pohybový aparát!



Konopné mazání i náplasti značky Thermolka
jsou k dostání v lékárnách, zdravých výživách a na www.thermolka.cz.

SKVĚLÁ DAVIDOVÁ MÁ I BRONZ ZE STÍHAČKY

ČESKÁ BIATLONISTKA SE PODRUHÉ DOSTALA NA STUPNĚ VÍTĚZŮ

STRANA 25



metro

mojemetro | denikmetro



PRAHA

Pondělí, 12. prosince 2022

Č. 234, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Simona

Příloha. Bramborový salát také s jablkem

Vánoční tradice. Recept na přílohu ke smaženému kaprovi či řízku se v každé domácnosti liší. **Hygienické principy.** Ovlivňují dobu, jak dlouho salát vydrží. **Skladování.** Nejlepší je spotřebovat ho do tří dnů

STRANA 14

Z Betléma

Skauti v sobotu přivezli do Česka betlémské světlo. Cestovali s ním z Vídně do Brna vlakem a včera jej oficiálně předali biskupovi v brněnské katedrále svatého Petra a Pavla na Petrově. Tento týden v sobotu jej rozvezou vlaky po celé republice. Betlémské světlo je jedním z novodobých symbolů Vánoc, který vznikl v roce 1986 v Rakousku. Do Vídně se přepravuje letecky z izraelského Betléma, kde se podle křesťanské tradice narodil Ježíš Kristus. Více informací včetně termínů a míst, kde bude světlo k dispozici, najdou zájemci na webu betlemskesvetlo.cz. čtk



Mohu se stát strážníkem?

První den testy fyzické, druhý nápor na psychiku. Člunkový běh, lehsedy, celomotorický test, klíky. Na tom všem se dají nahnat body potřebné k přijetí do služeb městské policie. Psychologické testy pak prověří rozumové schopnosti nebo logické uvažování. Hodnotí se také schopnost reagovat na předem neznámé úkoly. Náročnost zvyšuje i to, že na zkoušky je pouze omezený čas. Redaktor deníku Metro si na vlastní kůži vyzkoušel, jak získat práci strážníka. Co myslíte, uspěl? STRANA 6, 7

INZERCE



NOVINKA

1549⁹⁰
1299⁹⁰

Philips OneBlade 360 na tvář i tělo

DERMACOL
PRAGUE



-40%
NA DEKORATIVNÍ
KOSMETIKU*

* Neplatí
na dárkové
balíčky

Sleva platí na celou značku Dermacol

Vánoční
inspirace

teta

Drogerie plná objevů

www.tetadrogerie.cz

Akce platí do 24. 12. 2022 nebo do vyprodání zásob.

222234
9771211781002

Křest ohněm? Ne, ledem!

Češi mají oficiálně nové otužilce.

V Braníku nedaleko klubovny místní TJ Lokomotiva se na břehu Vltavy uskutečnil tradiční křest nových členů České otužilecké unie. Na místo dorazily tři desítky otužilců. Předseda unie Vladimír Komárek pokřtil všechny přítomné otužilce. Ti s sebou přinesli ceduli s informacemi o teplotě vody v řece, která měla asi 5,4 stupně, a vzduchu, na němž teploměr ukázal minus tři stupně Celsia. Otužilecká unie sdružuje více než sto členů. „Voda a vzduch mají přibližně tolik stupňů, kolik vidíte na naší ceduli. Je nás tak ke 30, což je docela pěkné. Vždycky každý přistoupí, já jsem křtitel, předkloní se, poliju ho vltavskou vodou s ledem, který jsem nechal namrazit,“ řekl Komárek.

Každý křtěný se musel předklonit a Komárek mu na záda vylil velký džbán vltavské vody s kostkami ledu. Poté



Noví otužilci byli pokřtěni ze džbánu vltavskou vodou s ledem a magickými formulky přijati za právoplatné otužilce.

3x ČTK

řekl formulku „Zlom vaz!“, na což se mu dostalo odpovědi „Vem té čert!“. Poté se pokřtěný buď rovnou vydal do řeky si zaplavat, nebo počkal na ostatní. Většina z účastníků s sebou měla například paruky, umělé vousy, masky nebo havajské věnce a jedna z účastnic na sobě měla kostým čarodějnice i s vysokou špičatou čepicí. ČTK



Někteří měli i masky.



V Česku jde o tradici

Otužilcem se podle unie může stát kdokoli, kdo se otužuje. Jedinou podmínkou je mít natrénováno a dobré zdraví, zejména musí mít v pořádku srdce, pro které je otužování náročné. Rovněž nesmí mít alergii na chlad, aby se mu neudělaly puchýře.

- Otužilecké plavání má v Česku tradici. Nejznámější je Memoriál Alfreda Nikodéma, který se plave v Praze o druhém svátku vánocném a jehož pořadatelem je právě Česká otužilecká unie. Podobné akce se budou konat i v dalších městech. ČTK

INZERCE

FOKUS

Udělejte na Vánoce radost i sobě

Při koupi nových dioptrických brýlí u nás dostanete slevu **50 %** na dioptrické obruby.

+10 % sleva
na skla znáčky Nikon

Akce platí do 31.12. 2022 na kamenných prodejnách FOKUS optik.

Sleva platí po předložení tohoto výstřížku.

Praha Háje • Praha Na Poříčí • Praha Revoluční • Praha Petřiny • Praha Lidická • Praha Vodičkova • Praha Sokolovská • Praha OC Palladium

Praha Milady Horákové • Praha Dejvice • Praha OC Letňany • Praha Nusle • Praha OC Eden • Praha OC Chodov • Praha OC DBK • Praha Týlovo Náměstí

Praha Fashion Arena • Praha Centrum Černý Most • Benešov • Kladno Petra Bezruče • Kladno T.G. Masaryka • Kolín OC Futurum • Mělník J. Seiferta

Mladá Boleslav T.G. Masaryka • Mladá Boleslav V. Klementa 821 • Příbram Pražská

Více o akci a našich pobočkách najdete na www.fokusoptik.cz.

Vánoční nabídka

vyzvedni **zdarma** na kmenových pobočkách

Mobily a tablety

Hobby a zahrada

Domácnost

Počítače

Příslušenství

A další...



Co skladem máme,
hned balíme,
posíláme





Nejlepší ODMĚNA



WWW.LINAOPLATKA.CZ

Velký bratr. Opět tě sleduje

Jednu z nejdůležitějších knih 20. století, román 1984 George Orwella, uvede na divadelních prknech Švandovo divadlo. Premiéra proběhne 28. ledna. Adaptace a režie se ujme Dodo Gombár, který zde dříve působil jako umělecký šéf. Hlavní postavu, Winstona Smitha, hraje David Punčo-

chář, jeho záhadného kolegu O'Briena ztělesňuje Tomáš Petřík. V úloze Julie, Smithovy o generaci mladší přítelkyně, uvidíme Anežku Šťastnou.

Slavný Orwellův román pojí Gombár jako drama o volání po svobodě i jako příběh velké lásky. „Zatímco v první části inscenace sledujeme sil-

ný dramatický příběh svobody, lásky i zrady; ve druhé jsme svědky Smithova zápasu o jeho vlastní já, o jeho rozum i duši. Právě hledání identity skrz paměť, ale i lásku, blízkost a důvěru k někomu druhému, jsou téma, která v inscenaci naléhavě vyvstávají,“ naznačuje režisér. MET

Kolotoč i kluziště

Pražský hrad v prostorách Královské zahrady umístil veřejné kluziště, prvorepublikový kolotoč a živý betlém. Vstup do Královské zahrady je výnátkem z bezpečnostních prohlídek. Návštěvní doba Královské zahrady je denně od 10 hodin. Letní míčovna a západní část zahrady bude otevřena do 20 hodin. Východní část zahrady od Letní míčovny směrem k Belvederu bude otevřena do soumraku. Pro vstup do Královské zahrady lze využít brány u Belvederu i na Letní míčovnu. MET



Krátce

Socha Putina je posprejovaná

Podstavec sochy znázorňující ruského prezidenta Vladimíra Putina jako skřeta, která od pondělí stojí na náměstí Interbrigády v Praze 6, někdo po-

sprejoval. Dotyčný na něj napsal Spějem k válce či míru? Policie se případem zabývá pro podezření z trestného činu poškození cizí věci. Autoři sochy ji chtějí prodat, zahraniční zájemce za ni nabízí 50 tisíc dolarů (zhruba 1,16 milionu korun). ČTK

HLEDÁME ZAMĚSTNANCE NA POZICE: RECEPCE A OSTRAHA

Pouze pro invalidní důchodce.
Nabízíme

mzda od 110,-Kč/hod
náborový příspěvek 10.000,- Kč

vyplácení denně

Tel.: 800 888 440

(bezplatná linka)

Pohovory jsou každý pracovní den
8.00-12.00 hodin na adresě:
Ocelářská 21, Praha 9 (metro Českomoravská)

INZERCE

BENU

Vaše zdraví si bereme na starost!

Děkujeme za přízeň
v roce 2022.

Přejeme Vám zdraví,
štěstí a radost!

www.benu.cz

TESTY NA STRÁŽNÍKA. BĚH, M

Zkusil jsem fyzické i psychologické testy. U obou jsem se zapotil.

Běžím po oválu a bolí mě nohy i plíce. Instruktor ohlásil poslední minutu z dvanácti. Ještě ždímú zbyvající síly. Jde o body. Každých padesát metrů se počítá. V posledních vteřinách se snažíme všichni. Ne každý ale běžel celý čas testu. Občas někdo prostě po oválu jen šel. Já nakonec „urval“ 15 bodů. Za dvanáct minut jsem udělal 2 500 metrů.

Nemám totik natrénováno, zlé to ale není. Pokud bych chtěl 20 bodů, musel bych uběhnout 2 750 metrů. Alespoň bod bych pro změnu získal, kdybych za 12 minut uplnil 1 500 metrů.

Testy končí a my jdeme do sprchy. Výsledky v učebně ohlaší s pář minut. To jsem ale trochu předběhl v ději. Reportáž začíná zhruba o hodinu a půl dříve...

Strážník může mít tetování i brýle

Pražské městské policii jsme položili ještě několik otázek, které by případné zájemce o práci mohly zajímat.

• Kdo může být strážníkem?

Uchazeč o práci u městské policie musí být občanem ČR a být starší 18 let. Také musí mít ukončené středoškolské vzdělání s maturitou, být zdravotně způsobilý, bezúhonné, spolehlivý, to se dokládá čestným prohlášením nebo opisem z evidence přestupek starým maximálně tři měsíce.

• Pokud uchazeč nesplní limit pro psychologické testy, kdy je může absolvovat znovu?

Za dva roky.

• Pokud uchazeč nezvládne fyzické testy, kdy se na ně může přihlásit znovu?

Žádná lhůta není stanovena, ale měl by si dát čas na zvýšení fyzické kondice.

• Pokud uchazeč úspěšně projde přijímacím řízením, co ještě musí absolvovat, aby se z něj stal strážník?

Po úspěšných fyzických a psychických testech a zdravotní prohlídce je strážník-čekatel zařazen do pětiměsíčního kurzu základní odborné přípravy. Tam ho nejprve čekají tři měsíce teoretické přípravy a služebního výcviku. Po složení závěrečné zkoušky ho čeká nástav-

bový kurz a řízená praxe. Následně pak zařazení do výkonu služby.

• Může se stát strážníkem i člověk s oční vadou?

Nošení brýlí automaticky neznamená zdravotní nezpůsobilost k výkonu práce strážníka. Konkrétní posouzení provádí při vstupní lékařské prohlídce poskytovatel pracovně lékařských služeb.

• Může se stát strážníkem člověk s tetováním?

Obecně může, nicméně se u tetování posuzují zobrazené motivy, velikost tetování a jeho viditelnost při nošení služebního stejnokroje.

Čtyřikrát deset metrů. Je to brnkačka. Kdo chce dvacet bodů, musí to stihnout za 9,4 sekundy. Adepsi nad třicet let mají ve všech částech testu o fous nižší kritéria. Zrovna u člunkového běhu je to ale opravdu o maličko. Já ve svých 33 letech bych na 20 bodů dosáhl při čase 10 sekund rovných.

Opět jdeme do řady, je to trochu jako na vojně. Nyní nás čeká celomotorický test. První čtyřka jde na věc, já jdu v druhé. Však mám na rozlišováku číslo osm, tak na mě i volají. Cvik je takový náročnejší anglická. Začínám ve stoje, jdu na břicho, zvednu dlaně z podložky, opět si stoupám, poté si lehám na záda a opět se zvedám do takzvaného stojec spátného. Pokud chci 20 bodů, musím cvik udělat do dvou minut 38krát. To se mi však nedáří. Ale kolém třiceti opakování jsem dal.

Třetí cvik je klasický klik. Tady nejde o čas, ale o maximální počet opakování. Ženy mohou dělat dámskou verzi cviku.

INZERCE

**PREZIDENTKA
DANUŠE
ZMĚNA, KTERÁ
NASTARTUJE
ČESKO**

danusenerudova.cz



Zadavatel: Danuše Nerudová, zpracovatel: ONE OF A KIND s.r.o.

ATIKA I PRÁCE POD TLAKEM

Pokud chci dvacet bodů, čeká mě 37 kliků. A stejně jako v každém cvičení můžu získat i nějaké extra body nad rámec dvaceti. Třeba tady za každou dva kliky nad zmínovaných 37 lze získat bod k dobru. Já jich dal třicet a půl. Poslední se nepočítal.

Závěr v tělocvičně patří leh-sedům. Tady jsem si body do-cela nahnal. Za dvě minuty jsem udělal 54 lehsedů, takže jsem si odnesl hezkých 18 bodů. Dvacet bych dostal za 62 opakování.

Nazout boty a jede se na ovál. Poslední částí testu re-reportáz začínala, takže udě-lám další skok v ději...

Zvládl to až na pošesté

Vysprchování čekáme v učebně na výsledky. „Podíváme se teď pravde do očí,“ usmívá se na nás instruktor Jiří Benyovszki, který nás měl na pověl. Z osmi uchazečů nás fyzické testy dalo hned sedm. Do druhého kola bylo potřeba 45 bodů, já jich měl nakonec 76. Rozhodně ne ale v suchém triku! Jsme takový tradiční turnus. Většinou to-

tiž testy projde zhruba 90 procent uchazečů. Benyovszki povzbuzuje jediného poraže-ného dne: „Klidně můžete přijít zase, zkuste třeba měsíc potrénovat a těšíme se na vás.“ motivuje neúspěšného uchazeče. „Měli jsme tu i takové, kteří tu byli šestkrát, než se dostali do druhého kola,“ dodává.

Ostatní adepsi už míří domů. Zítra nás čekají psy-chologické testy. Já v učebně ještě chvíli zůstávám. Zajíma-jí mě zkušenosti z náboru. „Většinou k nám chodí lidé nad dvacet, osmnáctiletých a devatenáctiletých je minim-um,“ spustí Benyovszki. U městské policie už je dvacet let. Když absolvoval testy on, nároky byly větší. Součas-tí testů byl třeba i splň.

Instruktor si za roky u ná-boru všiml, že často mají lepší výsledky starší ročníky. Mladší jsou na tom v některých případech fyzicky o dost hůř. Starší adepsi i spíš projdou následným pětiměsíčním výcvikem. Je to napří-klad i tím, že zažili vojnu. Dnešní mladí lidé jsou na-



Nástupní plat je 48 tisíc korun. Více na nabor.mppraha.info. MET

opak často drží a nemají ústku k autoritě,“ krčí rameny Benyovszki, který zároveň učí budoucí strážníky i sebeobrana. „Na tu se hodně při výcviku dbá, pražská městská policije je tím specifická. Strážníci v záviku se od nás naučí základy juda, karate, boxu nebo například boje s tyčí.“ popisuje Benyovszki kurz, při kterém se kromě sebe-obrany adepsi učí i paragrafy nebo si zkouší modelové situace z reálné služby. Se sympati-kým instruktorem se lou-

čím a jdu domů odpočívat. Náročnější část přijímacího řízení mě čeká další den.

Zopakujte si počty

Druhý den se nás sedm stá-tečných schází ve vino-hradském ředitelství městské policije. Čekají nás psychologické testy. Já absolvují jen první část druhého dne. Přesto jsem vyšťavený víc než při dri-lu v tělocvičně. Však je druhá část přijímacího řízení vět-sím sítěm než testy fyzické. Po dohodě s psychologem,

který má testy na starost, ale popíše druhou část přijíma-ček jen stručně. Nemí totiž v zájmu městské policie, aby se potenciální uchazeči do-zvěděli více podrobností. Však se hodnotí i schopnost reagovat na předem nezná-mé úkoly.

Den začíná testem rozumu-vých schopností. Hledám například, co mají slova v zadá-ní společného, dost také počít-ám. Test prověruje i logické uvažování. Jeho náročnost zvyšuje i to, že na každý set úkolů je jen omezený čas. Stres udělá své a mně občas vypadlo i učivo základní ško-ly! Ostudu jsem ale neudělal. Výsledky mám lehce nadprů-měrné.

S ostatními adepty se lou-cím a běžím do redakce. Zby-lou šestici ještě čeká osob-nostní dotazník, sepisování životopisu a pohovor s psy-chologem. Úkoly jim nezá-vídám. Sám už toho mám tak akorát. Mimochodem, právě mnou neabsolvovaná část psychotestů je z druhého dne přijímacího řízení ta nejzá-sadnější. **MAREK HYŘ**

INZERCE

PROSEK NAD KROCÍNKOU

- energeticky úsporné byty
- ceny od 4,4 mil. Kč
- na metru C – Prosek

finep.cz

FINEP

**MÓDA
PROSTĚJOV**

KRACH CEN

TOTO JE SKUTEČNÝCH 1000,- Kč

Zlevnili jsme pro Vás naprostou většinu produktů. A to není vše! Při nákupu kabátu nebo obleku nad 2.599,- Kč a odevzdání tohoto kuponu Vám odečteme neuvěřitelných 1.000,- Kč. Ano, tento kupon má hodnotu celých 1.000,- Kč.

Platnost kuponu do 30. 12. 2022. Kupon nelze sčítat.

Pozor! Likvidujeme zboží již od 99,- Kč.

Přijdte využít naprosto super možnost. Těšíme se na Vás. Nabízíme všechny velikosti kabátů, dámských i pánských obleků, kalhot, košíl, atd. !!!

www.modaprostejov.cz

KDE? PRAHA, Vinohradská 123

5 minut chůze od zastávky metra "FLÓRA" směrem k centru, zastávka tramvaje "Radhoštská", vedle Všeobecné zdravotní pojišťovny, naproti restauraci Apetit. Parkování doporučujeme v PALÁCI FLÓRA.

KLADNO, Tyršova 1396 - 50m od Sokolovny

Co se děje v obchodáku, když odejdou lidé? Přijde Ježíšek!

O Štědrém dni by podle organizátora nikdo neměl být sám.

Některým se vánoční dáry schovávají ve skříních už od prázdnin, další je řeší postupně během podzimních měsíců. A pak jsou tu ti, kteří na lov vyrazí na Štědrý den. Obchody mohou mít 24. prosince otevřeno do 12 hodin. Pak se tržby uzavřou, dveře zamknou a lidé se vydají domů připravovat štědrovečerní hostinu. Ale ne všichni mají s kým v tento den být. Právě pro ně se chystá společná večeře na Chodově.

Za dveřmi čeká hostina

Jakmile na Štědrý den ustanovené ruch v uličkách nákupního centra Westfield Chodov,

začnou se chystat stoly, židle a dekorace. Mezi obchody vyroste slavnostní tabule, ke které ve tři hodiny odpoledne zasedne 120 hostů z řad matek samoživitelek, lidí s handicapem a bez domova, seniorů z domova důchodců nebo osamělých dětí z dětských domovů. Charitativní akce proběhne letos už po páté a spolupracuje na ní řada neziskových organizací, například Život bez bariér, Nový prostor nebo Arcidiecézní charita Praha.

„V obchodním centru se odehraje nefalšovaný Štědrý večer se vším všudy. Cílem je vytvořit jeho neopakovatelnou atmosféru pro všechny, kteří by si ho jinak nemohli doprát,“ říká Jiří Pokorný, majitel produkční agentury Fuel.

Účastníky čeká tříhodová večeře, na které nebude chybět rybí polévka a kapr



Obchodní dům přivítá nevšední hosty.

ARCHIV

s bramborovým salátem. Dále je pro ně připravený hudební doprovodný program nebo překvapení v podobě návštěvy známých tváří.

„Velký dík patří všem, kteří se do organizace dobročinné akce zapojují. Mnoho z nich je na Štědrý den přímo s námi v centru a pomáhají při servírování nebo rozdávání

ní vánočních dárků,“ uvádí Kateřina Kleslová, marketingová manažerka Westfield Chodov.

Kromě klasiky bude i dietní salát

Další slavnostní večeře chystají Sociální služby Prahy 9. Přihlášení lidé si budou moci za 90 korun domů od-

Večeře jako dárek

Večeři pro seniory a lidi v nouzi nabízí 24. prosince za 75 korun také město Rožnov pod Radhoštěm.

- Na výběr bude rybí nebo čočková polévka, kuřecí řízek či podkova z kapra, příloha bude tradiční bramborový salát. Menu lze objednat do 16. prosince, lidé jej mohou také darovat.

INZERCE

Chcete mít sílu a energii?
Aleš Valenta doporučuje
Molekulární Vodík®

Aleš Valenta

Vyzkoušejte to také! www.H2World.cz

HLEDÁTE DÁREK PRO SLÁVISTU?

KUPTE VSTUPENKY NA PRVNÍ JARNÍ ZÁPAS



SLAVIA- JABLONEC
29. 1. OD 15:00
FORTUNA ARENA

Slavia.cz

Prožijte kouzelnou ZIMU

Konec babským radám, lupy zničí konopí

Lupy, lupy, lupy... Problém, který před okolím neukryjete. Ať už vás trápí lupy suché, volně padající z vlasů jako sníh, nebo mastné, jež se vyznačují žlutými ložisky pevně přichycenými k pokožce hlavy, vždy je potřeba mít pevné nervy a hlavně nevěřit babským povídačkám.



Pokud už vás unavuje zkoušet na lupy všechno možné, zkuste to jinak. Sázkou na jistotu je **Capillus šampon proti lupům**, který díky jedinečnému složení poskytuje maximální účinnost, jelikož zasazenou pokožku okamžitě hydratuje, zabraňuje jejímu vysychání a tím i další tvorbě nežadoucích lupů. Unikátní kombinace konopného oleje a majoránky posiluje a zaceluje vlasovou pokožku. Grepová semínka účinně bojují s přemnoženými kvasinkami, a tak ulevují od nepříjemného svědění.

Capillus šampony z řady Cannaderm jsou k dostání v lékárnách a zdravých výživách.



INKONTINENCE?

Inkontinence je problémem mnoha zralých žen. Na nechtěný únik moči, který je způsobený ochabnutím svalů pánevního dna a močového měchýře, je málokterá z nich připravená. Podobně na tom byla i paní Jarka. Té inkontinence bránila prožívat radost s těmi nejmilejšími – vnoučaty.

Při jakékoli aktivitě s nimi se totiž musela hlídat či dokonce některé hry úplně vynechávat. Vnoučata se na návštěvách začinala čím dál tím více nudit a babičku navštěvovaly méně a méně. Tohle byl pro paní Jarku ten největší impulz, aby problém začala řešit. V lékárně ji byl doporučen doplněk stravy **IVE InkontinStop**, který obsahuje EFLA – extrakt ze semen tykve obecné, který napomáhá udržet standardní počet návštěv WC a pozitivně působí na činnost močového měchýře. Zároveň je nehormonální, a je tak primárně vyroben pro ženy v menopauze i po ní. Po pravidelném užívání problémy postupně zmizely a paní Jarka se odhadlaně pouští do všech dobrodružství s vnoučaty.



ROZTANČETE KLOUBY konopím

Máte klouby ztuhlé, opotřebované a přetížené? Omezují váš aktivní život? Roztančete je maximální porcí glukosaminu a konopí!

Prémiový doplněk stravy **Ortopeden** obsahuje mimořádně vysoké množství glukosaminu v denní dávce, konopí a kurkumu pro špičkovou kondici a dokonalou hybnost kloubů, dobrý stav kostí i celého pohybového aparátu a vitamín C pro podporu tvorby kolagenu v kloubních chrupavkách. Vyživte klouby kurkumou s konopím a roztančete je s plnou parádou.

Glukosamin 1 800 mg

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

Vyřešte inkontinenci stejně jako ona a ostatní ženy. Vsadte na IVE!

Zánět? Bolest v krku? Infekce?

Není důvod k panice! Přinášíme novou generaci bylinných pastilek s vysoce účinným a zároveň šetrným složením. Díky nim vyřešíte nejen bolest a škrábání v krku, ale i zánět.



Pastilky **HERBALMED Medical Antivirus Dr. Weiss** rychle ulevují od bolesti, škrábání a pálení v krku. Nejvyšší účinnost a jedinečnost zdravotnického prostředku zaručuje unikátní kombinace a koncentrace bylinných extraktů s vitaminem C. Účinné látky vytváří na povrchu sliznice krku ochranný film, který ji chrání a **omezuje bakteriální a virovou infekci**. Tímto lokálním účinkem tlumí pálení a bolest v krku a **omezuji zahlenění horních cest dýchacích**. Zároveň aktivují protizánětlivé a regenerační mechanizmy. K dostání v lékárně.





WWW.EXEKUCESUMPERK.CZ

INZERCE

DRAŽBY NEMOVITOSTÍ

Mgr. Marcel Kubis, Exekutorský úřad Šumperk



VYVOLÁVACÍ
CENA
200 000,-



VYVOLÁVACÍ
CENA
10 000,-



VYVOLÁVACÍ
CENA
1 970 000,-

Dražba příkopového ramena McConnel PA 4745

Jedná se o dražbu movité věci, a to příkopového ramena McConnel PA 4745 s pevným předsazením MIDCUT 0,6 m s elektrickým proporcionalním ovládáním MOTION MINI CRC. Rameno disponuje horizontálním dosahem 4,7 m. Rameno je agregováno do trubodobového závěsu traktoru, jištěno proti poškození nárazem na překážku. Rameno je určeno pro traktor s minimální hmotností 3000 kg a minimálním výkonem 50 hp.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.okdrazby.cz dne 20. 12. 2022.



VYVOLÁVACÍ
CENA
676 667,-



VYVOLÁVACÍ
CENA
246 667,-



VYVOLÁVACÍ
CENA
2 106 667,-

Dražba podílu id. 1/2 na RD v obci Bystřice pod Hostýnem, okres Kroměříž

Jedná se o dražbu spoluústředního podílu o velikosti id. 1/2 na přízemním rodinném domě ze smíšeného zdiva pod sedlovou střechou. Objekt se nachází na adrese Na Domově 578, 768 61 Bystřice pod Hostýnem. Parkování je možné vlastní garáži nebo vlastním pozemku. Dům je napojen na IS: elektro, hloubková kanalizace, obecní vodovod a plynové vedení. Vnitřní dispozice objektu nebyla zjištěna. Původní stáří objektu je dle dostupných materiálů přes 60 let. V minulosti byla vyměněna okna za nová plastová. Celkový technický stav a údržbu lze ke dni ocenění uvažovat jako stavba se zanedbanou údržbou (předpoklad provedení menších stavebních úprav).

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 3. 1. 2023.

Dražba pozemků v obci Hradčovice, okres Uherské Hradiště, vyvolávací cena 60 000,-

Jedná se o dražbu nemovitých věcí, a to pozemku parc.č. 1812 - ostatní plocha, o výměře 568 m², parc.č. 1939 - ostatní plocha, o výměře 1.604 m², a parc.č. 2748 - trvalý travní porost, o výměře 571 m², vše v k.ú. Lhotka u Hradčovic, obec Hradčovice, okres Uherský Hradiště. Pozemky parc.č. 1812 a parc.č. 1939 jsou situovány v severozápadní části katastrálního území a tvoří funkční celek s přístupem po nezpevněné komunikaci a nezpevněné pozemky. Pozemek parc.č. 2748 je situován v jižní části katastrálního území s přístupem po veřejné, zpevněné komunikaci a chodníku pro pěší.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 22. 12. 2022.

Dražba podílu id. 1/72 na RD v obci Tanvald, okres Jablonec nad Nisou

Jedná se o podíl na rodinném domě ze smíšeného zdiva se dvěma nadzemními podlažími s využitím podkrovím pod sedlovou střechou. Objekt se nachází v zastavěné okrajové části obce Tanvald, v řadové zástavbě jako samostatně stojící, na adrese Krkonošská č.p. 354, 468 41 Tanvald. Parkování je možné ve vlastní garáži. Dům je napojen na IS: elektro, hloubková kanalizace, obecní vodovod, plynové vedení. Vnitřní dispozice objektu nebyla zjištěna. Původní stáří objektu je přes 100 let. V průběhu své celkové životnosti objekt pravděpodobně procházel jen běžnou údržbou prvků krátkodobých životnosti, která byla v posledních letech zřejmě značně zanedbaná, je zde předpoklad provedení rozsáhlějších stavebních úprav.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.okdrazby.cz dne 21. 12. 2022.

Dražba podílu id. 1/6 na RD v obci Jaroměřice, okres Svitavy

Jedná se o dražbu spoluústředního podílu o velikosti id. 1/6 na přízemním, zděném, podskleném rodinném domě s využitím podkrovím pod střechou. Objekt se nachází na adrese Jaroměřice 240, 569 44 Jaroměřice. Dům je napojen na IS: elektro, hloubková kanalizace, obecní vodovod a plynové vedení. Objekt se stavá z jedné bytové jednotky o velikosti 4+1 s kompletním sociálním zařízením. Původní stáří objektu je dle dostupných materiálů z roku 1960. V roce 2015 byla z části vyměněna okna za nová plastová a byly instalovány venkovní žaluzie. V roce 2018 byl objekt z části zateplen. Celkový technický stav a údržbu lze ke dni ocenění uvažovat jako stavba se zanedbanou údržbou (předpoklad provedení menších stavebních úprav).

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 17. 1. 2023.

Dražba pozemků v obci Soběslav, okres Tábor, vyvolávací cena 218 647,-

Jedná se o dražbu celkem dvanácti pozemků, z toho pěti lesních pozemků o celkové výměře 8.452 m², dále pěti pozemků vodní plochy o celkové výměře 5.485 m² a dvou pozemků ostatní plochy o výměře 702 m², vše v k.ú. Nedvědice u Soběslavi, obec Soběslav, okres Tábor. Lesní pozemky jsou součástí rozříštené pozemkové držby, parcely jsou dobré využitelné, přístupné a částečně i stabilizované. Ostatní pozemky zemědělsky obdělávané a jsou součástí zemědělských honů. Podrobný popis je patrný z ocenění. Předmětem dražby je dále spoluústřední podíl o velikosti id. 1/17 na pozemku parc.č. 901/12 - ostatní plocha, o výměře 45 m², rovněž v k.ú. Nedvědice u Soběslavi. Na pozemku se nachází zpevněná (asfaltová) komunikace.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 4. 1. 2023.

Dražba bytové jednotky 2+1 v obci Blatná, okres Strakonice

Jedná se o dražbu bytové jednotky č. 867/2 v budově č.p. 867, 1033, 1034, na ulici Zahradnická v obci Blatná, okres Strakonice, včetně spoluústředního podílu ke společným částem domu a pozemku, která se nachází ve II. nadzemním podlaží zděného, nepodskleného, typového, bytového domu celkem s pěti nadzemními podlažími. Objekt není vybaven žádným výtahem. Objekt byl postaven v roce 1977. V roce 2016 byla provedena rekonstrukce stoupáček, osazení nových vchodových dveří a výměna střešní krytiny, žlabů a svodů. V roce 2021 bylo provedeno zateplení štítové stěny objektu. Bytová jednotka je dispozicně řešena jako 2+1 s kompletním sociálním zázemím, která je situována ve zděném bytovém jádru. Výtápění jednotky je uvažováno jako ústřední s vlastním zdrojem vytápění.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 21. 12. 2022.

Dražba RD v obci Maletín, okres Šumperk

Jedná se o dražbu rodinného domu ze smíšeného zdiva pod sedlovou střechou. Objekt je situován do nepravidelného tvaru, nachází se v zastavěné, okrajové části obce, v řadové zástavbě jako samostatně stojící, na adrese Starý Maletín 133, 789 01 Maletín. Dům je napojen na IS: elektro, obecní vodovod a plynové vedení, v obci Maletín dále nachází hloubková kanalizace. Vnitřní dispozice objektu nebyla zjištěna. Původní stáří objektu je dle dostupných podkladových materiálů přes 70 let. V průběhu životnosti objektu byla vyměněna střešní krytina za novou a okna za nová plastová. Celkový technický stav a údržbu lze ke dni ocenění uvažovat jako stavba se zanedbanou údržbou (předpoklad provedení menších stavebních úprav).

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 18. 1. 2023.

Dražba podílu id. 1/2 na lesních pozemcích v obci Louny, okres Louny, vyvolávací cena 28 674,-

Jedná se o dražbu spoluústředního podílu o velikosti id. 1/2 na pozemku parc.č. 4786/6 - lesní pozemek, o výměře 8.804 m², a pozemku parc.č. 4791 - lesní pozemek, o výměře 2.441 m², vše v k.ú. a obci Louny, okres Louny. Pozemky na sebe bezprostředně navazují, nachází se ve svazém terénu jižní expozice severně od Loun u lokality mrv. Černodoly, jako součást menšího komplexu lesa. Parcely jsou poměrně dobré využitelné a záčasti i geodeticky stabilizované. Porost tvorí převážně keřové patro (hloh) a na menší části velmi nekalitní porost dubu (hluboce zavětvený s nízkým výškovým a tloušťkovým přírůstem). Jedná se o les hospodářský a se způsobem ochrany jako pozemky určené k plnění funkcí lesa.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 10. 1. 2023.

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.

Krátce

Volkswagen
místo letiště

Zhruba 250 lidí protestovalo v sobotu v centru Plzně proti zvažovanému zrušení letiště v Líničích. Fungující letiště by mohlo ustoupit stavbě továrny Volkswagenu na baterie do elektromobilů. Organizátoři demonstrace uvádějí, že jde o nezodpovědný záměr kabinetu zlikvidovat významné letiště v cizím zájmu. Podle nedávného vyjádření ministra průmyslu a obchodu Jozefa Síkely by však výstavba továrny zásadně pomohla ekonomické budoucnosti Česka.

Volby pro ANO

Opoziční hnutí ANO by podle nového modelu STEM pro televizi CNN Prima News v prosinci vyhrálo sněmovní volby se ziskem 30,8 procenta. Druhá ODS by měla 13,9 procenta, třetí je SPD s 12,4 procenta hlasů. čtk

INZERCE

Zima je tu. Cestu na Slovensko uzavřel sníh

Meteorologové očekávají další sněhovou nadílkou.

Policie včera uzavřela v souvislosti se silným sněžením pro kamiony silnice z Ostravice k hranicím se Slovenskem. Ráno dokonce Ředitelství silnic a dálnic na svém webu uvedlo, že na Třinecku vyhlásilo kalamitní stav. Během dne pak ale silničáři informaci upravili. O kalamitu nakonec nešlo. Hasiči v Moravskoslezském kraji vyjízděli především k většímu množství stromů, které spadly na silnice.

Pro kamiony a nákladní auta s přívěsem silničáři a policisté tuto zimu poprvé uzavřeli úsek Ostravice–Bílá. Silnice, která je jedním z hlavních tahů na Slovensko, se nemůže solit, protože vede v blízkosti přehrady s pitnou vo-



Hasiči pomáhají nasadit sněhové řetězy.

Sníh omezil vlaky

Problémy se sněhem byly také u sousedů.

- Kvůli nepříznivému počasí nejezdila včera velká část vlaků na východ Slovenska, problémy měla železniční doprava zejména v okolí Košíc, kde zamrzly výhybky. Na trolejovém vedení se zase vytvořila silná námraza. Řada vlaků nabrala zpoždění přes dvě až tři hodiny. čtk

dou. V kopcích ale sníh působí často komplikace.

Podle meteorologů má sněžit i dnes. V menší části Ústeckého, Olomouckého, Pardubického a Jihomoravského kraje a ve větší části krajů Libereckého, Královéhradeckého, Zlínského a Moravskoslezského napadne i 25 centimetrů.

V souvislosti s tím očekávají meteorologové také tvorbu sněhových jazyků. Lidé by proto při cestování měli sledovat dopravní zpravodajství. Při cestách do hor by řidiči měli mít sněhové řetězy, nutné jsou zimní pneumatiky s dostatečnou výškou vzorku. Nový a zejména mokrý sníh může podle Českého

hydrometeorologické ústavu zkomplikovat nejen dopravu, ale i dodávky proudu kvůli polámaným větvím či stromům.

Podle týdenní předpovědi počasí se sněžení očekává v první polovině týdne. Teploty budou zejména v noci klelat hluboko pod nulu, mrznotu má ale i přes den. čtk



Loribaft Indie
240x170 cm
Jemně vázaný moderní koberec z vysoce kvalitní vlny



CENA PO SLEVĚ
23 000,-
PŮVODNÍ CENA: 33 033,-

PŘÍJEMNÉ SVÁTKY PŘEJE VŠEM MILOVNÍKŮM ORIENTU SPOLEČNOST CARPETERIA!

Ziegler Exclusive Pákistán
182x124 cm

Z vysoce kvalitní vlny. Velmi trvanlivý a vysoce odolný vůči skvrnám

CENA PO SLEVĚ
27 500,-
PŮVODNÍ CENA: 38 845,-

Objednejte si svůj oblíbený koberec telefonicky, e-mailem nebo na našich webových stránkách a my vám ho doručíme zdarma!

www.carpeteria.cz

Kášán Írán
285x185 cm

Velmi oblíbený tradiční koberec. Vysoce kvalitní s životností 70-100 let

PŘIJDETE NÁS NAVštÍVIT A SPOJÍTE KOUZLO ORIENTUS KOUZLEM VÁNOČ!

Sarough Exclusive Indie
313x84 cm

Jeden z nejtradičnějších koberců s bohatým vzory

CENA PO SLEVĚ
19 500,-
PŮVODNÍ CENA: 27 377,-

Jaldar Premium Pákistán
180x124 cm

Koberec z vysoce kvalitní, ručně předené vlny s hedvábným leskem

CENA PO SLEVĚ
17 000,-
PŮVODNÍ CENA: 21 893,-

Sarough Exclusive Indie
160x90 cm

Jeden z nejtradičnějších koberců s bohatým květinovým vzory

CENA PO SLEVĚ
40 000,-
PŮVODNÍ CENA: 57 050,-

Mir Premium Indie
240x170 cm

Vysoce kvalitní koberec z novozélandské vlny



CENA PO SLEVĚ
24 900,-
PŮVODNÍ CENA: 33 500,-

CENA PO SLEVĚ
22 000,-
PŮVODNÍ CENA: 31 500,-

carpeteria
Nádražní 39/76
150 00 Praha - Smíchov

Zastávka tramvaje a autobusu "Na Knížecí"
500m od metra "Anděl"

info@carpeteria.cz
www.carpeteria.cz
+420 244 400 909

Po - So: 10:00 - 19:00 h.
Ne: 11:00 - 17:00 h.

„ČASTÉ NÁKUPY SICE POTĚŠÍ,

Popularizátor nerůstu Tadeáš Žďárský se o krizi životního prostředí zajímá osm let. Během bádání po kořenech současných krizí se dostal až k povaze stávajícího ekonomického systému, který je závislý na růstu. „Mou snahou je rozvířit celospolečenskou debatu o tom, jak vytvořit systém, který bude naplňovat lidské potřeby v rámci planetárních limitů. Ten růstový to totiž nedokáže,“ říká Žďárský pro deník Metro.

O co v nerůstu jede?

Základní idea je, že nemusíme tolik nakupovat, můžeme více měnit, více věci opravovat a tak dále. Nicméně kdybychom toto začali dělat všichni naráz, způsobíme kolaps současné ekonomiky, protože by lidé nekupovali nové výrobky. V tom je zá-



Podle Žďárského je potřeba změnit současnou ekonomiku.

ARCHIV TADEÁŠE ŽĎÁRSKÉHO

kladní problém na růstu závislé společnosti, kdy ekonomický model počítá s tím, že výrobu a spotřebu budeme

zvyšovat donekonečna. Což vlastně nyní potřebujeme, abychom nevyvolali sociální krizi.

mický růst je dobrý, žádoucí, přirozený či nevyhnutelný. Neustálé narůstající výroba a spotřeba dle výzkumů ničí přírodu, a pokud budeme vyrábět pořád více, zklobuje planetární klima. Stále více se prohlubují nerovnosti mezi lidmi, ale ani v západních společnostech, které mají často nadbytek, se nezvyšuje spokojenost se životem.

Proč je nás ekonomický model špatný?

V současnosti tady máme ekonomiku, která musí růst, bez ohledu na to, jestli naplníme naše potřeby, nebo ne. My potřebujeme vytvořit ekonomiku, která naplní naše potřeby bez ohledu na to, jestli bude růst, nebo ne. A přesně o to nám jde, dosáhnout růstové nezávislosti. Nerůst je



Splněný sen

Úžasné splnění dětského snu, který později sice racionálně zavrhl, aby se mu ale po dvou desítkách let splnil, tak vnímá choreograf Yemi A.D. svou plánovanou cestu do vesmíru. Za velkou čest považuje možnost reprezentovat Českou republiku, umělce a obecně mladé lidi, kteří se nebojí snít a představit si nedosažitelné věci. Japonský miliardář Jusaku Maezawa si ho vybral do osmičlenné posádky, se kterou se chce vypravit na cestu kolem Měsíce. Členové posádky byli vybráni z přibližně milionu uchazečů. Náklady spojené s týdenní okružní cestou, která by se podle miliardárových představ měla uskutečnit příští rok, bude hradit sám Maezawa. Ten zbohatl na prodeji módy. čtk

„Chci darovat něco jedinečného

Jak? Je to velmi jednoduché.

- Na stojanu CEWE vyberte sekci nálepky a zvolte, na jaký produkt ji umístíte.
- Zvolte si motiv.
- Nahrajte svou fotku a upravte ji.
- Vytiskněte nálepku a máte hotovo.

Cestou k pokladně nezapomeňte přihodit do košíku zvolený produkt. Zaplatěte cenu produktu a samolepkou.

Právě jste vytvořili osobní, originální a personalizovaný dárek.

Balea Balea MEN alverde babylove trend it up



Skleněný ráj

Vyrobit si anděla či náramek s vánoční tematikou, podívat se na výrobu lampových figurek nebo foukání a malování vánočních ozdob si mohli o víkendu vyzkoušet návštěvníci Českých Vánoc v Krystálovém ráji v Jablonci nad Nisou. Své dveře lidem otevřely dvě desítky skláren, ateliérů a muzeí v Libereckém kraji. Tradice Českých Vánoc byla spojena s prodejnou skla a bižuterie Palace Plus, tu ale musel svaz letos na jaře opustit. čtk



ALE POTŘEBY NENAPLNÍ“

tedy plánované a demokratické snížování výroby a spotřeby v západních zemích, které má za cíl snížit nerovnosti a zlepšit kvalitu života a životního prostředí.

Můžeme se závislosti na růstu úplně zbavit?

Ano. Pravidla současného ekonomického systému vytvářili lidé, a lidé je mohou také změnit. V první řadě musíme změnit naše myšlení a chování. I v Česku se už dlouho skloňují pojmy jako dobrovolná skromnost, minimalismus, udržitelnost, které už na individuální rovině fungují. Už se však nemluví o tom, že pokud by všichni přestali nakupovat věci, které nepotřebují, naše ekonomika by zkolabovala. Proto kromě myšlení lidí musíme měnit také ekonomickou



Výměna oblečení, tedy swap, pomáhá, ale nestačí.

PROFIMEDIA

strukturu. To je hodně komplexní a náročný proces, který je ale nevyhnutelný.

Co je potřeba změnit?

V postružových politických návrzích jde o proměnu třech oblastí. První je majetek, je to například politika maximálních příjmů, progresivní zdanění nebo demokratické firmy. Druhý se týká peněz, například zavedení místních měn, které podpoří lokalizaci ekonomiky.

A třetí princip?

Týká se práce. Na celospolečenské transformaci bude spoustu práce, proto nerůstoví odborníci navrhují garanovaná pracovní místa, tedy že by stát zaručoval, že všichni lidé, kteří se chtějí do této proměny zapojit, by dostali potřebnou rekvalifikaci, aby mohli pracovat v sektorech

ekonomiky, které jsou pro úspěšné řešení krize klíčové, tedy rozšíření hromadné dopravy, zavádění solárních panelů, zateplování, ekologické zemědělství, regenerace zničených ekosystémů.

A co další profese?

V postružovém světě by měl růst také sektor péče, pečovatelských profesí, jako jsou sestričky, učitelé a učitelky, pečovatelé v domovech pro seniory. Takováto zaměstnaná jsou v dnešním systému finančně podhodnocená, mají nízké mzdy, protože negenerují větší zisky. Všechno to jsou ale profese, které výrazně přispívají k naší kvalitě života, jsou nízkouhlíkové a nízkoenergetické, ale současný trh je příliš neocenuje.

Myslete, že lidé budou spotřebu chtít snižovat?

Na nové a levné věci jsme zvyklí, nákupy jsou odpovědnkovým programem na víkend.

Vysoká spotřeba je většinou výsledkem nenaplnění zmíněných nemateriálních potřeb, jako je třeba smysl života či práce, volný čas, kreativita nebo kvalitní vztahy. Casté nakupování levného zboží je takzvaný pseudouspokojovač. Na chvíli člověka sice potěší, ale jeho hlubší potřeby dlouhodobě nenaplní. Z výzkumů také víme, že materialistické hodnoty, typicky třeba nejnovější mobil, velký dům nebo auto, mají negativní vliv na spokojenosť se životem. Nerůst je vize ekonomiky, která by namísto materiálního přebytku cílila právě na uspokojení nemateriálních potřeb, které jsou pro kvalitní život velmi důležité.

Jak tedy na takovou ekonomiku přejít?

Musíme začít zavádět výše uvedené návryhy a taky skoncovat s některými sektory ekonomiky, které nejsou nezbytné a ničí planetu. Typickými příklady jsou automobilový průmysl, fosilní či masný průmysl. Nyní je na světě 1,5 miliardy aut, a pokud budeme ve stejném tempu pokračovat, do roku 2050 budou aut tři miliardy. Tento trend dále pokračuje i v době, kdy už je několik planetárních mezí přestřelených, už teď žijeme na dluhu.

Nepomohou elektroauta?

Ani ta nejsou řešením, protože spotřebovávají šestkrát více materiálu. Představa toho, že nemusíme měnit ekonomiku a životní styl, stačí to jen nahradit jinou technologií, je mylná. Opravdu je nutné pozměnit životní styl a způsob, jakým civilizace funguje. Samozřejmě pak vystane otázka, kde budou lidé pracovat, pokud zmenšíme třeba právě automobilový nebo fast fashion průmysl. Kromě zmíněných garantovaných pozic je dalším návrhem zkrácení pracovní doby. Pokud budeme mít vyrábět a mít spotřebovat, tak můžeme potřebnou práci rozdělit mezi více lidí. A volný čas využívat k uspokojení našich nemateriálních potřeb, které jsou pro vyšší spokojenosť se životem klíčové.

 **VERONIKA REICHELTOVÁ**
veronika.reicheltova@metro.cz

dm
ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJÍ

Balea MEN
DUCHGEL

INZERCIE

V prodejně dm v OC Nový Smíchov
máte možnost stát se na chvíli
designérem a vytisknout etikety
s vlastní fotografií na vybrané
produkty značek **Balea, Balea MEN,**
alverde, babylove a trend it up.



CTK

Tradiční jarmark lákal

Více než sto tradičních lidových výrobců se představilo na Vánočním jarmarku v rožnovském Valašském muzeu v přírodě. Akce seznámila návštěvníky s tradičními vánočními zvyky. Po tříleté přestávce se Dřevěným městečkem prošly mikulášské družiny s čerty z Valašských Klobouk, Zdechova, Lačnova a lucky ze souboru Radhošť. **čtk**

Pоловина Čechů kontaminuje tradiční bramborový salát

Lidé nad 60 let nejčastěji přidávají do pochoutky bílý jogurt.

S hráškem, nebo bez? A co takové jablko? Recept na bramborový salát se liší v každé domácnosti. Hygienické principy jeho přípravy by však měly být všeude stejně. Ovlivňují totiž třeba dobu, jak dlouho salát vydrží.

Pozor na skořápky

Pokud do bramborového salátu dáváte hrášek, patříte podle průzkumu značky Bondueille a agentury STEM/MARK k polovině populace. Osm procent rodin se při přípravě obejde bez majonézy a tatarské omáčky. V 15 procentech salátů připravených o Vánocích je oblíbený bílý jogurt, upřednostňují

ho nejčastěji respondenti starší 60 let.

„Budete-li na zamíchání salátu chtít použít jogurt, myslíte na to, že se jedná o kysaný mléčný výrobek, který v jednom gramu obsahuje deset milionů živých mikroorganismů,“ popisuje Karolína Fourová, inženýrka v oboru výživy a kvality potravin. „Ty se sice živí mléčným cukrem, ale nepohrdnou ani jinými sacharidy a salát by vám tak mohl při nesprávném skladování začít kvasit. Jogurt proto k ostatním surovinám přidávejte až těsně před konzumací,“ varuje Fourová.

Podle odbornice by si měli ti, kteří do salátu přidávají majonézu, ohlídat její složení. Bezpečná je kupovaná „majolka“ z pasterovaných vajec. Pokud však preferujete majonézu domácí ze syrových vajec, zvolte raději vejce kupovaná z monitorovaných a značených chovů. Případně



Jaké jsou největší prohřešky při přípravě salátu?

umyjte i povrchy, na nichž salát připravujete. Salát míchejte pouze čistou lžící a na čistou myslítku také po tom, co salát zamícháte a uložíte do lednice,“ radí Fourová. Polovina lidí totiž kontaminuje salát při jeho koštování, když ujídají opakováně v velké misy jednou a tou samou použitou lžící, nebo dalšími nečistotami, když se do ochutnávání pustí přímo holýma rukama.

Průzkum ukázal, že bramborový salát si 77 procent Čechů nedovede představit bez vajíčka a 62 procent bez mrkev. Přes 20 procent lidí salát konzumuje více než čtyři dny. Skladovat salát tak dlouho ale bezpečné není. Nejlepší je ho spotřebovat do tří dnů. S přípravou tohoto pokrmu začíná sedesát procent rodin den před Štědrým dnem, 40 procent z nich připravuje tu vánocní přílohu jen několik hodin před sváteční večeří. **VERONIKA REICHELTOVÁ**

INZERCE

riziko salmonely je zde nižší než u vajíček domácích.

Po manipulaci se skořápkami si nezapomeňte umýt ruce, vyskytuje se na nich totiž obrovské množství nečistot a nežádoucích mikroorganismů.

Nebezpečné koštování

Čtvrtina Čechů míchá suroviny holýma rukama, zvýše-

ná hygiena by proto měla být automatická. „Abyste rukama nebo špinavým kuchyňským nádobím zbytečně nekontaminovali možnými patogeny zeleninu a další suroviny, které se již nebudou teplě opracovávat, umyjte si před přípravou salátu i v jejím průběhu ruce důkladně mydlem,“ doporučuje Fourová. „Stejně tak saponátem

Dopravní podnik hlavního města Prahy vás zve na akci

NALAĎTE SE V METRU TAKÉ O VÁNOCÍCH!

V úterý 13. prosince

ve vestibulu Náměstí Republiky (Palladium)
16.00 – 22.00 hodin

a vestibulu Muzeum A/C
16.00 – 20.00 hodin

Více informací na: www.dpp.cz/hudba

Oficiální národní oznámení

Dánský lékařský program zahájen v České republice **1000 POSILOVAČŮ SLUCHU ZDARMA pro každého v věku 28-95 let**

↓ Přečtěte si toto upozornění před otočením další ↓

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

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

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

Jestli:

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

... pak máte nárok na bezplatný zesilovač sluchu - mikroskopický, v uchu neviditelný regenerátor nové generace, díky kterému začnete slyšet hlasitě a čistě, zbavíte se nedoslychavosti a přetravávajícího tinnitusu a fantomových zvuků, které slyšíš jen ve své hlavě. Chcete-li využít nabídku, zavolejte na číslo **354 978 923**, než budou ostatní soutěžit.

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

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



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

samo od sebe neustoupí. Neváhejte – dánský program úhrad pokrývá 1000 lidí v České republice – kdo dřív přijde, je dřív na řadě. O udělení bezplatného produktu rozhoduje pořadí žádostí. **Zavolejte nám nyní: 354 978 923 a vyzvedněte si zesilovač sluchu za 0 Kč.**

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

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

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

ZÍSKEJ ZPĚT SILNÝ SLUCH.

Vyzvedni speciální regenerátor sluchu za 0 Kč na čísle: **354 978 923**

Důležité: 1 zesilovač může vyzvednout 1 osoba. Nabídku lze využít do 07.01.2023 r. Po-pa 8:00 - 20:00 sob: 8:00 - 16:00. Běžně místní spojení bez příplatku

Nemovitosti - poptávka

KOUPÍM CHATU

Hledám ke koupi chatu, chalupu do 50 km od Prahy. Stav nerozdrojuje. 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 být i Vysokina. Na stavu nezáleží, spíše na místě.

Tel.: 773 117 381

- IHned VYKOUPÍME Vás byt, rodinný dům, činž. dům, pozemek. Hotovost do 3 dnů. Výřešíme cokoli - privatizaci, právní vadu, dluhy, exekuce. 800662222.

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

Starožitnosti

- Koupím hodiny a obrazy v jakémkoliv stavu. Jsem sběratel, ne překupník. Slušně jednání. Platím hotově. Tel. 602654613, alex.kratochvil@volny.cz

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

Zdraví

KNIHY!

Koupím knihy novější i starší + starožitný a retro nábytek do stylové čítárny - kresla, židle, stolky, lampy, obrazy, knihovny aj.

T. 603 478 873

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

- Sbírám, koupím, zaplatím - staré sklo, nábytek, porcelán, hračky, mince, bankovky, odznaky, šperky, bižu, sochy, ván. ozdoby, obrazy atd. T. 732691777

Auto-moto - poptávka

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

Byty - poptávka

KOUPÍM BYT V PRAZE

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

BYT/ DŮM POPTÁVKA

s přítelkyní hledáme ke koupi byt a rodinný dům v Lounech, případně v dojezdové vzdálenosti do Louň. 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 nabídku, P. Grygar. Tel.: 739641969.

- Koupím BYT, nemovitost. Nabízím možnost dozíti seniorku i bez nájmu slušné jednání, právní servis, případné dluhy uhradím. Děkuji J. Jurčová, 725805115

Práce - nabídka

- Úklidová fa přijme INVALIDNÍ důchody na 1/2 úvazek na úklid kanceláří. Mzda dohodou. Nábor. přisp. 5 000 Kč. TEL: 774510686

- Domácí zdravotní péče Praha 2 hledá na hlavní pracovní poměr zdravotní sestru. Výborný a stabilní kolektiv. Dobré platové podmínky. T. 725015319, www.cssp2.cz.

INZERCE

- Amboseli přijme POPELÁŘE v Praze na HPP/DPČ, pravidelné zálohy, odměny a příspěvek na bydlení. Volejte pouze Po až Pá 9 - 15 hod. Mob: 724438833

- Hotelová škola a Gymnázium Radlická přijme do školního roku 2022/2023 aprobovaného učitele / učitelku předmětu anglický jazyk a odborné gastronomické předměty. Zájemce prosíme o zaslání svého životopisu na novotnym@hs-radlicka.cz

Zajímáte se o bezpečnost a technologie?

PŘIJEDEJTE SE K NÁM!

Vydělejte si až 1 800 Kč za den!

800 111 112

**VÁNOČNÍ BRIGÁDY****150 - 190****KČ/HOD****ZÁLOHY****DRUHÝ DEN**

Kontakty:

222 534 534

brigada@creditczech.cz

www.creditczech.cz

- Mateřská škola v P9- Vysočanech přijme pomocnou silu / kuchařku /. Požadujeme spolehlivou, pracovitou nekuřáčku. Nástup možný ihned. Informace na tel: 731924331 nebo e-mail : info@msupivovaru

- PŘIVDĚLEK za 150-190 Kč/hod - pokladní v Praze a okolí, zaškolení, online rezervace směn, zálohy. Tel.: 222534534, www.creditczech.cz

- BRIGÁDA pro KAŽDÉHO - noční doplňování zboží za 150-190 Kč/hod, online rezervace, zálohy druhý den, Praha a okolí. Více na tel: 222534534

- Brigáda v týdnu nebo o víkendu - denní DOPLŇOVÁNÍ ZBOŽÍ za 150-175 Kč/hod, online rezervace, zálohy, prodejny v Praze a okolí. Tel: 222534534, www.creditczech.cz

- Pultový prodej lahůdek I BEZ PRAXE - zaškolíme, nabízíme 162-165 Kč/hod. Zálohy denně. Více na tel: 222534534, www.creditczech.cz

- Přijmeme invalidní důchodce na pozice REcepce a Ostraha

- mzda od 110 Kč/hod.

- náborový bonus

- 10.000 Kč, výplata denně

- Tel.: 800 888 440 (bezplatná linka) Pohovory jsou každý pracovní den od 8.00 do 12.00 hodin na adresě: Ocelářská 21, Praha 9 (Metro B - Českomoravská)

- Nabízíme 162 Kč/hod za DOPEK PEČIVA, směny si volíte sami, denní zálohy, prodejny po celé Praze, nástup ihned. Tel: 222534534

- VÁNOČNÍ PŘIVDĚLEK - vyberte si brigádu dle Vašich potřeb, 150-190 Kč/hod, zálohy denně, online rezervace směn. Tel 222534534, www.creditczech.cz

- ZŠ a MŠ J.Seiferta, Vlkova 31, Praha 3 přijme do ŠJ pomocnou sílu na částečný úvazek, nástup možný 1.2.2023. Více informací na skopcova@skolaseiferta.cz, tel: +420739301565

- Trídění a balení zásilek - výpomoc před vánocemi za 165 Kč/hod s nástupem ihned, zálohy druhý den. Více na tel: 222534534, www.creditczech.cz

- Bezp. agentura přijme strážní. Výdělek dle odsouzených směn, prům. 27 000 Kč. Možnost ubyt. a záloh. Požadujeme čistý RT. Tel. 702005903.

- Přijmeme ostrahu na stavbu v Praze Holešovicích, pouze denní směny, mzda 150 Kč, nástup 1.2. 2023. HPP i DPP pro inv. důchodce, info tel.: 608444000

- ŠKOLNÍ JÍDELNA (ZŠ, P9 – Č.Most) přijme kuchařku a pomocnou sílu do kuchyně (plný úvazek, nástup 2.1.). Tel.: 774355358, budilova@zsgenjanouska.cz

ÚČINNÁ METODA NA TVAROVÁNÍ POSTAVY, ODBOURÁNÍ TUKU A ZPEVNĚNÍ OCHABLÉHO SVALSTVA A KŮŽE.

To vše dokáže v krátké době metoda Bailine, která je vhodná pro ženy a muže každého věku. Právě díky nenáročnosti je metoda vhodná i pro starší lidi a ty kteří z časových důvodů nestihají návštěvu posilovny a nebo už na ně cvičení a diety nefungují. 1 terapie trvá 45 minut = 2,5 hodiny intenzivního tréninku. Za 1 terapii ošetříme ruce, záda, bříško, bůčky, zadeček, vnější a vnitřní stranu stehen a nad koleny. Metodu Bailine najdete pouze na jediném místě v Praze v estetickém a hubnoucím centru Pretty Woman and Man na Andělu. Máme pro vás připravené výhodné balíčky i na ostatní metody.

**Doporučuje Bára Basiková****VÝHODNÉ VÁNOČNÍ BALÍČKY**

AKCE PLATNÁ DO 31. 12. 2022



10 terapií + 2 zdarma za 5.500 Kč

15 terapií + 3 zdarma za 6.900 Kč

20 terapií + 5 zdarma za 7.700 Kč

**Prodej dárkových poukázk!****PRO KLIENTY NAD 60 LET JE SLEVA 10 %****www.prettywomanandman.cz**

Nádražní 110, Praha 5 - Anděl

Tel.: 257 313 721 nebo 602 935 671

Pouze třicet za hodinu

Amsterdam chce snížit rychlosť aut.

Amsterdam chce na 80 procentech silnic a ulíc ve městě omezit nejvyšší povolenou rychlosť na 30 kilometrů za hodinu. Opatření by mohlo začít platit od prosince příštího roku, oznámilo vedení města. Slibuje si od toho tišší a bezpečnější provoz. Konečné rozhodnutí přijme městská rada v lednu, uvedla agen-

tura DPA. Anketa mezi obyvateli města ukázala, že 67 procent z nich považuje dopravu v okolí svého bydliště za nebezpečnou. Dohromady 83 procent dotazovaných se domnívá, že jedním z důvodů této nebezpečnosti je vysoká rychlosť.

V Amsterodamu každý rok zemře na silničích zhruba 20 lidí a dalších 800 utrpí zranění. Při snížení maximální rychlosti z 50 na 30 kilometrů za hodinu se zkrátí brzdná dráha na polovinu a podle

propočtu klesne i počet nehod o 20 až 30 procent, uvedlo vedení města.

Aby bylo město na změnu připraveno, radnice v nadcházejícím roce upraví provoz semaforů a doplní potřebné dopravní značení. Dodržování pravidel chce Amsterdam zajistit posílením kamero-vých systémů ve městě. Výjimku ze snížené rychlosti budou mít prostředky městské hromadné dopravy, které se po městě pohybují ve vyhrazených pruzích. čtk

INZERCE



AP

Za mír

V Oslu v sobotu převzali Nobelovu cenu za mír zástupci letošních laureátů – ruské lidskoprávní organizace Memorial, ukrajinského Centra pro občanské svobody a vězněného běloruského disidenta Aleše Bjalajčekho. Místo Bjalajčekho, kterému běloruský režim neumožnil vystoupit, se ceremoniálu zúčastnila jeho manželka Natalja Pinčuková (na snímku). čtk

VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

Značka dm
dm

Čistí všechny hladké povrchy. Snadno a bez nutnosti použití chemických prostředků odstraní skvrny od čaje, kávy, červeného vína, pastepek a propisek.

Moje dm-app

nnyní stáhnout

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

Profissimo nano houbička na nečistoty 6 ks

54,90 Kč
9,15 Kč za 1 ks

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 12.08.2022 54,90 Kč

dm
ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

Lavina. Zemřeli Slováci a Polák

Ve Vysokých Tatrách zemřeli pod lavinami dva Slováci a jeden Polák. Slováci se vydali na poslední část túry navzdory špatnému počasí, uvedla dnes slovenská horská záchranná služba (HZS). Na polské straně hor se podařilo dva zavalené zachránit, byly převezeny do nemocnice, napsal agentura DPA.

V sobotu večer se na záchránu obrátila partnerka jednoho ze slovenských turistů poté, co večer s kamarádem nedorazili na smluvnené mí-

to vyzvednutí. Svědci dva muže ve věku 36 a 41 let na poslední viděli na Téryho chatě, odkud se navzdory varování zaměstnanců vydali do Příčného sedla, uvedla HZS.

Záchranáři lokalizovali dvojici podle mobilních telefonů, vydal se jí hledat dobrovolný záchranář ze Zbojnické chaty. Objevil lavinu, která se uvolnila zpod sedla. Dva muže našli nakonec lavinoví psi. Transport těl kvůli zhoršujícímu se počasí a hustému sněžení proběhl později. čtk

Drážďany

Německá policie osvobodila dva rukojmí, kterých se v obchodním domě Altmarkt-Galerie v centru Drážďan na několik hodin zmocnil ozbrojený muž. Rukojmí jsou v pořádku, útočník ale podle policejního prohlášení při zásahu utrpěl zranění, kterým podlehl. Policie rovněž uvedla, že 40letý muž byl podle všeho duševně nemocný. Policie případ považuje za vyhrocené domácí drama, neboť ozbrojenec je podezřelý z vraždy své matky. Do Drážďan v době adventu míří tisíce Čechů. čtk



Krátké

Přibývá žen, které pracují jako prostitutky

V Británii přibývá žen, které v důsledku zhorskujících se ekonomických výhledů začínají poskytovat sexuální služby nebo se k této činnosti vracejí. Vyplývá to z rozhovoru listu Financial Times s 23 společnicemi a 14 charitativními organizacemi napříč Spojeným královstvím. Důvodů, proč se lidé uchylují k prostituci, je mnoho, od touhy zajistit si finanční nezávislost až po vykořisťování zločineckými gangy. Existuje však i přímočařejší vysvětlení. Vzhledem k jedenáctiprocentní inflaci se zdá, že země vstupuje do dlouhodobé recese, což prohluší krizi životních nákladů.

Rašíd na Měsici

Z mysu Canaveral odstartovala raketa Falcon 9, která má k Měsici vynést lunární vozítko Rašída Vesmírného centra Muhammada bin Rašída Spojených arabských emirátů. Předchozí start na konci listopadu americké společnost SpaceX přesunula kvůli nutnosti provést další kontroly, včera již start proběhl. Spojené arabské emiráty svůj vesmírný program uspěly; desetikilové vozítko Rašíd mělo původně vyrazit k Měsici až v roce 2024. V případě úspěchu půjde o první arabskou misi na Měsíc. Dopravit tam technologii se zatím podařilo jen USA, Rusku a Číně. čtk

Lockerbie. Libyjec je ve vazbě

Spojené státy mají ve vazbě Libyjce, který údajně sestrojil bombu pro atentát na let Pan Am nad skotským městem Lockerbie, při kterém v roce 1988 zemřelo 270 lidí. Původní zprávu skotské prokuratury, o které informovala stanice BBC, už potvrdilo americké ministerstvo spravedlnosti. USA obvinily Adžílu Muhammada Masúda z účasti na nejkrvavějším teroristickém útoku na britském území před dvěma lety. „Rodiny obětí atentátu nad Lockerbie se dozvěděly, že Adžíla Muhammad Masúd je zadržen v USA,“ uvedla skotská prokuratura, která chce spolupracovat na objasnění role Libyje v atentátu s britskou a americkou vládou. Libyjec má stáout před soudem ve Washingtonu. Bude tak prvním z údajných pachatelů atentát-

tu, kterého budou soudit na americkém území. Z 270 obětí útoku mělo 190 americké občanství.

Muž byl považován za experta na výbušninu režimu libyjského diktátora Muamara Kaddáfího a za strůjce výbušného zařízení umístěného na letu společnosti Pan Am z Londýna do New Yorku. Kvůli výbuchu zemřelo 259 lidí na palubě letadla a 11 lidí usmrtily padající trosky. Spojené státy Masúdu obvinily z účasti na atentátu v roce 2020.

Jediným odsouzeným za atentát byl důstojník libyjských tajných služeb Abdal Basat Alí Midžrahí. V lednu 2001 dostal doživotí. V srpnu 2009 byl propuštěn ze zdravotních důvodů ze skotského vězení do Libye, kde v květnu 2012 zemřel. čTK



Trosky letadla po atentátu na letadlo společnosti Pan Am v roce 1988

AP

Práce - nabídka

- ZŠ v Praze 10 – Hostivař přijme učitele s aprobací Anglický jazyk, učitele matematiky a učitele přírodopisu. Možnost ubytování. Tel. 274016523, 603436284, e-mail: reditel@hornomep.cz

- Přijmeme IHNED na HPP pracovníci na úklid VŠ kolejí v P-4. Pracovní doba 7-15.30 hod. Plat 16.500-22.000 Kč. Tel. 603429248

- Přijmeme invalidní důchodce na evidenci vozidel na parkovištích v Praze. Velmi přijemná práce 2 x týdně. Invalidní důchod je nutností. 6000 Kč čistého. Tel. 608672836

- Agentura PANCÉŘ s.r.o. přijme zaměstnance na pozici dozor exponátů v rámci celé Prahy (objekty Národního muzea). Velmi nadstandardní mzdrové podmínky. Možné i pro OZP (náborový příspěvek). Možné DPP i HPP. Tel.: 800888042. E-mail: nabor@pancer.cz

- Agentura PANCÉŘ s.r.o. přijme zaměstnance na pozici dozor exponátů v rámci celé Prahy (objekty Národního muzea). Velmi nadstandardní mzdrové podmínky. Možné DPP. Možné i pro OZP (náborový příspěvek). Tel.: 800888042. E-mail: nabor@pancer.cz

- Agentura PANCÉŘ s.r.o. přijme zaměstnance na pozici dozor exponátů v rámci celé Prahy (objekty Národního muzea). Velmi nadstandardní mzdrové podmínky. Možné DPP. Možné i pro OZP (náborový příspěvek). Tel.: 800888042. E-mail: nabor@pancer.cz

- Agentura PANCÉŘ s.r.o. přijme zaměstnance na pozici ostromraha v rámci celé Prahy (objekty Muzea). Velmi nadstandardní mzdrové podmínky. Možné i pro OZP (náborový příspěvek). Možné DPP i HPP. Tel.: 800888042. E-mail: nabor@pancer.cz

- Agentura PANCÉŘ s.r.o. přijme zaměstnance na pozici bezpečnostní velína v rámci celé Prahy (objekty Národního muzea). Velmi nadstandardní mzdrové podmínky. Možné i pro OZP (náborový příspěvek). Možné DPP i HPP. Tel.: 800888042. E-mail: nabor@pancer.cz

- Agentura PANCÉŘ s.r.o. přijme zaměstnance na pozici zálohová jednotka Praha (Národní muzeum) – mzda 182 Kč/hod. Možné DPP i HPP. Tel.: 800888042. E-mail: nabor@pancer.cz

- Agentura PANCÉŘ s.r.o. přijme zaměstnance na pozici dozor exponátů v rámci celé Prahy (objekty Národního muzea). Velmi nadstandardní mzdrové podmínky. Možné DPP. Možné i pro OZP (náborový příspěvek). Tel.: 800888042. E-mail: nabor@pancer.cz



**PRACUJTE
V BRANŽI
BEZPEČNOSTI
A OSTRAHY**

ABAS
IPS MANAGEMENT

VOLEJTE ZDARMA
800 108 111
nabor@abasco.cz

Chcete stěžit hodnoty jako STRÁZNÝ?
Mít pevnou pozici jako RECEPCNÍ?

Nebo hledat zboží v OBCHODECH?

A můžete být klidní i VEDOUCÍ!

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



INZERCE

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

Nemovitosti - nabídka

JURIS REAL

**Nabízíme
přímý výkup
nemovitostí.**

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

777 306 102

Hobby - poptávka

• Koupím z pozůstatku staré kožichy, dečky, nábytek, obrazy, kabely, bížuterii, odznaky, mince, knihy, porcelán, oděvy, housle atd. Tel. 608221020.

Pronájmy - poptávka

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

• Přijmu cukrářku nebo paní s praxí v cukr. výrobě, slušné jednání zaručeno, dl./ kr. týden, min. 28tis. cist. Nástup leden, dohoda již nyní! 604273883

• Přijmeme brusíče nástrojů, i část. úvazek, 1-směnný provoz, klouzavá prac. doba, benefity. Email: zamestnani@vakuum.cz, T: 220104535

Počítače - nabídka

**Staňte se darcem
krevní plazmy**

800 Kč*
za každý
odber

1600 Kč*

měsíčně

→ 20 800 Kč*

za rok

- Pomůžete zachránit lidské životy
- Máte pravidelnou kontrolu
zdravotního stavu
- Občerstvení zdarma a zajímavé dáry

Metro Hradčanská

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

única plasma
Tel.: 733 474 770

Práce - poptávka

• Žena 56 let hledá práci v klidné vrátnici na HPP. Jsem z Prahy 3. Tel. 773220929

Knihy a časopisy

**VÝKUP
KNIH
a
KNIHOVEN**

koupíme jednotlivé
knihy i celé sbírky,
pozůstatky apod.

Přijedeme
(pro více než 300 ks)
zaPlatíme
odvezeme

Celá ČR

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

**VYKOUPÍME
KNIHY**

**zaplatíme
hotově á**

**2000,- Kč
za jednu
banánovou
krabici knih.**

**Než prodáte
své knihy,
porovnejte**

**CENOVOU
NABÍDKU!**

**Telefon:
773 537 401**



Betlémská cesta v Třešti opět v domácnostech betlemářů

Po dvouleté pauze se na Vysočině vrací k letité vánoční tradici.

Město Třešť obklopené rybníky a zalesněnými kopci Českomoravské vrchoviny návštěvníky láká historickým jádrem s malebnou židovskou čtvrtí, empírovou synagogou nebo zámkem, který slouží zároveň jako hotel. Už více než dvě století je Třešť také neodmyslitelně spjatá s betlemářstvím. Každé Vánoce tu místní výrobci betlému otevírají své domácnosti návštěvníkům, kteří si je tak mohou prohlédnout v autentickém prostředí. Přijďte si projít Betlémskou cestu i vy. Po dvou letech, kdy probíhala jen virtuálně, můžete opět navštívit třešťské betlemáře u nich doma a podívat se, jak jejich díla vznikají.

Přímo domů k řezbářům

Třešť patří právem vedle Jihlavы a Třebíče k nejvýznamnějším střediskům betlemářství nejen na Vysočině, ale v celé České republice. První, nejprve papírové betlémy se zde začaly vyrábět na počátku 19. století. O půlstoletí později už převládly betlémy dřevěné, které se zde vyrábějí dodnes.

Třešťské betlémy jsou specifické. Jsou komponovány jako dioráma, ve kterém se krajina vytvářená z pařezů, mechů a jiných přírodnin stupňovitě zvedá a přechází v krajinu malovanou. Už více než 200 let se tu udržuje kro-

mě tradice vyřezávání betlému také jejich stavění a zpřístupnění široké veřejnosti, a to přímo v betlemářských rodinách. Současníci stejně jako jejich pradědečkové každý rok otevřou garáže, komory nebo dílny a vystaví v nich unikátní betlémy, které si přijíždí prohlédnout tisíce návštěvníků.

INZERCE

VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

Značka dm

Pečuje o pokožku, které dodává dlouhodobou hydrataci a hebkost.

certifikovaná přírodní kosmetika

alverde
tělové máslo
bio pomeranč & bio bambucké máslo
200 ml
69,90 Kč
34,95 Kč za 100 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA od 12.08.2022 69,90 Kč

Moje dm-app

nyní stáhnout

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

dm

ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJU

Betlémská cesta, jak se vystavé betlému v domácnostech říká, bude zpřístupněná od 26. prosince až do 2. února. V letošním roce už nebude virtuální, jak tomu bylo v minulých letech, ale návštěvníci se budou moci na betlémy znovu podívat i přímo u betlemářů doma. Kromě tradičních míst jsou bet-

lémy umístěny například také v rodinné firmě Podzimek, v kostele sv. Kateřiny nebo v Zámeckém hotelu Třešť.

Už několik let je Betlémská cesta navíc rozšířena až do hlavního města Prahy na Jindřišskou věž, kde třešťský betlém vystavuje rodina Podzimků.

Stálá expozice i tradiční vánoční výставка

Kromě Betlémské cesty je od roku 2003 ve dvorním traktu domu J. A. Schumpetera celoročně otevřená expozice Spolku přátel betlému v Třešti, která bude od 19. prosince navíc rozšířena i do prostoru bývalé cukrárny. Návštěvníci si mohou prohlédnout několik betlému s papírovými a dřevěnými figurkami a unikátní betlém, který vzniká kontinuálně od roku 2002 na řezbářském festivalu Dřevořezání. Každý řezbář musí zanechat alespoň jednu figurku právě do tohoto společného betléma. Díky tomu má už k dnešnímu dni více než tisíc dílů. V nejmenší místo vznikne také malé kino, ve kterém se bude promítat dokumentární film mající práci betlemářů, kteří pečují o svá díla nejen o Vánočních, ale během celého roku.

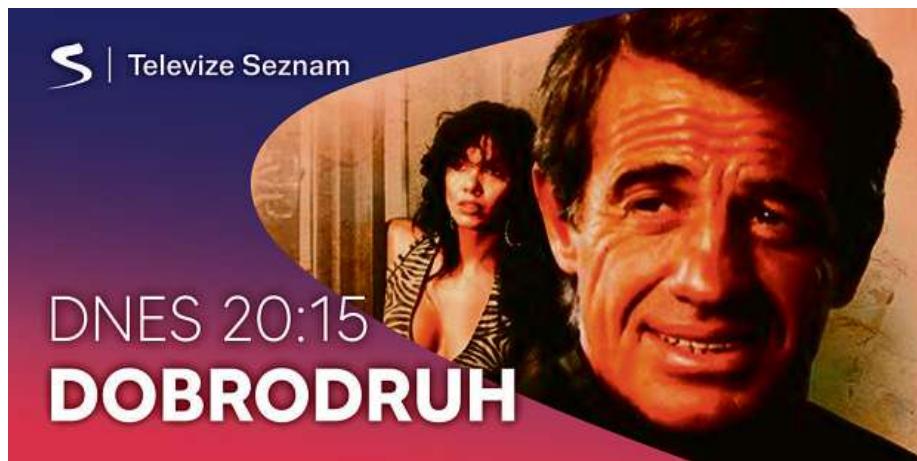
Tradiční vánoční výставка, která probíhá v prostorách Zámecké konírně od 25. listopadu do 15. ledna, nese letos podtitul Jihomoravské betlémy a vznikla ve spolupráci s Muzeem Jindřichohradecka. Umožňuje nahlédnout návštěvníkům do jeho sbírky a do tvorby tamních betlemářů. Zastoupeny ale budou samozřejmě také místní třebíčské kousky. Součástí expozice je betlém, který muzejnice zámrně nechali ve fázi rozpracování, aby si lidé uměli představit, jak betlémy vznikají. Vůbec poprvé se letos vystaví také nový pětimetrový betlém, který muzeum získalo před dvěma lety, a věřejnost ho ještě neměla možnost vidět. MET



Na Betlémské cestě se návštěvníci mohou na betlémy podívat přímo u řezbářů doma. Tradition se vrací po dvouleté covidové pauze.



2x VYSOČINA TOURISM



Mluví jen jeden. Komiks je pro mladého učitele také ventilem

Je mu pětadvacet a učí na Montessori škole na prvním stupni. Na druhém zase vede lekce tvůrčího psaní. Však ho sám studoval na Literární akademii Josefa Škvoreckého. O životě učitele tvoří i komiks. Je to pro něj i něco jako ventil v náročné práci. Právě kvůli ní by rád zůstal v anonymitě. Pokud vás jeho dílo zajalo, najdete ho na sociálních sítích na profilu s názvem Mluví jen jeden.

Co vás inspirovalo k tvoření komiksu?

Mám velmi rád humor. Sám sebe vnímám jako lehce komickou postavu: dvoumetrový chlap mezi malými dětmi se spoustou kolegyní. Doma dvě dcery a žena. Pohybuj se v ženo-dětském světě. Má výchozí situace je tedy lehce absurdní, pro mnohé chlapy možná nepředstavitelná. Nutno říct, že mě ale má výchozí situace náramně baví. Rád pracuji s dětmi

a rád se s nimi učím. Mám štěstí, že máme skvělý kolektiv, velmi schopnou paní ředitelku a šikovné děti. Je to skvělá práce. Což neznamená, že se člověk nedostává pod tlak. Tvorba komiksu je tedy i jakýsi ventil stresu. Zároveň mohu zúročit mou původní ambici: chtěl jsem být dokumentaristou či scenáristou. V práci jedu na sto percent, přesto je ve mně ten skrytý pozorovatel, který zachytává okamžiky. A Zachytávat mě baví hlavně ty vtipné momenty, kterých je v tomto prostředí spousta.

Co na váš komiks říkají kolegové?

Upřímně... větší část kolegů o mému komiku neví. Před rokem jsme ale vtipy rozebírali s ředitelkou naší školy, byl jsem odhalen. Domluvili jsme se, že nebudu používat konkrétní jména. Já jsem dodal, že je v mému zájmu zůstat v anonymitě. Nerad

bych, aby se některé děti ve vtipcích poznaly, ačkoliv si myslím, že jsou komiksy jemné; větší srandu si dělám hlavně sám ze sebe.

Občas mi z komiksů přijde, že jsou i takovou neprímo stížností na vaši profesi. Nebo se pleť?

Učitelování je náročné hlavně zpočátku, než se člověk otrká. V Montessori systému máme trojročí, což znamená, že máte ve výuce tři různé ročníky a v každém ročníku dvě až tři výkonnostní skupiny. Toto může být ze začátku velmi frustrující. Hlavně pro člověka, který nemá praxi, což byl i můj případ. Musí se z vás nejprve stát schopný a silný manažer, který skupinu udrží v běhu. Stačí totiž páru zaváhání a hodina se vám krásně rozpadne. V komiksu občas rád nepřímo odrážím malinkou osvětu i pro ty, kteří si myslí, že si učitel na 1. stupni s dětmi celé dopo-



Komiks odráží i reálné situace ze školy.

MLUVÍ JEN JEDEN

ledne hraje a po obědě jde domů a má spoustu prázdnin. Samozřejmě to tak není, i když se to třeba může zdát. Mezi děti musíte každý den vlivnout s velkým entuziasmem a energií, být dobré připraven, umět improvizovat, vycítovat potřeby jednotlivých dětí, povzbuzovat introverty, mít pod kontrolou roštáky. Je to plná práce, která nabízí. Ale může být dvousečná a v různých etapách i pěkně frustrativ. Já se rád uzemňuji boxem, a právě třeba i tím komiksem, kde mohu sdílet momenty s ostatními učiteli.

Kromě komiksu tvoří i materiály do škol. Zkuste je trochu představit.

Materiály do škol jsme začali tvořit s mou ženou tento rok. Výroba nás oba velmi baví. Má žena má v genech dědečka ilustrátora Mayového Gustava Kruma. Má talent na tent typ kresby, který já neuvedl. Kombinujeme to tedy s mou minimalistickou kresbou, která se hodí zejména na vtipy. Materiály tvoříme hlavně pro český jazyk. Naše

pracovní listy kombinují pracovní cvičení s vybarvováním. Vybarvený list si žák porovná s kontrolou: díky barvám hned vidí, kde chyboval. Tato forma navíc děti velmi baví. Teď se ženou rádi tvoríme vybarvovačky s návodem. Zde mám zkušenosť, že rozečte i chronické nečtenáře. Má žena nakreslí scénu a já k ní doplním co možná nejpoutavější návod k vybarvení. Jde též o hrátky se čtenářskou gramotností. Rád bych ještě zmínil tvůrčí psaní. Rád opírám úkoly o konkrétní filmy. Přes prázdniny jsem vytvořil pracovní listy k desítí snímkům, jako jsou například Matrix, Nekonečný příběh, X-Men, Návrat do budoucnosti či Sám doma. Úkoly vždy souvisí s linkou konkrétního příběhu, například děti velmi bavilo tvořit plán domu s pastmi na zloděje, které jsou v Sám doma, po zhotovení plánu děti psaly grotesku, kterou se do jejich domu vloží dva zloději. Musím říct, že mě často překvapí, s jak originálními nápady děti přicházejí. Inspirujeme se navzájem. **MAREK HYŘ**

Portmonka

TVOJE DIGITÁLNÍ PENĚZENKA NA VĚRNOSTNÍ KARTY

NYNÍ NA Google Play Stáhnout v App Store

Evropským filmem roku je Trojúhelník smutku od Östlunda

Zástupci z Česka
si ceny neodvezli.

Cenu Evropské filmové akademie (EFA) pro nejlepší film za letošní rok získal snímek Trojúhelník smutku švédského režiséra Rubena Östlunda. Toho porota oceni-

la i jako nejlepšího režiséra. Film vyhrál také v kategorii za nejlepší scénář a mužský herecký výkon. Výsledky byly oznámeny během slavnostního večera v islandském Reykjavíku.

Nejlepšími herci jsou Chorvat Zlatko Burić, který hrál v Trojúhelníku smutku, a Vicki Kriepsová z Lucemburska,

která ve filmu Korzet ztvárnila Alžbětu Bavorskou zvanou Sisi. Nejlepší komedií je podle akademie španělský snímek Dobrý šéf, který natočil Fernando León de Aranoa. Cenu pro nejlepší animovaný film si z Reykjavíku odváží francouzský režisér Alain Ughetto za snímek Interdit aux chiens et aux Italiens

(Psům a Italům vstup zakázán).

Cenu za krátký film získal francouzsko-slovenský animovaný dokument Babiččin sexuální život. Snímek Milý tati česko-vietnamské režiséry Diany Cam Van Nguyen neuспěl. Cenu FIPRESCI za objev roku má film Tělíčko o mladé Agatě, která v roce 1900 při-

jde při porodu o dítě, a o tom, co následuje. V této kategorii neuspěl snímek 107 matek režiséra Petra Kerekesa, který byl natočen v česko-slovensko-ukrajinské koprodukci a vypráví o osudech obyvatel ženské věznice v ukrajinské Odese.

Slavnostní večer dal prostor i dění na Ukrajině, která čelí ruské invazi. Pětice ukrajinských producentů prostřednictvím krátkých videí vyzvala lidi, aby dál chodili do kin na dobré filmy a podporovali Ukrajinu. Jejich příspěvek sklidil v sále dlouhé a hlasité ovace. Svou cenu věnovali ukrajinskému filmovému archivu v Kyjevě. Jeden host v sále se po jejich projevu zvedl s ukrajinskou vlajkou, na které byla napsaná výzva k propuštění ukrajinského lidskoprávního aktivisty a novináře Maksyma Butkevychy.

K divákům v sále promluvila prostřednictvím videa i předsedkyně Evropské komise Ursula von der Leyenová. Její evropská koncepce ochrany klimatu European Green Deal získala cenu filmové akademie za udržitelnost.

Evropské filmové ceny patří mezi nejprestižnější ocenění v oboru. Přibližně 4400 členů Filmové akademie mohou hlasovat o vítězích v několika kategoriích, podobně jako při předávání Oscarů v USA.

Loni se na cenách EFA stal filmem roku snímek Quo vadis, Aida? bosenské režiséry Jasmily Žbaničové, který vypráví o masakru ve Srebrenici z roku 1995. čTK

Krátce z divadla

Prašina nově na divadle

Klicperovo divadlo v Hradci Králové na hlavní scéně uvedlo ve světové premiéře dramatizaci románového bestsellera Vojtěcha Matochy Prašiny. Adaptaci dobrodružné knihy pro mládež režíroval umělecký šéf divadla Pavel Khek. Matocha se premiéry osobně zúčastnil. Jde o třetí premiéru sezony 2022/2023. Divákům se představily nové posily souboru Martina Czyżová, Maria Letherová a Martin Klapil.

Smetanův operní cyklus v Ostravě

Národní divadlo moravskoslezské připravuje uvedení nejhranější české opery Prodaná nevěsta Bedřicha Smetany. Premiéra bude ve čtvrtek v Divadle Antonína Dvořáka. Režie se ujal režitel divadla Jiří Nejkovský. Divadlo inscenaci uvádí jako součást Smetanova operního cyklu Ostrava 2024. V tomto roce uvede ve dvou blocích k výročímu Smetanova narození a úmrtí všech osm dokončených oper.

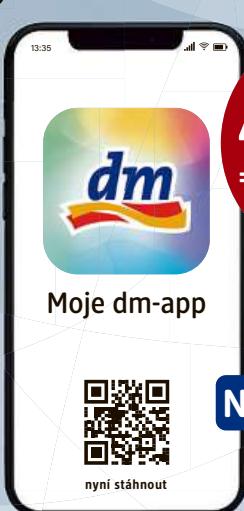
Učitel a žák

Pražské divadlo A studio Rubín uvedlo inscenaci Po škole režiséra Štěpána Gajdoše. Druhá premiéra jubilejní 55. sezony reflekтуje role učitele a žáka a jejich vztah v rovině, kterou všichni důvěrně znají ze školních lavic. Činí tak s lehce ironickým nadhledem, který ale nabízí i kulturně-spoločenský kontext. čTK

99 Moje dm,
s tebou si
nákupy
užívám 66

Stáhněte si nyní novou aplikaci Moje dm, nechte se inspirovat, objevujte novinky a usnadňte si nakupování.

Download on the App Store GET IT ON Google Play



400 BODŮ
= 100 KČ SLEVA*

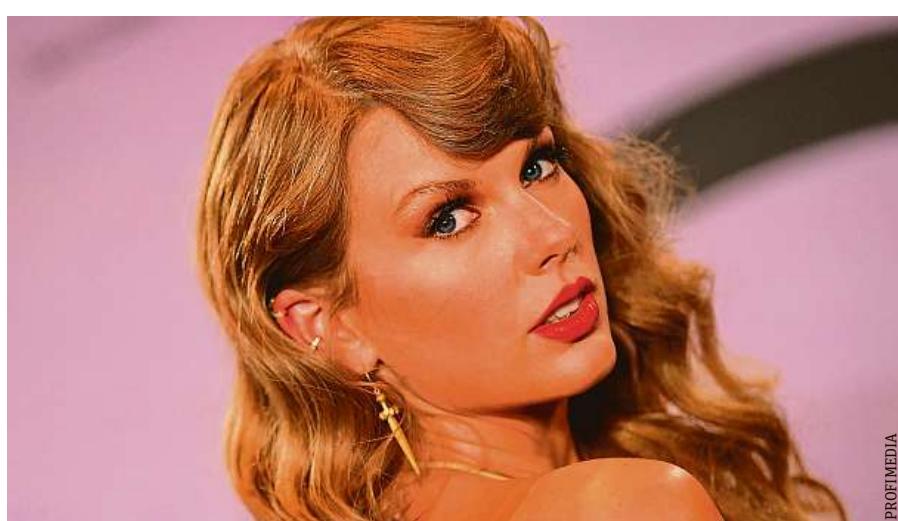
NOVĚ



ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJÍ

* Po stažení aplikace Moje dm, registraci a následném propojení s vaší active beauty kartou získáte eKupon na 400 extra bodů. eKupon lze aktivovat a uplatnit měsíc po stažení aplikace. eKupon lze uplatnit pouze jednou. eKupon lze kombinovat s produktovými kuponymi a eKuponymi, nelze kombinovat s kuponymi, eKuponymi či aktivitami na celý nákup. Sdílení a uplatnění bodů se nevztahuje na nákup dárkových a předplacených karet, vrácené obaly, na počáteční kojenecou mléčnou výživu dle zákona č. 40/1995 Sb., o regulaci reklamy, a na potraviny pro zvláštní lékařské účely dle nařízení Komise v přenesené pravomoci (EU) č. 2016/128.

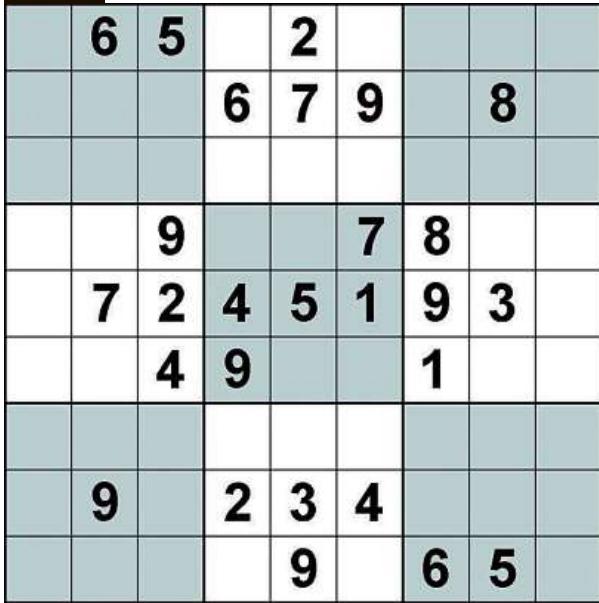
Moje dm-app
dm.cz



Swiftová režisérkou

Cenami ověnčená americká zpěvačka a také herečka Taylor Swiftová bude poprvé režírovat celovečerní hrany film. Informovalo o tom americké filmové studio Searchlight Pictures, které produkovalo oscarové filmy jako Nomadland a Tvrá vody. Podrobnosti k titulu, obsahu nebo obsazení filmu studio nesdílelo. Zpěvačka se už podílela na vzniku několika hudebních klipů a natočila jeden krátkometrážní film. čTK

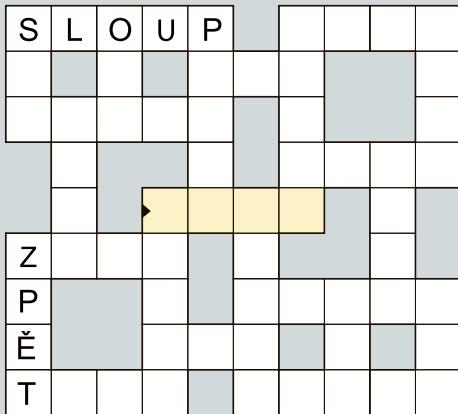
PROFMEDIA

Sudoku**Luštěnka****Doplňte do obrazce všechna slova.**

3 – OBR, ORT, OSN, SAD, SYN, ŠÁL

4 – ALOE, AMUR, BRVA, NUŠE, ŠNEK, TEST, ZRNO

5 – BRONZ, DATEL, GALÁN, HORST, OUŠKO, POLOM, YTONG

**INZERCE****Týdenní horoskop**

12. 12. – 18. 12. 2022

BERAN

Nejste moc nadšení z toho, jaké úkoly vám nyní vedení zadává. Přijde vám, že tohle absolutně nemáte ve své kompetenční matici.

BÝK

Seznámili jste se s jistou osubkou. Ze začátku se vám absolutně nezdá jako váš typ, ale postupem času se vám daný jedinec zalíbil.

BLÍŽENCI

Dávejte si nyní pozor na své chvatné zdraví. Již v minulosti jste prodeláli záňt, který vás vyřádil, tak věnujte pozornost prevenci.

RAK

Ve svém životě se chcete bavit. Vánoční čas je pro vás synonymem zábavy s přáteli, pořádání vánočních večírků a advent si užíváte.

LEV

Jste polibeni kreativní můzou a vymyslite vlastnoručně vyráběné dárky pro nejbližší. Nic pro vás není překážkou a fantazie nemá meze.

PANNA

Nebojte se dát najevo svůj názor, jste ambiciozni, a tak se na vás v práci hodně dá. Je vidět, že máte slovo a všichni si vás váží.

21. 3. – 20. 4.

Zjistěte si, zda jsou zdroje vašich nových příjmů potvrzené. Nyní se množí různé falešné brigády, kvůli nimž ztratíte čas i peníze.

VÁHY

23. 9. – 23. 10. Zjistěte si, zda jsou zdroje vašich nových příjmů potvrzené. Nyní se množí různé falešné brigády, kvůli nimž ztratíte čas i peníze.

ŠTÍR

24. 10. – 22. 11. V profesní oblasti se vám blyska na lepší časy. Dostali jste přídano a vypadá to, že si vedení konečně začíná vám věnovat.

STŘELEC

23. 11. – 21. 12. Rozčiluje vás kolega, který si nárokujete více pozornosti i úlevy. Přítom jeho práce za nic nestojí a rozsvá nepříjemnou atmosféru.

KOZOROH

22. 12. – 20. 1. Konečně se vám začíná v životě dařit. Na vánoční svátky se moc těšíte a celkově u vás doma vládne harmonická atmosféra plná lásky.

VODNÁŘ

21. 1. – 20. 2. V rodinném kruhu zažíváte dusnou atmosféru a místo toho, abyste si užívali harmonických a hezkých svátků, stále řešíte neshody.

RYBY

21. 2. – 20. 3. Máte tendence utráct víc než jindy. Je jasné, že ještě dokupujete dárky, ale i tak byste se měli zamyslet, zda toho už není moc.

JAKÁ BUDÉ TVOJE BUDOUCNOST?

NAPÍŠ IHNEDEM SMS
VE TVARU 91BLM A TEXT
NA 904 30 55 NEBO
VOLEJ 906 70 30 35

**KARTÁRKA BERTA ZNÁ
DOPOVĚD!**

ORÁKULUM LÁSKY!

Poslete SMS
ve tvaru 14MMT
na 904 30 46

Sousouděte se
a položte svou
tajnou otázkul!

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.cz, www.platmobilem.cz

Počasí

DNES

-3/1 °C



ZÍTRA

-4/0 °C



STŘEDA

-4/0 °C



ČTVRTEK

-4/0 °C



PÁTEK

-4/0 °C

Teplotní rekordy: -16,5 °C (1871) 13,8 °C (1994)

Bio:

TV tipy

- 15.50 Na krok od nebe IV
- 17.00 Cestománie
- 17.30 AZ-kvíz
- 18.00 Události v regionech
- 18.25 Kde domov můj?
- 19.00 Události
- 19.56 Branky, body, vteřiny
- 20.10 Den, kdy nevyšlo slunce
- 21.35 Samotáři
- 23.25 Sovákoviny
- 00.05 AZ-kvíz
- 00.40 Bolkoviny
- 01.25 Z metropole, Týden v regionech
- 01.50 Kalendárium
- 02.05 Banáновé rybičky
- 02.35 Dobré ráno
- 05.05 Na stopě



- 16.10 Deset chyb, které potopily Titanic
- 17.05 Letecké katastrofy
- 17.50 Manu a Matej na cestě do Apulie (10/10)
- 18.20 Tajemství nejrůznějšího letiště na světě
- 19.10 Do divočiny!
- 19.25 Československý filmový týdeník 1972 (1439/2379)
- 19.40 Postřely odjinud
- 19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce
- 20.00 Cetník ze Saint Tropez
- 21.45 Někdo to rád horké
- 23.45 Jack Strong
- 01.50 Před půlnocí
- 02.20 Zašlapané projekty



- 17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17.25 Na lovu II
- 18.25 Ulice (4386)
- 19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí Specialisté (120)
- 20.20 Specialistiké (120)
- 21.30 Specialistiké (121)
- 22.35 Kriminálka Las Vegas VIII (8)
- 23.35 Kriminálka Miami (19)
- 00.35 Kriminálka Miami (20)
- 01.35 Kriminálka Las Vegas VIII (8)
- 02.15 Střepiny
- 02.45 Novashopping
- 03.00 Na lovu II



- 15.50 Policie v akci
- 16.50 Policie v akci
- 17.50 Prostřeno!
- 18.55 Hlavní zprávy
- 19.40 Krimi zprávy
- 19.55 Showtime
- 20.15 Léto s gentlemanem (1/2)
- 21.35 Den jak sen
- 22.45 Na Pavlásku
- 23.50 Ano, šéfe!
- 01.05 Policie v akci
- 02.00 Námořní vyšetřovací služba XI (16)
- 03.00 Rizzoli & Isles: Vraždy na pitevně VII (1)



- 06.00 Ranní fresh
- 09.00 1CHARTED
- 11.00 Óčko hity
- 14.00 Novinky
- 15.00 Mixxxer Live
- 17.00 Óčko hity
- 17.30 Top 5 Disney+
- 17.35 Óčko hity
- 18.00 Vánoční výhry
- 19.00 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 21.30 Tattoo Fixers Extreme
- Krotitel extrémně zfušovaných kerek
- 22.00 NAKED ATTRACTION ITALY
- Seznamka na tělo
- 22.30 Best of DRIVE
- 23.00 Óčko flirt

**IVAN
ADAMOVIČ**
PRŮVODCE PŘÍTOMNOSTÍ



Sloupek

DO MĚSÍCE!

Samozřejmě, že jste o tom už slyšeli. Další Čech poletí do vesmíru a oproti Vladimíru Remkovi je tu tentokrát výrazný vizuální upgrade. Liberecký tanečník a moderátor tmavé pleti Yemi A.D. se přihlásil do výzvy japonského miliardáře Jusaku Maezawy, který se rozhodl vzít na tripl kolem Měsíce mezinárodní skupinu umělců. A ono to vyšlo! Jsou to ale lišáci, ten Yemi a Maezawa. Hejtry všechno odlišného, kteří se profilují jako ti největší vlastenci, dostali do svízelné situace. Tak rádi by se tito „Češi na prvním místě“ bili v hruď, že se mezi osm šťastlivců z milionu podaných přihlášek probojoval i jeden Čech. Jenže on ten Čech tak úplně nesplňuje jejich představy o tom, jak má správný Čech vypadat. A Yemimu otevřené přihlášení se ke gay komunitě tomu nasadilo korunu.

Co ted? Tak dlouho si někdo myslí, že sem lidé s jinou barvou pleti nepatří a že lidé jako Yemimu otec měli zůstat v Africe, až se ukáže, že právě africký původ mohl být jedním z rozhodujících faktorů

výběru. Jak sám Yemi říká, zastupuje tak vlastně jak střední Evropu, tak Afriku. A že tito lidé, kteří mají barvitější genofond, jsou také často barvitější a přínosnější v dalších ohledech. Yemi během čekání na finální výběr například stihl začít mezinárodní fond pro talentované mladé inovátory podpořený Madeleine Albrightovou a miliony z firmy Avast. Ano, třeba se to vše ještě nějak zvrtna a třeba se ukáže, že to je jen nějaká hra, asi jako když v nové řadě reality show Too Hot to Handle zjistili účastníci, že nejsou na exotické seznamce, ale že soutěží v pravém opaku. Doufejme ale, že se nic takového nestane a že do vesmíru tentokrát nepoletí v zavazadlovém prostoru krteček, ale pořádný hip-hop.

Anketa

f Má vaše lékárna výpadek některých léků?



Jaroslava Pitařová
Zrovna nedávno
mi lékárka musela
napsat jiný lék.



Ajka H. Rakovská
Má, už třetí měsíc,
nahražka je
slabšího účinku.



David Ondrejkovič
Nevím,
už dlouho jsem
tam nebyl.

@mojemetro

VÁNOČNÍ

*Jiskří sníh a voní jehličí,
tak pojďme chvíli tiše snít...
O tom, jak malíř mráz kreslí nám
ty krajky bílé za nocí.
Ať letí letí pírko
- možná havraní -,
a zvonek zdálí zazvoní,
známá písni zní pod jmelím,
purpurou to zavoní.
Všude klid, všude mír kolem nás,
vánoční příšel čas!*

Mirek Seifert

Tvořivé čtenáře máme v Metru rádi. **Mirek Seifert z Brna** rozhodně tvořivý je. Jeho básničky není v rubrice @mojemetro poprvé. A deník Metro rozhodně není jediným médiem, které jeho tvorbě dává prostor. Příští rok by rád Mirek Seifert vydal i básnickou sbírku. Držíme palce!

Dopisy a vzkazy

Silvestr bez pyrotechniky

Ráda bych reagovala na příspěvek pana Janaty o silvestrovské pyrotechnice. Ano, Ukrajinci asi nepotěší, že se někdo hlučně veselí, když oni bojují a umírají... Možná aspoň pro letošek bychom se měli mímrit. A Ukrajinci nebudou sami, komu Silvestr může vadit - například mému psu. Už několik týdnů dopředu věděl, že to přijde, a z procházek spěchal domů. Když to přišlo, zalezl si do skříně a tam se trášl. Další psi strachy utečou... Já pes nejsem, ale bez silvestrovského pekla bych se obešla. Když už kritizuju. Víte, co je to fukar? To je věc, která má sloužit místo hrabí, ale na rozdíl od nich řve a zapáchá. Který dobrák to vymyslel? Někdo, kdo se nám chtěl pomstít?

VĚRA BOSÁKOVÁ
PRAHA-CHODOV

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

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

Řešení sudoku

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

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

HMYZ

Komiks



Nechte se blaženě nadnést

Mrtvé moře překypuje životem a nesmírně příjemným zimním klimatem.

Zatímco v Jeruzalémě, vzdáleném sotva čtyřicet kilometrů, může od prosince do února rádit opravdové zimní počasí včetně sněhu, krajina kolem Mrtvého moře je jiná. Chrání ji totiž poměrně vysoký hřbet Judských hor a ani z jiných směrů sem vláha nemá jak proniknout.

Výsledkem je pouštní krajina s podnebím, které je neustále příjemně teplé a kde i v chladnějším období roku prší jen málokdy. Mimochodem, předpověď na tento týden hovoří o jasné obloze a teplotě, která se vyšplhá na 22 stupňů Celsia.

Dolů k Mrtvému moři

Nejhlbší proláklina světa je oříškem i pro profily, kvůli ní aby se pořád přepisovaly mapy. Hladina Mrtvého



Voda Mrtvého moře má nevšední účinky.

PROFIMEDIA

moře je aktuálně na kótě minus 427 metrů pod úrovní světového oceánu, ale ze školy si možná pamatuje menší číslo, 400 nebo třeba 395 metrů. Hladina tohoto „moře“ totiž setrvale klesá. A to proto, že z Jordánu, jediného přítoku Mrtvého moře, berou Arabové i Židé příliš mnoho vody pro závlahy

a přítok tak nestačí vyrovnat intenzivní výpar.

Dojde i na klasiku

Hlavní turistickou základnou na izraelském břehu Mrtvého moře je Ein Bokek, klasický resort s několikapatrovými hotely a všeomírnými službami pro návštěvníky. Má to své praktické důvody, místo

totiž leží u jižní části Mrtvého moře, která je oddělena od hlavní vodní plochy. Úroveň hladiny proto zůstává stabilní, žádný pochodák dolů na břeh a zpět se nekoná a najdou se tu i klasické pláže.

Nesmírná slaná pohoda

Samozřejmě se připravte i na „levitující“ návštěvníky

Zklidní vaše nervy

Mrtvé moře je díky svým blahodárným léčivým účinkům známé už po tisíce let. V podstatě jde o nejstarší léčebně lázně světa.

- Voda efektivně pomáhá při léčení alergií, lupénky, ekzému, také zlepšuje krevní obraz, látkovou výměnu, zklidňuje nervový systém, očišťuje pokožku a zlepšuje její vzhled a pružnost.
- Kloktání ústní vodou pomáhá při nachlazení a zánětu hrdla.

INZERCE



Izrael – více než exotika

**Zpáteční letenka s ELAL Israel Airlines
z Prahy do Tel Avivu od 6900,-Kč**

elal.com

EL AL
IT'S NOT JUST AN AIRLINE. IT'S ISRAEL

Prague Airport 85 YEARS

Krátce**Posila Slavie**

První zimní posilou fotbalové Slavie je záložník Petr Hronek z Bohemians. Opačným směrem putuje středopolař Jan Matoušek, jenž hostoval v Liberci.

Rozřízla si nohu

Rychlobruslařka Martina Sáblíková kvůli zranění vynechala vikendové závody Světového poháru v Calgary. Trojnásobná olympijská vítězka se na čtvrtém tréninku při pádu rozřízla bruslí do pravé nohy a doktori jí ránu nad kotníkem museli sesít pěti stehy. Sáblíková měla v pátek startovat nejprve na trati 3000 metrů. V Kanadě se nepředstavila ani v sobotu a v neděli, kdy měla v plánu závody na 1500 a 1000 metrů.

Polepšila se

Slalomářka Martina Dušovská zajela 10. místem v Sestriere nejlepší výsledek v sezóně Světového poháru. Vyhrála Švýcarka Wendy Holdenerová. Po premiérovém triumfu v Killingtonu si připsala druhé vítězství v řadě.

Jágr zpět na ledě

Hokejový útočník Jaromír Jágr poprvé v sezóně nastoupil za extraligové Kladno. Padesátiletý majitel Rytířů byl v sestavě pro zápas 28. kola v Liberci. V soutěžním utkání se naposledy představil v dubnové baráži proti Jihlavě, ve které si Středočeši zajistili start v nejvyšší soutěži i pro aktuální ročník. V Liberci Jágr dvakrát asistroval na góly, přesto Kladno prohrálo 3:7. ČTK

**Davidová. Dvě medaile**

Biatlonistka Markéta Davidová (na snímku) skončila třetí ve stíhacím závodě na Světovém poháru v Hochfilzenu a vybojovala druhé stupně vítězů z sebou. Pětadvacetiletá reprezentantka po čtvrtém sprintu startovala ze druhé příčky, musela na dvě trestná kola, ale uhájila jedenáctou individuální medaili v seriálu a první ze stíhacích závodů. Česká jednička se pak včera významně podílela na sedmém místě štafety. Společně s ní se na trati a střelnici představily Tereza Voborníková, Jessica Jisllová a Lucie Charvátová. Muži v Hochfilzenu vybojovali dvě 8. místa – Jakub Štrvlecký zaznamenal ve sprintu nejlepší výsledek v kariéře a na stejně pozici dojela i štafeta. ČTK

Fotbalové MS. Maroko jde dál

První dva čtvrtfinálové duely rozrešily až penaltové rozstřely, o zbývajících semifinalistech se rozhodlo už v základní hrací době.

Oba dva čtvrtfinálové duely 20. dne fotbalového mistrovství světa (MS) skončily až po penaltách. V nich největší favority na celkový triumf Brazilci nejprve senzačně vyřadili Chorvaté, aby po nich v nervy drásajícím duelu nakonec Argentina zdolala Nizozemsko.

Když na konci úvodního prodloužení poslal Neymar favoritu celého šampionátu po nádherné akci do důležitého vedení, celá Brazílie se roztančila. Brazílská hvězda 77. gólem v národním dresu vyrovnala Pelého rekord a mělo být právě Neymar, o kom se v Kataru mělo nejvíce mluvit. Jenže pak přišel na hřiště Wout Weghorst, který nejprve hlavou snížil a v 11 minutě nastavení pak dokonce po genialní akci Nizozemců srovnal. V nastavení zase měli více šancí Argentinci, Fernández ale trefil pouze tyč a tak i na Lusail Stadium rozhodovaly penalty. A v těch rádili dva Martínezové. Emiliano v brance lapil hned první dva pokusy Nizozemců, Lautaro zase proměnil ten rozhodující. Chorvaté se s Argentinci střetnou o postup do finále.

I druhý čtvrtfinálový duel dospěl do penaltového roz-

střelu. Přitom to tak vůbec nevypadalo. Po gólech Moliny a Messiho z penalty totiž Argentinci ještě v 83. minutě vedli 2:0 a Nizozemci do té doby příliš nebezpeční nebyli. Jenže pak přišel na hřiště Wout Weghorst, který nejprve hlavou snížil a v 11 minutě nastavení pak dokonce po genialní akci Nizozemců srovnal. V nastavení zase měli více šancí Argentinci, Fernández ale trefil pouze tyč a tak i na Lusail Stadium rozhodovaly penalty. A v těch rádili dva Martínezové. Emiliano v brance lapil hned první dva pokusy Nizozemců, Lautaro zase proměnil ten rozhodující. Chorvaté se s Argentinci střetnou o postup do finále.

V sobotu se Maroko stalo první africkou zemí, která se na světových šampionátech probila mezi nejlepší čtyři. Stejně jako v osmifinále proti Španělům, ani proti Portugalcům neinkasovalo.

„Nejspíš ani sami nečekali, že půjdou tak daleko. Ale když je vidíte, tak to zase takové překvapení není,“ řekl Didier Deschamps, trenér Francie, semifinálového soupeře Maroka.

Afričané proti Portugalcům dobře bránili a vyráželi do rychlých protiútoků. Při jednom z nich chyboval portugalský brankář Costa, který se nechal přeskočit útočníkem En-Nesjírem. Portugali měli na zvrát celý druhý polo-

čas, ale takřka na nic se nezmohli. Krátce po pauze přišel do hry i Cristiano Ronaldo. Dostal se jen do jedné příležitosti, stereotypní a pomalá hra jeho spoluhráčů další možnosti nepřinesla.

Ve druhém sobotním čtvrtfinále se hrál mnohem atraktivnější fotbal, Francie nad Anglií brzy vedla gólem Chouaméniho z dálky. To útočný zápas ještě víc rozzproudiло. Angličané srovnali krátce po pauze, Kane proměnil penaltu. Francii v 78. minutě poslal podruhé do vedení Giroud. Pak zahrával Kane další pokutový kop, ale sehal míč napáil vysoko nad branku, a Anglie vypadla, obhájci pokračují. iDNES.cz

HGS



HLEDÁŠ PRÁCI?

PŘIDEJ SE K NAŠEMU TÝMU!

Kde?

Praha, Liberec, Teplice, Kladno

Obor:

balíková logistika

Pozice:

manipulant
(fyzická zdatnost)

MZDA
od 170 Kč/h
+příplatky
a benefity

Pracovní doba:

směny, ranní, odpolední, noční
(možnost DPČ nebo PP)

725 265 178 / 844 000 666

nabor@hgs.cz

www.hgs.cz

Výkup firemního zařízení raz dva? **Stačí pípnout.**

Máte v plánu obměnit zařízení ve firmě?
Ale kam s ním, když ještě perfektně funguje?
Využijte náš výkup na Smarty.

