

metro



Vyrazili na jasankách a v dobovém kostýmu

Česko zasypal **sníh**, jeho milovníci to přivítali i na některých pravidelných akcích. Jednou z nich byl **závod**, na jehož start se v sobotu **v Polniče u Žďáru nad Sázavou** postavilo tradičně okolo pěti desítek závodníků v dobových svetrech a sukních a **na historických lyžích**, takzvaných jasankách. Osmikilometrový závod **Skiman** se konal už poosmnácté.



Je jako živé! Novorozeně z umělé hmoty pomáhá

Řadu lékařských zákroků lze trénovat na simulátorech. Jsou ale situace, které lékařský personál zažije až v reálném životě.

Kdysi bývala oblíbenou společnicí v hodinách výuky první pomoci Andula. Tak se přezdívalo plastické figuríně ženského pohlaví, obvykle v modré teplákové soupravě, na které se dalo trénovat buď dýchání z plic do plic, nebo masáž srdce.

Když stará Andula nestačí

Co když jste zdravotník, který musí oživovat předčasně narozené dítě? Trénink na dospělou Andulu vám moc nepomůže. Děti, které se rodí o několik týdnů dříve, mají mnohem jemnější tělíčko.

Lékaři a sestry ve známé porodnici U Apolináře v Praze se minulý týden dočkali převratné novinky. Novým přírůstkem na Klinice gynekologie, porodnictví a neonatologie 1. lékařské fakulty UK a Všeobecné nemocnice Praha se stal Paul 2.0. Na jeho pořízení se finančně podílela rodičovská organizace Nedoklubko, která podporuje rodiny s předčasně narozenými dětmi. Mezi přispěvateli na Paula byl i Nadační fond



Téměř miniaturní figurína předčasně narozeného dítěte umožňuje zdravotníkům bezpečný nácvik kritických situací. 2x NEDOKLUBKO

Evy Pavlové nebo Harley-Davidson.

Dýchá, pláče, má hrten 3D

Paul 2.0 je výuková figurína, která poskytuje vysoce realistickou zkušenost s péčí o předčasně narozené dítě. Věrná napodobenina chlapečka o hmotnosti pouhých 1100 gramů a délce 35 centimetrů odpovídá dítěti předčasně narozenému ve 27. týdnu těhotenství, kdy organismus čelí extrémně vysokému riziku život ohrožujících komplikací.

Některé z nich je možné na Paulovi rozpoznat i pohledem, například jeho kůže dokáže zmodrat, jako by se to stalo u živého miminka v případě nedostatku kyslíku. Hrten je anatomicky dokonalou kopií z 3D tiskárny, čímž umožňuje velmi přesnou zku-

šenost při zavádění intubační trubice do průdušnice. Paulův hrudník se pohybuje v rytmu dechu a tlukotu srdce, umí plakat a vydávat chrčivý zvuk při výdechu signalizující dýchací potíže. Má také neslyšný hmatný pulz na pupku a na všech čtyřech končetinách a pomocí stetoskopu je možný poslech dechových, srdečních, plicních a střevních zvuků.

„Zabýváme se problematikou stabilizace extrémně nezralých novorozenců více než 15 let, máme téměř tisíc videozáznamů stabilizace,“ připomíná Richard Plavka, primář neonatologického oddělení kliniky u Apolináře. Novorozenecký simulátor probíhá od roku 2017 pod taktovkou vídeňského neonatologa Jense-Christiana Schwindta. **PAVEL HRABICA**



Paula 2.0 si pochovala také žena českého prezidenta Eva Pavlová.

„RYCHLÉ“ DĚTI

Předčasně narozené děti představují ročně asi sedm procent všech novorozenců v Česku.

- V České republice existuje v současné době 12 perinatologických center intenzivní péče.
- Česko nevede přesnou statistiku hmotnosti předčasně narozených dětí. Některé se ale narodily už kolem 25. týdne těhotenství o váze něco málo přes 300 gramů.
- Daří se zachraňovat i novorozence, kteří se narodili již ve 24. týdnu těhotenství. **PH**

INZERCE

Finance - nabídka

- Prodej a výkup nemovitostí. Půjčky, řešení exekucí. Tel: 739 142 446

JURIS REAL

Ihned vykoupíme,

zprostředkujeme prodej rodinného domu, bytu nebo chaty. Vyřešíme právní vady, dluhy nebo exekuce. Okamžitá výplata zálohy! Již 23 let zkušeností.

Volejte zdarma **800 22 33 88**

www.prodejtojinak.cz

Mostecká tragédie. Zemřelo šest hostů

Při nočním požáru restaurace U Kojota v Mostě zemřelo šest lidí. Dalšíh osm lidí je zraněných, z toho šest těžce. Policie tragický požár prověřuje pro podezření z obecného ohrožení z nedbalosti. Vyloučila násilný vstup dovnitř či teroristický čin. Oznámil to přímo na místě ředitel krajské policie Zbyněk Dvořák. Policie na síti X uvedla, že pravděpodobně vybuchla propanbutanová lahev.

Zranění byli převezeni do nemocnic v Praze, v Ústí nad Labem a v Mostě, někteří jsou v ohrožení života. Mají popáleniny a nadýchali se škodlivin. Jedna zraněná osoba byla po ošetření v nemocnici v Mostě propuštěna.

Mluvčí hasičů Lucie Pipiš sdělila, že příčina vzniku požáru se vyšetřuje.

„Podle prvotních informací mohl být způsoben převržením plynového ohříváče, to pak vedlo k mimořádně rychlému šíření plamenů,“ uvedla Pipiš. Požár byl hasičům nahlášen v sobotu ve 23.17. Při příjezdu hasičů na místo byla už budova zasažena požárem v plném rozsahu. Podle jedné ze svědkyň Kateřiny Schejbalové, která žije naproti místu neštěstí, byly v zastřešené terase restaurace tři až čtyři propanbutanové teplomety. „Vím, že bývají puštěné na plný výkon,“ uvedla na iDNES.cz svědkyně. **ČTK a iDNES.cz**



Jak se správně lidově obléci

V Muzeu Františka Skopalíka v Hulíně na Kroměřížsku si mohli návštěvníci nejen prohlížet vystavené exponáty. Během odborné přednášky pod názvem Aby kroj dobře vypadal si mohli lidé vyslechnout i zajímavosti ohledně oblékání a také vše o paličkování krajek. **PH**

Krok za krokem KE KRÁSE A SPOKOJENOSTI



Nohy bez křečových žil, otoků a bolesti

S otoky nohou, bolestí nebo křečovými žilami se potýká většina žen. Neschovávejte své nohy v kalhotách a dlouhých sukničích a oslňte opět své okolí krásnými nohama. Máme pro vás léty ověřené řešení z lékárny!

Osvědčený gel **Priessnitz Žíly a cévy Medical** obsahuje unikátní složení, díky kterému pronikají účinné složky snáz ke kapilárním cévám a žilám a příznivě tam působí na jejich pružnost, pevnost a průchodnost. Tento zdravotnický prostředek je ideální péčí pro nohy bez křečových žil a otoků. Mazání perfektně bojuje i s pocitem těžkých a oteklých nohou.

Čtěte pečlivě návod k použití a informace, které se vztahují k bezpečnému používání zdravotnického prostředku.



Menopauza mě už netrápí

Užívat si života během menopauzy už nemusí být nedosažitelnou představou. Nepříjemné návaly horka, pocení, nespavost, podrážděnost a ztráta libida jsou už minulostí. ELLI vám pomůže proměnit sen o pohodovém životě plném radosti a zážitků ve skutečnost.

Klidný a pohodlný přechod můžete prožít díky spolehlivému doplňku stravy **Elli MenoOsteo FORTE**, který nabízí komplex důležitých látek včetně jetele lučního pro ženy v menopauze i po ní. Extrakt ze šištic chmele otáčivého zase napomáhá ženám vyrovnat se s návaly horka, pocením, neklidem či podrážděností. Přípravek obsahuje také vitaminy D3 a K2 a vápník, který je potřebný pro zdraví kostí. K dostání v lékárnách.

Nechte VLASY ROZKVÉST

Trpí vaše kštice zvýšeným vypadáváním a řídnutím? Jsou vaše vlasy oslabené, poškozené a bez objemu? Nechte je znovu rozkvést s šamponem **Vlasové hnojivo!**

Šampon **Vlasové hnojivo** s kofeinem a komplexem **Hustoplex™** účinně redukuje vypadávání vlasů, jejich řídnutí a poškození vnějšími vlivy, škodlivinami či náročným stylingem. Unikátní složení s kofeinem, kopřivou, zeleným čajem a sílymarinem navíc podporuje růst nových vlasů, zvyšuje odolnost vlasových buněk a pomáhá vytvářet objem, lesk a sílu vlasů.

Vyzkoušejte také **Vlasové hnojivo** ve formě tablet či séra, kolagenový drink **Pletové hnojivo** nebo sérum **Řasové hnojivo**. K dostání v lékárnách a na www.VlasoveHnojivo.cz.

HUSTÉ SLOŽENÍ, HUSTÝ VÝSLEDEK



Ekzém? Řešte příčinu, nejen následky!

Trpíte atopickým ekzémem? Pak je neustálé promazávání suché a svědivé pokožky zřejmě vaším denním chlebem. Hydratace ekzematické pokožky uleví, neřeší však příčinu problému. Tou je nedostatečná funkce kožní bariéry.

Místo nekonečného mazání a mírnění atopických projevů redukovat skutečnou příčinu problému – podporu funkce kožní bariéry. K tomu pomohou přírodní látky! **Atopos ošetřující krém** díky složení s konopným olejem, rašelinou a panthenolem dlouhodobě hydratuje a zvláčňuje suchou a svědivou pokožku atopiků i lupénkářů.

Řešte ekzém v zárodku, předejdete obtížím. Vyzkoušejte i další konopné přípravky **Cannaderm** dostupné v lékárnách a zdravých výživách.

POP CORN

Dělají boty člověka?



Street kousky, které se často staly virálními na internetu.



Kožené boty, které jsou oblíbené napříč generacemi.



Chvilku byly out, ale už jsou zase in. Tak se dají popsat baleríny.



Designérské tenisky Hi Star od Golden Goose 4x PINTEREST

Ani byste nevěřili, co všechno o vás může napovědět ostatním.

Už se vám někdy stalo, že jste se s někým setkali a všimli jste si, že jeho boty nejsou úplně podle vašeho gusta? Možná jste dokonce došli do bodu, kdy jste dotyčného podvědomě odsoudili. Nebojte se, nejste sami. Potvrdily to i výzkumy.

Řada zahraničních studií ukázala, že barva, tvar a styl obuvi o nás prozradí více, než si myslíme. Podle Ingrid Molnárové, psychologičky on-line poradny Mojra.cz, boty, podobně jako jiné aspekty našeho oblečení a vzhledu, mohou poskytovat určité informace o naší osobnosti, preferencích a životním stylu. „Čistě a dobře udržované boty mohou naznačovat péči a pořádek, zatímco zanedbané a špinavé boty mohou vyvolávat dojem nedbalosti nebo nezodpovědnosti,“ vysvětluje pro Metro Molnárová.

V experimentální studii vedené psychologem bylo zjištěno, že na základě bot lze předpokládat emocionalitu, politické názory, věk nebo otevřenost člověka vůči světu či jemu samému. „Z psychologického hlediska existuje několik způsobů, jak mohou boty odrážet aspekty naší identity,“ dodává Molnárová.

Touha po pozornosti

Prvním aspektem je osobní styl a sebevyjádření. „Boty jsou často součástí osobního stylu a mohou být způsobem, jak lidé vyjadřují svou osobnost. Někdo, kdo nosí extravagantní a barevné boty, může mít rád pozornost a být kreativní, zatímco ti, kdo preferují jednoduché a klasické boty, mohou být konzervativnější nebo praktičtější,“ ko-

mentuje psychologička. Dále může obuv vyjadřovat sociální status a ekonomickou situaci. „Drahé a značkové boty mohou signalizovat, že si člověk může dovést investovat do módních doplňků, zatímco levnější nebo opotřebované boty mohou naznačovat omezenější rozpočet nebo menší zájem o módu,“ pokračuje Molnárová.

Lidé, kteří nosí pohodlné a funkční boty, mohou klást důraz na praktičnost a pohodlí, zatímco ti, kteří upřednostňují stylové, ale možná méně pohodlné modely, mohou více dbát na estetiku a dojem, který vytvářejí. Tito lidé jsou často dobrosrdeční a rádi pomáhají druhým.

Stav bot, ať už jsou čisté, nebo špinavé, může naznačovat určitou péči o detaily a osobní údržbu. Podle Molnárové je však důležité nezobecňovat. „Například špinavé boty nemusí nutně znamenat, že je někdo líný nebo nepořádný. Může to být důsledek životního stylu, pracovního prostředí, nebo dokonce osobních hodnot, kde vzhled bot není prioritou,“ vysvětluje Molnárová.

První dojem je důležitý

Studie sociálního psychologa Omriho Gillatha z University of Kansas s názvem Shoes as a Source of First Impressions (v překladu Boty jako zdroj prvního dojmu) ukázala nové poznatky ohledně odhadu například věku či povahy právě na základě stavu bot.

Výzkum se skládal ze dvou hlavních částí. V té první respondenti vyplnili dotazníky zaměřené na jejich pohlaví, osobnostní rysy, věk, příjem, emoční stabilitu a další povahové rysy, jako například jestli se vnímají spíše jako introverti, nebo extroverti. V druhé části pak účastníci a účastnice poskytli své nejčastěji

nošené boty pro analýzu. Dohromady poskytli 208 párů bot 63 pozorovatelům, kteří měli za úkol odhadnout věk, pohlaví, příjem a další osobnostní rysy vyplněné v dotazníku vlastníky bot. „Výsledky ukázaly, že pozorovatelé byli velmi úspěšní v odhadu základních rysů, jako je věk a pohlaví,“ komentovali autoři studie. V psychologii existují koncepty jako první dojem a neverbální komunikace, kde i takové detaily, jako jsou boty, mohou ovlivnit to, jak nás druzí vnímají. Lidé mají tendenci vytvářet si názory

na základě vnějších znaků, i když tyto názory nemusí být vždy přesné. „Je důležité si připomenout, že ačkoli boty mohou poskytovat určité vodítka o člověku, nejsou jednoznačným ukazatelem jeho charakteru nebo hodnot. Lidé jsou složité bytosti a naše osobnost je tvořena mnoha faktory, které nejsou vždy zjevné na první pohled. Při hodnocení druhých na základě jejich vzhledu včetně bot je důležité být otevřený a všimnout si i dalších aspektů jejich chování,“ uzavírá Molnárová. **TEREZA ŠIMURDOVÁ**

Jaké boty se letos budou nosit?



Vrací se boty na podpatku s tkaničkami.



Dřeváky jsou zpět ve velkém stylu.



Boty s otevřenou špičkou. Ty letos oslnily módní mola. PINTEREST

CO O VÁS ŘÍKÁ VAŠE OBUV?

Existuje také členění podle toho, jaký styl obuvi preferujete. Ať už jste tým kůže, balerín, nebo streetwearu, má to svůj význam.

- **Obnošené boty** – pokud jsou boty viditelně obnošené, na ostatní možná působíte jako ten, kdo si věří ve vztazích a má zdravé sebevědomí. Lidé vás často vnímají jako extrovertního a emočně vyrovnaného člověka.

- **Streetwear boty** – nosíte-li boty, jako jsou Vans, Converse, Nike, New Balance nebo adidas, pak jste zřejmě někdo, kdo sleduje aktuální trendy a rád zapadá do mládeže a trendy komunity. Tyhle boty si většina lidí vybírá, protože je nosí i ostatní, a nechťejí příliš vyníkat. Ve vztazích můžete mít tendenci zaměřovat se na to, co si o vás ostatní myslí, což může ovlivnit emoční stabilitu.

- **Formální obuv** – ať už nosíte loafers, podpatky, nebo

oxfordky, působíte pravděpodobně jako někdo, kdo si zakládá na svém vzhledu a chce vypadat inteligentně, vyspěle a sebevědomě. Iste člověk, co má zdravé sebevědomí a emoční stabilitu.

- **Baleríny** – působíte jako pohodová, laskavá a pracovitá osoba. Iste skromná, soustředěná a preferujete komfort před extravagancí.

- **Designérské boty** – boty od designérů jsou jasným symbolem statusu. Vysíláte signál o úspěchu, sebevědomí a pohodlí ve vlastní kůži. Takoví lidé se nebojí ukázat, jak daleko se dostali.

- **Kotníkové kožené boty** – máte silný smysl pro osobní styl a víte, co chcete – jak v práci, tak v osobním životě. Tato obuv odráží jistotu a sebevědomí čelit všem překážkám, které život přinese. **MET**

1,5 milionu mužů to rozhodně doporučuje: **Nechirurgické řešení prostaty!**

Benigní hyperplazie prostaty a časté močení zmizí během 19 dnů! ZNOVU ZÍSKÁTE EREKCI JAKO Z OCELI

Institut zdraví mužů rozdává 1000 balení ZDARMA

Brání deformaci prostaty, uvolňuje močovody a obnovuje 100% kontrolu nad přirozením. Přírodní přípravek vyvinutý speciálně pro muže vymaže z vašeho života noční návštěvy toalety, bolesti v oblasti podbříšku, pocit, že se vám nedaří zcela vyprázdnit močový měchýř, a „měkké situace“ v posteli. Pouze nyní poskytl kanadský Institut zdraví mužů 1000 BALENÍ ZDARMA. Zavolejte si o jedno z nich. Pozor! Rozhoduje pořadí žádostí!

Obtíže s močením, bolest a pálení při něm nebo dokonce celková únava a časté bolesti hlavy - vaše prostata vám dává signály, že ji musíte okamžitě zachránit! Diuretické byliny nebo brusinkový džus zde nepomohou. Pokud chcete, aby se noční návštěvy toalety a vyměknutí v posteli navždy staly minulostí, zvolte koncentrovaný profesionální přípravek vyvinutý předními odborníky na urologii a biochemii v kanadském Institutu zdraví mužů. Během 19 dnů **sníží tlak na močový měchýř a močovody** až o 96,7 %. Bez klinických zákroků!

PŘEKONEJTE HYPERPLAZII PROSTATY V DOMÁCÍCH PODMÍNKÁCH

Přihlaste se o 1 z 1000 BALENÍ ZDARMA balení geniální procedury:

381 601 312

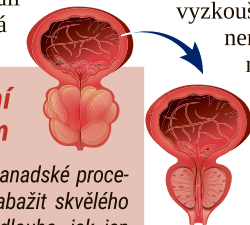
BEZ RECEPTU: Účinně a bezpečně zklidňuje bolest prostaty

Testy s muži ve věkové skupině 50-89 let ukázaly, že průlomová kanadská receptura až **3krát zmírňuje benigní hyperplazii prostaty a zlepšuje intimní funkce** již od prvního použití. Méně návštěv toalety, 100% pohodlí při močení a zdravá

Prostata už není mým nepřítelem

Stačil necelý měsíc kanadské procedury a nemůžu se nabažít skvělého sexu, který trvá tak dlouho, jak jen chci - třeba i 40 minut - a hodinové výlety po celé České republice. **Mohu sedět v autobuse až 8 hodin** a nepocítuji tlak v močovém měchýři nebo bolest v podbříšku.

Zdeněk,
65 let, Česká Lípa



Zdravotní průzkum vypracovaný
kanadským Institutem zdraví mužů

Tady je 13 signálů, že je čas na proceduru:

- Při močení cítíte bolest.
- Je pro vás obtížné začít močit.
- V noci vstáváte, abyste si odskočili.
- Váš proud moči je slabý nebo přerušovaný.
- Máte pocit neúplného vyprázdnění močového měchýře.
- Pociťujete nepříjemné pocity v oblasti prostaty.
- Máte bolesti zad nebo kyčlí.
- Máte potíže s dosažením nebo udržením erekce.
- Máte snížené libido.
- Trpíte celkovou slabostí.
- Máte horečku bez příznaků nachlazení.
- Cítíte pálení při močení.
- Vaše moč znepokojivě změnila barvu.

Získejte měsíční zásobu této procedury za pouhých **0 Kč** a zbavte se příznaků zvětšování prostaty během 19 dnů!

Důležité: Rozhoduje pořadí žádostí!

PROČ TO FUNGUJE?

▶ V průměru 198/200 mužů se zbaví příznaků hyperplazie prostaty již v 1. fázi procedury. Je tak účinná, protože kombinuje genialitu moderní vědy s **nevýčerpateľným potenciálem přírodních extraktů podporujících zdraví.**

PRO KOHO JE BLOKÁTOR RŮSTU PROSTATY URČEN? —

▶ Četné klinické studie potvrdily, že procedura dobře funguje u padesátníků, sedmdesátníků a dokonce i osmdesátníků. **Neexistuje zde žádná horní věková hranice.** Nejstaršímu muži, který znovu dosáhl pevné erekce a zbavil se bolesti při močení, je 89 let.

JAK POŽÁDAT O BEZPLATNÝ PŘÍPRAVEK? —

▶ Originální výrobek získáte pouze po zavolání na telefonní číslo uvedené na této stránce. Výrobce jej neuvědi do lékáren, aby uměle nenavýšoval jeho cenu. Nehleďte tuto recepturu v obchodech, dejte si pozor na padělky! Přípravek vám bude doručen **kurýrem do vlastních rukou v diskrétním balíčku.**

KDO MŮŽE ZÍSKAT PŘÍPRAVEK ZDARMA? —

▶ Prvních 1000 zájemců, kteří zavolají na číslo uvedené na této stránce, získá měsíční zásobu procedury za 0 (nula!) Kč. Nemusíte zasílat **žádné potvrzení** ani se k ničemu zavazovat.



chut' na vášnivý sex až 4krát za sebou - účinky kúry jsou velkolepé a trvalé!

K vytvoření této průlomové receptury byly použity **pouze přírodní suroviny** z ekologicky nejčistších oblastí. Díky tomu je jejich biologická dostupnost pro tělo až 65 %, a to bez jakéhokoli negativního vlivu na žaludek, játra nebo ledviny. Chtěli byste si na vlastní kůži vyzkoušet, jaká je to úleva, když nemusíte každou chvíli běhat na záchod a jste „na pově“ připraveni na akci v posteli? Zavolejte si o 1 z 1000 bezplatných balení preparátu proti zvětšení prostaty. Pospěšte si, rozhoduje pravidlo, „kdo dřív přijde, ten dřív mele“!

Geniální receptura působí na zdroj bolesti prostaty

Objev vědců z kanadského Institutu zdraví mužů je skutečným průlomem v boji proti hyperplazii a zánětu prostaty. Složky přípravku byly modifikovány tak, aby snižovaly hyperplazii - spontánně se zaměřují na deformované buňky prostaty a pomáhají jim obnovit jejich normální velikost a tvar. **7-8 hodin běžného spánku bez probouzení během noci, zdravý sex až 4krát za sebou a návštěva toalety maximálně 6-8krát denně.**

Ladislav Král, odborník na močopohlavní systém



Nejedná se o tiskovou chybu: prostatu napravujeme ZDARMA!

Zmenšení prostaty a odstranění zánětu z ní v domácích podmínkách je tak jednoduché. Výrobce tohoto

geniálního přípravku rozdává po dohodě s kanadským Institutem zdraví mužů 1000 balení ZDARMA. Požádejte o jedno z nich a **zajistíte si zdraví, pohodlí a správnou energii 24 h/7** bez jakýchkoli nákladů. Důležité: akce refundace je jednorázová a už se nebude opakovat.

ZDRAVÁ PROSTATA NA LÉTA - ZDARMA a bez invazivních zákroků!

Prvních 1000 lidí kteří zavolají do 03.02.2025
obdrží **100% NÁHRADU VÝROBCE!**

Zavolejte: **381 601 312**

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

Silo doplatilo na fakt, že notně zpomalilo

Velké seriály často dojedou na přehnané ambice.

Včera večer u Sila, spadem jsem se dusila, tramtadadá, tramtadadá, mám to za sebou... Aní tentokrát si na úvod tohoto textu neodpustím sice tematický, avšak pozměněný text známé odhovačky. Nemohl jsem si zkrátka pomoci. Omluvte tedy prosím můj dětinský humor a pojďme k věci. První řada ambiciózního sci-fi seriálu Silo podle třídílné dystopické postapokalyptické knižní ságy ohromovala před zhruba dvěma lety na platformě Apple TV+ svými nespornými kvalitami běžné diváky i kritiky. Jednohubka s Rebeccou

Ferguson, Timem Robbinsem, Iainem Glenem či Commonem v hlavních rolích si proto nemusela dlouho říkat o pokračování. Bylo jen otázkou času, než si všichni protagonisté a členové štábu najdou čas a výsledek se podaří dostat na obrazovky.

Závěr druhé sezony nyní dokoukáváme na zmiňované „jablíčkové“ platformě, a já si kladu otázku, zda se latku vysoko nastavenou první řadou podařilo udržet. A zároveň si odpovídám, že ano. Velký problém vidím pouze v tom, že si tvůrci evidentně to nejlepší z knižních předloh nechávají na pozdější čas a divákoví servírují stále pouze rozpracované náměty z první knihy.

Děj je kvůli tomu pomalý až běda a věřím, že zejména

v druhé polovině aktuální série tenhle styl některé diváky od sledování úplně odradil.

Reparát, který milujeme

Pro Apple TV+ byla po slabé Nadaci první řada Sila před časem něčím jako reparátem na poli adaptací obřích knižních sci-fi ság. Dílo spisovatelského velikána Isaaca Asimova, respektive jeho v mých očích naprosto dokonalé knižní sáze jak o robotech, tak o vzdálených světech budoucnosti ovládaných takzvanými Nadacemi, se neadaptuje snadno. Kdyby ano, dělalo by to mnohem více tvůrců. Seróš Nadace proto logicky ani nemohl na plné čáře uspět.

Se Silem, které je mnohem komornější, je situace trochu jiná. Pokud se dá soudit z reakcí fandů „na internetech“,



Kapitán America? Ale kdeže. To je jenom Juliette.

APPLE TV+

a také čtenářů předloh Hughu Howeye v mém okolí, televizní zpracování Sila nikoho nijak zvlášť nepopudilo. Právě naopak. Tvůrcům se podařilo mistrně propojit lákavé ingredience, které fungovaly a fungují například v seriálové a filmové Duně, Ledové arše, Ztracených či postapo pece Fallout, která vznikla později. Divákům byl servírován podmanivě a napínavě vyprávěný příběh, který, přestože se odehrává pod zemí, v rámci možností (a okleštěného rozpočtu) dobře vypadal, a hlavně šlapal. Budování světa, jeho vnitřní intriky a nejružnější vraždy diváka do příběhu postupně vtáhly, a to tak důkladně, že se mu jen obtížně čekalo na zveřejnění dalšího dílu.

Procházka a její následky

Na konci první řady hlavní tvrdohlavá postava s tvářmi charizmatické Švédky Rebecy Ferguson brzy zjišťuje, že je příroda venku skutečně neobyvatelná a každý, kdo vyleze na povrch, skutečně brzy zemře. A také že je její rodné Silo jen jedním z mnoha. Její štěstí ale spočívá v tom, že páska, kterou je její skafandr zajištěn proti průniku toxických látek, je kvalitnější než u jejích předchůdců. Tento fakt má za následek dvě věci, kolem nichž se točí děj celé druhé řady. Juliette se podaří dostat se do sousedního a zdánlivě zcela pustého Sila, kde následně prožívá, jak to napsat kulantně, všelijaká dobrodružství. Mimo jiné tu zažije dekompresi z neúplně standardního potápění, několikrát se zraní a konverzace, jichž se tu



účastní, jsou rovněž samostatnou kapitolou.

Veselo je i v původním Silu. Všichni totiž viděli, jak Juliette nejen nevyčistila čočku venkovní kamery, kterou podzemáci pozorují z jídelny svět venku, ale také živá a zdravá zašla za horizont. Co se tedy děje dál? Ve spodních patrech se začne plánovat revoluce. A aby se starostovi a spol. podařilo všechny v Silu udržet na svých místech, je potřeba pořádná dávka strategie a lstivosti. Ještěže tu kdysi byli bájní zakladatelé, kteří na všechny eventuality pamatovali. I když, jak se to vezme.

Málo muziky

Tvůrci se v druhé sérii snaží v diváčích vyvolávat beznadě. A to se jim daří. Děje se tak ale poněkud jinak, než jak by asi chtěli.

Osobně rozumím tomu, proč nemůže mít postava Rebecy Ferguson více prostoru, proč se neustále kecá a málo dělá i proč ke konci řady přibývá vaty a balastu. Důvod je prostý, scenáristé patrně nedostali možnost dovyprávět v druhé řadě děj alespoň první knižky, což má za následek vaření z vody. Je to škoda. Obzvláště v případě tak skvělého seriálu, jakým Silo je. A jakým by ještě mohl být.



FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosevsky@metro.cz

INZERCE

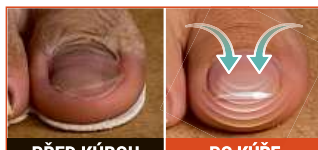
Tato kúra **VYHRÁVÁ BOJ S PLÍŠŇOVÝMI NÁKAZAMI** za 7 dní! Získejte ji **ZDARMA!**

DERMATOFYTY – divocí nájemníci ve Vašem těle. Vyhostěte je, dříve než se usadí navždy!

Plísňová infekce není jen o ošklivých nehtech. Když si všimnete její prvních příznaků, infekce se už dávno šíří po celém organismu! Zbavte se plísňové infekce jednou provždy s **Tinea Forte!**



„Pokud plísňová infekce jednou osídí organismus, sama nezmizí. **Spící spory se vyskytují v hlubokých tkáních** a množí se, vytvářejí ložiska, která zaručují návrat infekce. **Tinea Forte** nejen **okamžitě odstraňuje svědění, pálení, bolest, zarudnutí a sekundární infekce**, ale především eliminuje zdroj infekce již po 1. aplikaci!“ - **prof. Marta Mladá**, expertka na dermatologii.



PŘED KÚROU

PO KÚŘE

Populární prostředky pouze maskují povrchové příznaky infekce. Kúra **Tinea Forte** bezpodmínečně zabíjí spící ložiska plísní a čistí buňky od endotoxinů, trvale blokuje návrat infekce. Již po 7 dnech používání **vrací nehtům zdravý a pěkný vzhled.**

TINEA FORTE – TROJITÝ ÚDER PROTI PLÍŠŇOVÝM NÁKAZAM

- Zvládnutí příznaků infekce
- Zastavení šíření plísní
- Ochrana před návratem infekce

ZÍSKAJTE balení **ZDARMA**

Prvních 100 osob, které zavolají do **16.01.2025**, získává 1 balení antimykotické kúry Tinea Forte za ~~1670 Kč~~ **0 Kč!**

O pořadí rozhoduje čas registrace!

ZAVOLEJTE:

296 330 798

Pondělí-pátek 8:00-20:00, sobota-neděle 9:00-18:00. Cena hovoru jako za běžné pevné volání.

SERVIS

SUDOKU: DALŠÍ NAJDETE NA WWW.SUDOKU.CZ

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

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

Křehké dny

Nikdy jsem nepoužíval elektronické organizéry. Kalendáře a diáře si stále vedu jen v papírové podobě. Úkoly, termíny a další věci, které si do nich zapisuju, ještě všelijak barevně podtrhávám, kroužkuju a opatřuji vykřičníky, takže jsou taky dokonale zabezpečené, protože se v nich vyznám jenom já. Dlouhodobým ověřováním jsem zjistil, že minimální počet kalendářů, které udrží v mém životě elementární řád, jsou tři. Nástěnný měsíční, týdenní stolní a pak notýsek, který neodkládám, ani když jdu s košem. Ten stolní, na který mám

„Všechny naše dny jsou totiž křehké; jen u mě na stole to teď bude víc vidět.“

speciální nároky, mi i letos přinesl Ježíšek; starého z loňska jsem se proto s lehkým srdcem zbavil. Co jsem kdy v minulosti dělal, řekl nebo kde jsem byl, si koneckonců bezpečně pamatuje Hanka. Ekologicky zodpovědně jsem z něj nejprve vytrhal listy, abych mohl separovat papírový odpad a kovovou spirálu.

Že jsou linky nějak podezřele prázdné, mi došlo u 5. května. Ano, hádáte správně, rozškubal jsem omylem ten nový. Pokusil jsem se sice vytrhané listy na spirálu znovu provizorně navléknout, ale výsledek je tristní. Kalendář vypadá jako hromada starého papíru převázaného drátem. Přesto na mém stole stále stojí. Všechny dny do 5. května a pak znovu od 22. září do konce roku jsou tím pádem velmi nestabilní a křehké. Což mi nakonec přišlo jako hezká metafora. Všechny naše dny jsou totiž křehké; jen u mě na stole to teď bude víc vidět.

(Ale o prázdninách se samozřejmě urvu ze řetězu – léto tam drží pevně!)

PETR KUKAL
OKRESNÍ BÁSNÍK



POČASÍ

DNES	ZÍTRA	STŘEDA	ČTVRTEK
-3/1 °C	-2/2 °C	1/5 °C	1/5 °C

Teplotní rekordy: ↓ -24,8 °C (1799) ↑ 13,4 °C (2007) Bio: ❤️❤️❤️

ČT1



20.10 Případy 1. oddělení II (2/8)
Informátor. Krimiseriál (ČR, 2015). Hrají: O. Vetchý, M. Hanuš, B. Polívka, I. Chmela

21.15 Reportéři ČT
Kauzy a reportáže s Anetou Snopovou

21.55 Fenomén doby
Rozdělená společnost

22.30 Maigret a milovnice diamantů
Detektivní seriál (Fr., 2000)

00.00 Dalglish II
Jistá spravedlnost – 1. část. Seriál (VB, 2023)

ČT2



20.00 Vinnitou a mišenka Apanači
Western (N/It./Jug., 1966). Nechaví banditi si brousí zuby na zlatý důl a jen hrdinný náčelník Apačů a jeho věrný přítel se jim dokážou postavit. Hrají: P. Brice, L. Barker, G. George, U. Glasová. Režie H. Philipp

21.35 Brubaker
Drama (USA, 1980). Hrají: R. Redford, M. Freeman, Y. Kotto, J. Alexanderová

23.40 Vražedná místa (1/5)
Detektivní seriál (VB, 2000)

01.25 Gejziry a elixiry

NOVA



20.20 Specialisté (51)
Plný plyn. Krimiseriál (ČR, 2018). Hrají: D. Prachař, J. Štáfek, Z. Kajnarová, J. Zadražil

21.25 Specialisté (52)
Tajnosti a lži. Krimiseriál (ČR, 2018). Hrají: D. Prachař, J. Štáfek, Z. Kajnarová, J. Zadražil

22.35 Víkend
Příběhy štěstí, proher a objevů

23.15 FBI II (6)
Outsider. Krimiseriál (USA, 2019). Hrají: M. Peregrymová, Z. Zakí, E. Noelová, J. Sisto

00.15 Kriminálka Las Vegas (6, 7)

PRIMA



20.15 Forrest Gump
Komedie (USA, 1994). Hrají: T. Hanks, R. Wrightová, S. Fieldová, G. Sinise. Režie R. Zemeckis

23.05 Ano, šéfe!
Jan a David Kaňákoví se k podnikání nechali vyhecovat od svého nevlastního otce, který ale, bohužel, nedávno zemřel

00.15 Receptář prima nápadů

01.10 Policie v akci
Čtyři případy, čtyři lidské osudy

02.05 Námořní vyšetřovací služba VI (2, 3)

ÓČKO



19.00 YOUTUBE CHART: SLOVENSKO
Co trenduje ve světě?

19.30 Óčko hity
Klipy nonstop

21.00 Hot hity
Žhavé klipy

22.00 Naked Attraction Finland
Finská verze nahé seznamky!

22.30 Virtuální svět TV
Vydejte se na cestu kolem světa z pohodlí vašeho domova

0.00 Óčko flirt
Proud klipy a sexy vzkazy diváků



Ve sjezdu už posedmé na stupních vítězů

Trojnásobná olympijská šampionka Ester Ledecká v sobotu skončila třetí ve sjezdu ve Svätém Antonu a po jedenácté v kariéře vystoupila v lyžařském Světovém poháru na stupně vítězů. Na první Italku Federicu Brignoneovou ztratila 18 setin sekundy. Ve včerejším superobřím slalomu se pak nedostala do elitní desítky, v rakuském lyžařském středisku dojela na 12. místě. Zlato získala překvapivě Američanka Lauren Macugaová. **ČTK**

ČÍSLA DNE

3

Fletista Alexander Choupenitch obsadil třetí místo na Světovém poháru v Paříži a vybojoval v této sezoně v elitním seriálu už druhý bronz. Na turnaji v hale Pierre de Coubertina český šermíř porazil čtyři soupeře včetně dvou držitelů olympijského zlata z loňské týmové soutěže Takahira Šiki-neho a Kjosukeho Macujamu z Japonska.

2

Fotbalista Patrik Schick pomohl Leverkusenu dvěma góly v prvním letošním bundesligovém utkání k vítězství 3:2 v Dortmundu. Mistrovský Bayer díky šestému vítězství za sebou stále zůstává čtyři body za vedoucím Bayernem Mnichov, který vyhrál 1:0 na hřišti Mönchengladbachu. **MET**

KRÁTCE

Už čtvrtý Dán

Pražská Sparta získala z týmu nováčka italské ligy Benátek dánského fotbalistu Magnuse Kofoda Andersena. Pěťadvacetiletý střední záložník podepsal víceletý kontrakt a na soupisce leteckého týmu doplnil tři krajany – Asgera Sørensen, Mathiasa Rosseho a brankáře Petera Vindahla.

Biatlon. Češi devátí a osmí

Biatlonisté Vítězslav Hornig a Tereza Voborníková skončili na Světovém poháru v Oberhofu devátí ve smíšené štafete dvojic. Poprvé tuto disciplínu v SP vyhráli Finové Tero Seppälä a Sivi Minkkinenová. V klasické smíšené štafete pak české kvarteto ve složení Michal Krčmář, Adam Václavík, Jessica Jislová a Kristýna Otcovská skončilo na osmém místě, závod vyhráli reprezentanti Švédska. **ČTK**

„Přijde mi to nejrozumnější“

Fotbalisty Českých Budějovic znovu povede trenérská dvojice Jiří Lerch a Jiří Kladrubský. K poslednímu týmu prvotní tabulky je vrátil staronový majitel Vladimír Kou-

bek, který v minulých dnech znovu převzal od Dalibora Jirky. Dynamo o tom informovalo na svém webu. Lercha s Kladrubským v úvodu podzimu odvolalo předchozí

vedení a mužstvo připravoval kouč František Štraka.

„Angažování trenérů Lercha s Kladrubským mi přijde jako nejrozumnější krok. Dokázali v loňské sezoně Dyna-

mo zachránit v lize, za což si zaslouží velký obdiv. Měli ode mě příslib, že povedou klub i nadále, proto mi to přijde adekvátní, že se vracejí.“ uvedl Koubek. **ČTK**

Lehečka i Macháč začali Australian Open vítězně

První den vstoupili do úvodního tenisového grandslamu sezony čtyři Češi.

Jiří Lehečka a Tomáš Macháč postoupili na Australian Open do 2. kola, Linda Nosková i Marie Bouzková končí hned po úvodním zápase.

Turnajová čtyřladvacítka Lehečka, který před týdnem ovládl turnaj v Brisbane, zdolal v Melbourne domácího Li Tua 6:1, 3:6, 6:3, 7:6 a potvrdil roli favorita. Zahrál 45 vítězných míčů a také 13 es. Utkání vyhrál za dvě hodiny a 22 minut. V dalším kole se mladoboleslavský rodák utká

s Francouzem Hugem Gastonem.

Nezaváhal ani Macháč, který porazil Indu Sumita Nagala 6:3, 6:1, 7:5. Šestadvadesátiletý hráč světa vzal sedmkrát servis a přehrál ho v poměru vítězných míčů 38:19. Do 2. kola Australian Open postoupil počtvrté v kariéře a narazí v něm na Američana Reillyho Opelku, který i díky 38 esům porazil Belgičana Gauthiera Onclina 3:6, 7:6, 6:3, 6:2.

Na úvodním grandslamu roku neuspěla loňská čtvrtfinalistka Nosková, která prohrála s Dánkou Clarou Tausonovou 7:5, 3:6, 4:6. Bouzková podlehla turnajové čtrnáctce Miře Andrejevové z Ruska 3:6, 3:6.



„Cítím se skvěle. Na Australian Open nenajdete lehké kolo. Doufám, že se dostanu daleko, jak to jen půjde,“ prohlásil Jiří Lehečka. **AP**