

metro®

ÚTERÝ 13. ŘÍJNA 2020 Č. 190 • WWW.METRO.CZ

# Všechny dárky vyřešíte

na  **alza.cz**



Více informací na:  
[www.alza.cz/vanocce](http://www.alza.cz/vanocce)

9 771211 781002 20 190

# Jezevčík nebo teploměr velikosti 1 metru?

Od nás můžete mít oboje!

## FAN SHOP

99 Kč



### SCHÉMA TRASY METRA „JEZEVČÍK“

matná laminovaná samolepka 100 x 19 cm

89 Kč



### SCHÉMA TRASY METRA A, B, C „TEPLOMĚR“

matná laminovaná samolepka 100 x 19 cm

65 Kč



### SCHÉMA METRA A TRAMVAJÍ „JEZEVČÍK“

Lesklý křídový papír 84 x 30 cm



Kompletní nabídku najdete na: [fanshop.dpp.cz](http://fanshop.dpp.cz).

Platby možné platební kartou on-line, převodem na účet fanshopu DPP nebo dobírkou České pošty. Dodání zboží prostřednictvím České pošty, možnost vyzvednutí v Infocentrech Můstek, Hradčanská a Nádraží Veleslavin.

# „KREATIVITA JE TEĎ JEDINÝ LÉK A HNACÍ MOTOR“

ROŠTA NOVÁK ML. SE SOUBOREM LA PUTYKA SE NEVZDÁVÁ STRANA 9



# metro



**PRAHA**

Úterý, 13. října 2020

Č. 190, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Renáta

mojemetro | denikmetro

# Restaurace nebo bary do 3. listopadu zavřou

**Tvrdá opatření.** Shromažďování se omezí na maximálně šest lidí, všechny školy kromě mateřských přejdou na distanční výuku. **Pítí alkoholu.** Na veřejnosti ne! **Roušky.** Na zastávkách MHD. **Platnost.** Od zítřka STRANA 7



## S kampaní v korejském Soulu pomáhá také hračka. Rouškou děkuje

Růžová postavička Pinkfong, která je jihokorejskou vzdělávací hračkou, se stala součástí vzdělávací kampaně v době současné pandemie. Její socha v nadživotní velikosti, jež byla umístěna na náměstí v hlavním městě Soulu, byla představitelí města zvolena ambasadorem letošního roku. Nyní dostala roušku s nápisem „Děkuji moc“, kterou zástupci města děkují obyvatelům, že aktivně přispívají v boji proti koronaviru.

# Pražské matky mění jméno. „Odjakživa zavádělo a štválo“

**Kozí spolek či Krocan. Změnu názvu zvažovalo** nejedno občanské sdružení.

Jeden z nejznámějších spolků v hlavním městě – hnutí Pražské matky – po více než třiceti letech existence mění své jméno. Nově svou činnost budou prezentovat pod názvem Pěšky městem. Důvod je dle jeho členek a členů prostý.

„Hlavním a jediným důvodem změny názvu je, že neobsahuje to, co doopravdy děláme a čemu se věnujeme. Název Pražské matky u některých lidí, kteří nás neznají, vyvolával určitou nevoli, a to od nepaměti. Velmi si ale vážíme této značky, která zůstane zachována, ale my se posouváme dál,“ říká pro deník Metro Marie Čiverná, jež má na starost projekt Pěšky do školy.



Po 30 letech startují Matky novou etapu.

PĚŠKY MĚSTEM

## Třicetileté matky

Čerstvě přejmenované Pražské matky mají zajímavou minulost. Jak uvádí mluvčí spolku Jana Renner, v roce 1989 jej coby jedno z prvních ekologických spolků v hlavním městě založila skupina statečných žen. Činnosti spolku je však podle ní v současnosti třeba více než kdy jindy.

„Pěšky městem jako hrdé nástupkyně těchto žen vytrvale sledují snahy evropských metropolí o přerozdělování veřejného prostoru férovějším způsobem. Na tom chceme dál pracovat společně s vámi u nás doma – v srdci Evropy – a část veřejného prostoru uhlížit pro chodce. Myslíme si, že je ten nejlepší čas

tvořit města, kterými je možné snadno a bez omezení chodit pěšky. Pohyb je prospěšný nejen pro naše zdraví a vztahy, ale také pro prostředí měst, která chtějí zmírňovat dopady klimatických změn,“ vysvětluje Renner.

## Název je základ

Pražská sdružení, spolky a hnutí většinou své názvy volí velmi obezřetně. Existuje však celá řada těch, jejichž jména – ať už úmyslně, či nikoliv – provokují či zavádějí.

Své o tom vědí například členové čtyři roky existujícího Kozího spolku, který má ve skutečnosti odkazovat na lidový název prostranství na křižovatce ulic Haštalská, U Obecního dvora, Věžeňská a Kozí.

Provokativní označení nesl svého času i spolek Krocan na Praze 9. Sdružení, které původně vzniklo před šesti lety jako oponent výstavby Vyso-

čanské radiály, dělal podle místních čest svému jménu až před třemi lety. Tehdy upozornil na nekalou činnost bývalého vedení radnice, jež chtěla prodat pozemky po garážích v ulici Pod Krocínkou.

Pojmenovávat sdružení podle místa jeho působení je v hlavním městě běžné. Z tohoto fenoménu si při výběru názvu vystřelili členové iniciativy za ochranu přírody a kulturního dědictví na Praze 3. Její název zní – Tady není developerovo.

## Pohoda a balónek

Podobně, jako se na první pohled liší názvy punkových hudebních skupin od těch popových, se liší svým názvem také spolky určené dětem. Například ve dvanácti pražské městské části tak najdete spolky jako Balónek, Pohoda, Komůrka či V trávě. V Praze 5 existuje iniciativa s názvem BioMamka. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

INZERCE

**Jednodenní chirurgie a gynekologie**  
MEDICON Vysočany ●●●●●



**ČAS MÁ CENU ZLATA**  
Jednodenní chirurgie jej ušetří!

Zákroky hrazeny zdravotní pojišťovnou.

+420 222 504 244

Poliklinika Vysočany  
Sokolovská 810/304, 190 00 Praha 9

www.jednodenni-chirurgie.cz

## Krátce

### Pražská plynárenská pomůže s trasováním

Společnost Pražská plynárenská nabídla, na základě sobotní výzvy premiéra, část kapacity svého callcentra na pomoc hygienikům s trasováním kontaktů nakažených koronavirem. Do pomoci státu se může aktuálně zapojit přibližně čtvrtina kapacity pracovníků obsluhujících zákaznickou linku. Společnost nabídla uvedené pracovníky na dobu neurčitou, dle potřeby hygieniků a v nejbližších dnech může tak dojít k jejich proškolení a praktickému zapojení. Kvůli této po-

moci ale nedojde k omezení služeb pro zákazníky.

### Dvouměsíčnímu chlapci voperovali v Motole defibrilátor

Ve Fakultní nemocnici v Motole lékaři voperovali dvouměsíčnímu chlapci srdeční defibrilátor. Měl vážnou poruchu srdečního rytmu způsobující fibrilaci komor. Nemocnice informovala, že dítě operované v září je nejmladším pacientem s takovou operací. Dosud v Česku bylo nejmladší operované dítě desetiměsíční. **ČTK**

## Policie. O víkendu provedla 1300 kontrol

Policisté v Praze o víkendu provedli přes 1300 kontrol dodržování vládních opatření proti šíření nového typu koronaviru. „Zjistili pět pochybení, která předali do správního řízení,“ doplnil policejní mluvčí Jan Daněk.

Dalších 561 případů porušení vládních nařízení zjistili městští strážníci, 111 z nich při kontrolách provozoven. Policie kontrolovala mimo jiné restaurace, bary a další podniky, které od pátečního večera musí dodržovat zavírací dobu ve

20:00. Před výdejními okénky pak musí lidé dodržovat dvoumetrové rozestupy.

Městští strážníci řešili v souvislosti s restauračními zařízeními a bary od pátku do neděle 111 případů, při kterých byla porušena vládní nařízení. „Z tohoto počtu bylo 85 případů vyřešeno domluvou, 22 případů bylo vyřešeno pokutou na místě v celkové výši 22 200 korun. Správnímu orgánu byly oznámeny čtyři případy,“ uvedl ředitel městské policie Eduard Šuster. **ČTK**

## Krátkce

## Budova bude nižší

V reakci na kritiku snížili majitelé hotelu Intercontinental o dvě podlaží návrh budovy, kterou plánují postavit na přilehlém náměstí Miloše Formana. Majitelé plánují opravy hotelu a úpravy jeho okolí, hotovo chtějí mít do 1. ledna 2023.

## MHD se nezmění

Magistrát nechystá další změny v MHD v souvislosti s opatřeními proti pandemii nemoci covid-19. Městu by se tak zvýšily náklady na provoz veřejné dopravy v době, kdy pokles cestujících proti běžnému stavu je přes čtyřicet procent.

## Natáčeji Vyšehrad

Na hřišti FK Slavoj Vyšehrad včera pokračovalo natáčení filmu Vyšehrad, který vychází z úspěšného on-line seriálu. Jeho hlavním hrdinou je Julius „Lavi“ Lavický. V seriálu i ve filmu, který má jít do kin v únoru 2021, ho představuje Jakub Štáfek. **ČTK**

# Další trolejbusy a vizuální smog

**Primátor Zdeněk Hřib se pouští na tenký led. Má nová anketa úspěch?**

Přejete si v Praze více trolejbusů? S tímhle dotazem přispěchal na svém Facebooku primátor Zdeněk Hřib. V ulicích hlavního města totiž v současnosti můžete potkat pouze jediný exemplář – přemalovaný starší typ z Plzně pendlující o víkendů mezi Palmovkou a Letňany.

„Plánujeme však úplně novou moderní flotilu trolejbusů pro Prahu. Dvě desítky vysokokapacitních bateriových trolejbusů budou jezdit na elektrifikované lince 119 na letiště, dokud tady Správa železnic nevybuduje železniční dráhu. Potom trolejbusy samozřejmě využijeme jinde,“ píše primátor Hřib.

S využitím podobně ekologických dopravních prostředků, takzvaných elektrobusech, počítá vedení metropole třeba na lince 134 z Dvorců k Podolské vodárně. „Už jsme

k tomu schválili předprojektovou přípravu a připravujeme novátorské čtyřpólové nabíjení elektrobusech,“ dodává Hřib.

Primátor nemá pod svou anketou na Facebooku o reakce nouzi. Pokud však budeme usuzovat pouze z těch, které se týkají tématu, v budování infrastruktury pro klasické trolejbusy nevidí mnoho Pražanů smysl. „Proč tahat trolejbusy někam, kde pohodlně jezdí někde, kde pohodlně jezdí někde, kde pohodlně jezdí někde?“ reaguje na anketu uživatelka Zuzana Erza.

Podle reakcí mnoha fanoušků hromadné dopravy není důvod k bouchání šampusu ani nedávná koupě prvního trolejbusu v majetku pražského dopravního podniku. Trolejbus typu Škoda 24 Tr Irisbus totiž nese tradiční barvy dopravního podniku. Od těch se však v rámci nové jednotné koncepce červenošedého designu pod Pražskou integrovanou dopravou (PID) v hlavním městě ustupuje. Další busy by tedy například podle uživatele Alexe Vedení na přinesly do hlavního měs-

ta jen další chaos v barvách. „Rozhodně ne. Další linka znamená další vizuální smog. Trolejbusy zároveň nejsou pohyblivé jako autobusy,“ míní Vedenin.

Podle Lukáše Kubery nemají v Praze trolejbusy co dělat. Právě jejich absencí se totiž podle něj hlavní město příjmem odlišuje od ostatních měst. Uživatel s přezdívkou Fga Galipoli pak připomněl nedávnou dobu, kdy jezdil trolejbus z Podolí na Pankrác. Nějakou dobu jezdila také linka 213 jako elektrobusech s nabíjecí stanicí na Želivského. „Jednalo se o pilotní projekt, teď se k tomu snažím vrátit,“ vysvětluje Hřib.

Trolejbusy ale nemají jen odpůrci. Například uživatel Pavel Stopka je považuje za fajn nápad, pokud nezbrzdí rozvoj tramvajových tratí. Rozvoj trolejbusové sítě však podle Hřiba zpomalit rozvoj tramvajové sítě nemá. „Chceme jít cestou čisté bezemisní dopravy. Aby bylo zdravé prostředí, ve kterém nebude zbytečný hluk a ve kterém se dá dýchat čistý vzduch,“ uzavírá Hřib. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

## Hřib vyráží na hříby

Nejen fotografie z výprav do přírody a s houbami v ruce. Ankety jsou primátorovou specialitou.

- Před dotazem na trolejbusy se primátor obrátil na Pražany s otázkou, co říkají na nový zastávkový označnick na Palackého náměstí.
- Na profilu se sešlo mnoho konstruktivní kritiky. Cestujícím se nelíbí především fakt, že sloupek neladí svým černým zbarvením do jednotné koncepce Pražské integrované dopravy. Chválí naopak panel s časy odjezdů.



## Díla Mánesa v Kooperativě

Po několikaměsíční přestávce se opět otevřely dveře Galerie Kooperativy. Vrací se výstavou Josefa Mánesa, od jehož narození uplynulo 12. května dvě stě let. „Chceme důstojným způsobem připomenout osobnost, která naší kulturu, naši zemi a naši historii ovlivnila zásadním způsobem,“ představuje tuto významnou osobnost ředitel Kooperativy Martin Diviš. Výstava soustřeďuje přes sto olejomalb a víc jak padesát kreseb od Josefa Mánesa i členů jeho rodiny. Výstava je otevřena do konce roku. Otvírací doba je úterý až pátek od 14 do 18 hodin, v sobotu, neděli a o svátcích pak od 10 do 18 hodin. Vstup bude umožněn jen s rouškou. V jeden okamžik bude možné vpustit do galerie maximálně 20 osob. Aktuální opatření sledujte na [www.koop.cz/galerie](http://www.koop.cz/galerie).

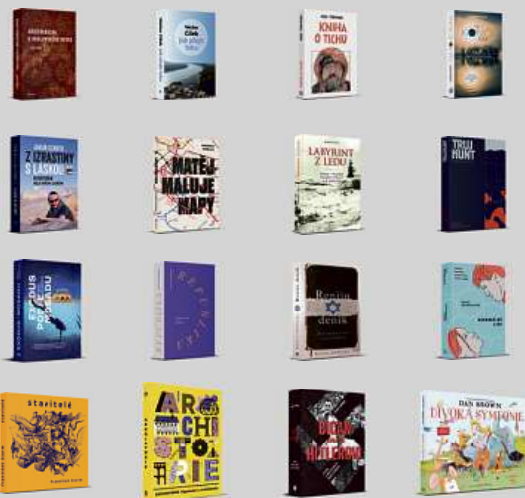
MET

INZERCE

VELKÝ  
KNIŽNÍ  
ČTVRTEK

HITY  
PODZIMNÍ SEZÓN

od 15./10./2020 ve vašem knihkupectví



Dvojka Aktivní.cz RESPEKT deník i7magazin uipm [www.velkyctvrtek.cz](http://www.velkyctvrtek.cz)

16 skvělých knižních novinek



ANO
 NE

**PŘEJETE SI V PRAZE VÍC TROLEJBUSŮ?**

Pražský trolejbus přijel z Plzně. Chceme jich víc? [FACEBOOK](https://www.facebook.com/mhdpraha)

# Provázat zdravotnické služby má konsorcium

**Vedení Prahy chce zlepšit spolupráci a fungování zdravotnických zařízení.**

Centrální nákupy či vyjednávání se zdravotními pojišťovnami. To by měl být úkol pro novou městskou příspěvkovou organizaci, která se má jmenovat Metropolitní zdravotnický servis. To je představa pražské rady, která chce různá zařízení v hlavním městě spojit v konsorcium. Nápad radních ještě musí posvětit zastupitelé.

Takové společenství by smluvně provázalo zdravotnické organizace města, městských částí a neziskového sektoru. Konsorcium má podle představ vedení magistrátu zlepšit spolupráci a fungování zdravotnických zařízení v metropoli.

## Dotace pro Nemocnici Na Františku zatím nevyjasněné

Praha 1 žádá po magistrátu na známou nemocnici 42 milionů korun, což je částka, kterou obdržela v minulých letech.

- Radní Milena Johnová nicméně navrhla přidělení nižšího příspěvku, což vyvolalo v radě hlavního města spory a rozhodnutí bylo zatím odloženo.
- Nemocnici Na Františku měl magistrát od Prahy 1 převzít, k čemuž vznikla i stejnojmenná

organizace města. Začátkem roku se však vyměnilo vedení městské části. Dosavadní první místostarosta a nový starosta Petr Hejma (STAN) a jeho noví koaliční partneři z řad ODS, TOP 09 a ANO od plánu nemocnici přenechat městu ustoupili. Předminulé vedení radnice Prahy 1 plánovalo přenechat provoz zařízení soukromníkovi, z plánu však po kritice místních obyvatel, spolků a opozice sešlo.



Příspěvková organizace má zajišťovat koordinaci v případech krizí typu té současné nebo vytvořit jednotnou marketingovou strategii pro zapojená zařízení. Organizace by měla dostat k dispozici budovu na Smíchově v ulici U Mrázkovky.

Zakládajícími členem společenství mají být podle

schváleného dokumentu zdravotnické organizace magistrátu, tedy zdravotnická záchranná služba, Městská poliklinika, Městská nemocnice následné péče a Centrum léčebné rehabilitace.

Členství bude nabídnuto také třinácti zařízeními, která zřizují městské části, magistrát již o tom jedná například

s Nemocnicí Na Františku, Poliklinikou Prahy 7 nebo Poliklinikou Prosek.

Kromě toho by se mohla zapojit také zařízení provozovaná neziskovým sektorem, například Nemocnice sv. Alžběty Na Slupi nebo Nemocnice Milosrdných sester sv. Karla Boromejského na Malé Straně. **ČTK**

## Krátce

### Nové ubytovny

Soutěž na nákup několika ubytovacích zařízení pro 20 až 90 lidí plánuje vypsat magistrát. Celkem má být jejich kapacita maximálně 500 ubytovaných. Mohlo by jít o ubytovny, hostely, hotely či bytové domy. Mají sloužit pro lidi bez domova a další sociálně slabší a také pro podporované profese, jako jsou policisté, hasiči nebo zdravotníci. Rozhodnutí radních musí potvrdit i zastupitelé.

### Miliardy na vodu

V příštím roce plánuje magistrát prostřednictvím své firmy Pražská vodohospodářská společnost investice do vodovodní sítě zhruba 2,94 miliardy korun. To je o zhruba 100 milionů korun víc oproti letošku. Peníze půjdou nejen na nové opravy kanalizace a vodovodních řadů, ale i na ty již zahájené. **ČTK**

INZERCE



**Univerzita  
Jana Amose Komenského  
Praha**

### Nově akreditované bakalářské studijní programy:

- Andragogika
- Právo v podnikání
- Speciální pedagogika
- Resocializační a penitenciární pedagogika
- Mezinárodní vztahy a diplomacie

### Programy celoživotního vzdělávání:

- Arteterapie
- Studium pro asistenty pedagoga
- Studium v oblasti pedagogických věd

### Mezinárodní jazykové certifikáty telc

Online den otevřených dveří **21. října, 15:00.**

Uzávěrka přihlášek **30. října!**

Přidejte se  
k nám!

www.ujak.cz

# Stát už zase vítězí v platech. Pracovat pro erár se vyplatí

**Pracovat pro stát, nebo soukromou firmu? Vítězí erár. Soukromníci spíš šlápli na brzdu.**

Například pedagogové by si měli v příštím roce přijít na slibovaných průměrných 45 500 korun. Což je o jedenáct tisíc korun více, než je současná průměrná česká mzda. Jako zaměstnanci státu (nejedná-li se o soukromý vzdělávací ústav) tak zapadnou do kategorie erárních zaměstnanců, kteří se v polovině letošního roku dostali na více než čtyřicetitisícovou průměrnou mzdu.

V posledních pěti letech to byly soukromé firmy, které hnaly průměrnou českou mzdu nahoru. Teď je to naopak. „Snižování horní hrani-

ce souvisí s tím, že přehřátý pracovní trh se začal postupně ochlazovat,“ potvrzuje pád mzdových nabídek Jitka Součková, marketingová manažerka personální agentury Grafton Recruitment. Dokažuje to na konkrétních případech.

Takový finanční manažer v Ústí nad Labem nastupoval před dvěma lety až za 180 tisíc korun měsíčně, letos už firmy nabízejí „jen“ 120 tisíc korun. „Ústecko je regionem, kde byl propad mezd v profesích, které jsme mapovali, největší,“ říká Součková. O méně peněz si musí v tomto kraji říci i manažer logistiky. Předloni mu zaměstnavatel nabízel až 150 tisíc korun, letos je rád, že ho přijmou za 85 tisíc korun měsíčně.

Vedle pedagogů by si měli v dohledné době přilepšit i zdravotníci, alespoň ti ve „státních“ nemocnicích a ústavech sociální péče. Stát



Citát

**Navrhují snížení platů ústavních činitelů na čtyřnásobek minimální mzdy. Zmrazení je jen ústupová varianta.**

JANA MALÁČOVÁ  
MINISTRYNE PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ

chce přidat víc těm v nemocnicích, to se ale nelíbí odborům. „Není možné rozdílné navýšení pro sestry ve zdravotnictví a v sociálních službách,“ uvádí předsedkyně Odborového svazu zdravotnictví a sociální péče Dagmar Žit-

Ti nahoře, ti dole

## 34 271

V polovině roku přesáhla průměrná mzda podle měření Českého statistického úřadu 34 271 korun. V porovnání s rokem 2019 se zvedla o 160 korun (0,5 procenta). Nejlépe byli hodnoceni zaměstnanci v bankovníctví a pojišťovnictví (přes 63 tisíc korun průměrná mzda). Nejhorší byli v polovině roku placeni lidé v gastronomii. V průměru totiž dosáhli jen na 17 928 korun.

Hádání politiků

V soukromém sektoru se v některých firmách krátily letošní platy o 10 až 30 procent.

- Navrhované snížení platů politiků neprošlo. Sněmovna však schválila zmrazení „politických“ mezd, které se jinak upravuje pravidelně podle růstu průměrné mzdy.
- Poslanci a senátoři budou brát hrubého 90 800 korun, základ prezidenta je i nadále 302 700 korun a premiéra 243 800 korun.

ky zveřejněných letos dosáhnout 88 312 korun, výdělek zdravotní sestry 47 498 korun. Třeba v Praze byl letos nástupní plat zdravotní sestry až padesát tisíc korun. Stavbyvedoucí mohl počítat i s 80 tisíci korunami. **PAVEL HRABICA**

INZERCE

## SLUČTE SI PŮJČKY U NÁS A MÁTE POKOJ

Optimální půjčka

Zkonsolidujte u nás své úvěry včetně kontokorentů a kreditních karet i z jiných bank. Můžete tak mít nižší měsíční splátky a třeba nový pokoj.

Více na [kb.cz/sloucení](http://kb.cz/sloucení)

**Vzorový příklad:** Výše úvěru 550 000 Kč, splatnost 10 let, pevná úroková sazba 3,80 % p. a., RPSN 3,87 %, celková splatná částka 662 072,28 Kč. 1. splátka úroků 1 103,06 Kč, 2.–119. anuitní splátka 5 555 Kč, 120. anuitní splátka 5 479,22 Kč. Měsíční poplatky za: spravování úvěru 0 Kč, vedení běžného účtu MůjÚčet 0 Kč, el. výpisy 0 Kč. V případě poskytnutí úvěru na základě online žádosti není účtován jednorázový poplatek za sjednání. Příklad je spočítán k datu čerpání 1. 10. 2020 a termínu splácení úvěru vždy 20. dne v měsíci.

**BUDOUCNOST JSTE VY**  **KB**



**SAZBA OD 3,8% p. a.**

Hanka a David, 29 a 33 let, novomanželé

## Krátko

## Přezujte gumy

Kvůli sněžení se silničáři v Libereckém kraji rozhodli už ode dneška aktivovat dopravní značení „povinná zimní výbava“. Značky budou hlavně na silnicích Jizerských hor a západních Krkonoš, kde se nesolí. Meteorologové varují před sněžením.

## Lentilky se stěhují do Německa

Firma Nestlé přesune výrobu lentilek z Česka do Německa. V Holešově se vyrábějí již od roku 1907. Důvodem přesunu je sladění receptury bonbonů firmy Nestlé a také snížení nákladů na výrobu. **ČTK**



## Jsou tu sami

Třeboňští rybáři zahájili výlov největšího českého rybníka Rožmberk s rozlohou 647 hektarů. Slavnostní výlov s doprovodnými akcemi, kam jezdilo každoročně až 50 tisíc lidí, je kvůli koronaviru zrušený. Třeboňský kapr by měl na Vánoce stát stejně jako loni, tedy kolem 100 korun za kilogram kapra výběrového. **ČTK**

# Lidé, které developer podvedl, se brání prodeji „svých“ bytů

**Kauza zkrachovalé firmy H-System pokračuje. Lidé se bojí a žádají politiky o pomoc.**

Lidé bydlící v Horoměřicích u Prahy v bytech po zkrachovalé firmě H-System znovu prosí stát a zákonodárce o pomoc s odvrácením blížícího se prodeje prvních ze zhruba 60 bytů v konkurzu. V otevřených dopisech oslovují vládu, poslance i senátory. Obávají se mimo jiné „zoufalých činů některých obyvatel s dopadem na jejich životy a zdraví“, sdělil Martin Junek, předseda bytového družstva Svatopluk, které část bývalých klientů H-Systemu sdružuje. Věřitelský výbor H-Systemu

schválil prvních deset znaleckých posudků, které určily prodejní cenu bytů po zkrachovalé firmě v Horoměřicích u Prahy. Prodávát se bude 60 bytů. Jsou to stejné byty 1+1 s předzahrádkou, která má u jednotlivých bytů různou plochu. Ceny se pohybují mezi 45 tisíci a 55 tisíci korunami za metr čtvereční. Prodej již schválil soud.

„Navrhovaný způsob odkupu prakticky vylučuje úvěr a otvírá investiční možnost externím zájemcům, kteří do dostavby neinvestovali žádné finance. To vše je pro nás naprosto likvidační. Schyluje se k ohromné nespravedlnosti a velkému riziku neuvážených kroků našich spoluobčanů, kteří by tím přišli o všechno,“ stojí v dopisu podepsaném Monikou Němcovou a Milenou Drdáckou, které v Horoměřicích žijí. Martin

Junek jako zástupce věřitele zaslal soudu návrh, aby prodej prvních bytů neschválil. „Soud nereflaktoval náš návrh. Důležité v tuto chvíli je, že zvláštní konkurzní správkyně, která má prodej na starosti, pracuje se znaleckými posudky, které nejsou veřejně dostupné, a navíc nezohledňují zhodnocení nemovitostí jejich obyvatel,“ řekl Junek. Podle něj ve znaleckých posudcích nejsou zohledněny stavby inženýrských sítí, silnic a chodníků za desítky milionů, které družstvo považuje za vlastní, a podle něj tudíž nespádají do konkurzu. Hodnota nemovitostí má být kvůli tomu podle Junka výrazně nižší. Znalecký posudek u prvních deseti bytů zohledňuje investice obyvatel do nemovitostí jen zhruba ve výši 15 procent prodejní ceny. To je však podle obyvatel bytů

málo. „To je v přímém rozporu s faktem, že my jsme investovali 85 procent našich finančních prostředků do dostavby celého areálu sídliště, 20 let jej udržujeme z vlastních zdrojů, a tím vším jsme celý areál zhodnotili na současnou cenu. Naše investice jsme schopni prokázat,“ uvedli v dopisu. Obyvatelé očekávali, že ceny za odkup bytů se budou pohybovat v částkách dostupných třeba i pro ty, kteří jsou již v důchodovém věku, aby si mohli své byty potřeby a naposledy odkoupit.

Byty se budou prodávat prostřednictvím inzerátu na internetu, zájemci budou mu set svou nabídku podat v obálce. Současní uživatelé nemovitostí budou „mít na odkup přednostní právo, musí ale nabídnout více než případný vítěz aukce“. **ČTK a MET**

## Známy případ

H-System byl v letech 1993–1997 stavební projekt, jenž zkrachoval. Sliboval výstavbu levných bytů a domů v obcích kolem Prahy.

- Společnost v roce 1997 kvůli špatnému finančnímu vedení zkolabovala a o rok později padla do konkurzu. Pohledávky byly za dvě miliardy. V roce 2004 byl hlavní viník Petr Smetka odsouzen za podvod, poškozování věřitele a zpronevěru na 12 let.
- Část podvedených klientů následně vstoupila do SBD Svatopluk, které rozestavené domy dokončilo. Jenže složitý případ pokračoval dál. Udajně došlo k dalším právním pochybením.

INZERCE

**C. BECHSTEIN**  
Pianocentrum Praha

**C. BECHSTEIN**

## PATRIK KAČO

sledujte záznam koncertu  
z pohodlí svého domova.

**Ve čtvrtek 22. října v 19 hod.**



online na našem facebooku:  
[facebook.com/PianocentrumPraha](https://facebook.com/PianocentrumPraha)



# Setkávat se může jen šest osob

„Máme jen jeden pokus, pokus, který musí být úspěšný,“ uvedl premiér Babiš. Vláda zpřísňuje opatření proti šíření koronaviru.

Do konce nouzového stavu se bude moci shromáždit maximálně šest lidí. Vláda také dočasně uzavírá restaurace, bary a kluby. Všechny školy kromě mateřských přejdou do konce října na distanční výuku. Na zastávkách MHD budou povinné roušky, na veřejných místech bude platit zákaz pití alkoholu. Oznámil to ministr zdravotnictví Roman Prymula. Opatření platí od zítřka. „Pokud se průměrné reprodukční číslo za týden sníží na hodnotu 0,8, budou přijatá opatření zmírněna,“ dodal premiér Andrej Babiš.

## Shromažďování

V Česku bude kvůli epidemii covidu-19 omezené na maximálně šest osob. Ve větším počtu se mohou shromažďovat například rodinní příslušníci. „Opatření platí plošně, tedy nejen ve vnitřních, ale i ve venkovních prostorech. Jsou tu také výjimky,

kteří se týkají různých statutárních orgánů, zasedání státní správy, samosprávy, politických stran,“ řekl Prymula.

## Školy

Do 1. listopadu budou kvůli koronavirové epidemii uzavřeny školy včetně prvního stupně základních, přejdou na distanční výuku. Mateřských škol se opatření netýká. „Omlouvám se rodičům, kteří jsou v neustálé nejistotě, ale je nutné to udělat a je

nutné to udělat rychle,“ okomentoval opatření ministr školství Robert Plaga. Premiér Babiš předeslal, že ošetřovné by mělo zůstat na 60 procentech základu výdělku, s minimem 400 Kč denně.

## Pohostinství a alkohol

Do třetího listopadu zůstanou zavřené restaurace, bary a kluby, fungovat budou moci do 20 hodin pouze výdejní okénka. Na veřejně přístupných místech bude zakázáno pít alkoholu. K této re-

strikci během jarní vlny epidemie vláda nesáhla.

## Roušky

Od zítřka bude v Česku povinné nosit roušky i na zastávkách veřejné dopravy, tedy na nástupištích, v přístřeškách a čekárnách. V celé ČR platí povinnost nosit roušku ve vnitřních prostorách budov od 10. září. Chránit si ústa a nos je nutné při cestách MHD nebo návštěvách úřadů a zdravotnických a sociálních zařízení. **MET, ČTK**

## Nasazení mediků

V nemocnicích personálně oslabených kvůli epidemii koronaviru by mělo podle ministra Prymuly pomáhat až 2400 mediků čtvrtých i pátých ročníků a studenti absolventských ročníků dalších profesí, například budoucí farmaceuti nebo zubaři.

„Zaktivovali jsme naše mediky a studenty zdravotnického profilu,“ uvedl Prymula.

• Řekl, že pracovat budou napříč zdravotnictvím medikové čtvrtého a pátého ročníku, protože šestý ročník už se zapojil do boje s epidemií na jaře a nyní se končí studenti musí soustředit na závěr studia.

• Kromě studentů medicíny budou moct být nasazeni absolventské ročníky dalších oborů, budoucí zubaři, lékařníci či studenti ošetrovatelství, a celá řada dalších zdravotnických profesí.

• Od práce studentů si Prymula slibuje, že dokážou pomoci zdravotnictví oslaběnému nemocnými lékaři a sester i plánovaným zavřením prvních stupňů škol.

INZERCE

15. ŘÍJNA 2020

Late Night Shopping s **EVROPA2**

SLEVY AŽ 80 % CELÝ DEN

OTEVŘENO DO 22 HODIN

LETOS JINAK - BEZPEČNĚJI

FASHION ARENA PRAGUE OUTLET



## Přibývá úmrtí

# 1045

Za neděli v Česku přibylo 3104 nových případů nákazy koronavirem. Aktuálně nemocných je 61 522. Počet úmrtí lidí s koronavirem stoupl na celkových 1 045 případů. Úmrtí za 12 dnů v říjnu už je víc než za celé září.

## Krátce

## „Máme 14 dní před kolapsem“

Vývoj koronavirové situace v ČR je podle ministra vnitra Jana Hamáčka alarmující. „Vidíme ta čísla, vidíme počty těžkých průběhů a máme nějaké odhady,“ řekl ministr a šéf Ústředního krizového štábu pro Rádio Impuls. „Pokud by se vývoj nezbrzdil, stojíme na hraně kolapsu. Lidé musí pochopit vážnost situace, není to sranda chřipka,“ dodal Hamáček. **IDNES.cz**



## „Mít covid není sranda“

Herec a známý recesista Petr Čtvrtníček (56) poprvé promluvil o proděláném covidu. Prozradil, jak nemoc prožíval, a také vzkázal lidem, aby nerevoltovali a dodržovali nařízení. „Já jako starý srandista a rebel teď tady jako Zdeněk Svěrák říkám lidem, aby byli zodpovědní,“ prohlásil s úsměvem herec pro Český rozhlas. „Nemůžete dýchat, jste jako v sudu, když se topíte,“ říká Petr Čtvrtníček o covidu. **PROFIMEDIA.CZ**

## Bezúročné půjčky

# 92,5

O bezúročné půjčky pro středočeské živnostníky zasažené opatřeními proti koronaviru dosud požádalo 3898 podnikatelů. Kraj ke včerejšímu dni vypořádal a proplatil 1902 žádosti za 92,5 milionu korun, sdělilo hejtmanství. Kraj očekává, že poskytne půjčky do výše 300 až 400 milionů.

# 50

Maximální výše půjčky pro středočeské živnostníky je 50 tisíc korun. Splácet půjčku žadatelé mohou až od června příštího roku a doplatit ji mohou do poloviny března 2024. Žádosti mohou na krajský úřad živnostníci podávat do 31. října. Termín byl prodloužen kvůli druhé vlně nemoci covid-19. Na půjčky nemají nárok podnikatelé, kteří jsou v exekuci či insolventi. „Žádosti o bezúročnou pomoc projednáváme každý pracovní den,“ uvedl náměstek pro finance Gabriel Kovács.

## Výzva. Nezelehčujte situaci a věřte odborníkům, prosí vědci Čechy

K dodržování opatření proti covidu-19 vyzvala veřejnost současná předsedkyně Akademie věd (AV) ČR Eva Zažímalová a někteří bývalí předsedové a předsedkyně AV. Ve výzvě také apelují na to, aby lidé důvěřovali odborníkům v dané oblasti a dopady epidemie nezelehčovali.

Vedle Zažímalové dokument iniciovali chemik a senátor Jiří Drahoš, fyzioložka a biochemička Helena Illnerová a biochemik Václav Pačes.

Vědci ve výzvě uvedli, že koronavirus společnost postavil před náročnou zkoušku, situace je vážná a následující dny budou pro zvládnutí epidemie klíčové.

„Rozsáhlé šíření této nemoci ohrožuje nejen zdraví občanů a fungování zdravotní péče, ale také zásadním způsobem postihuje občany a společnost ve všech sférách sociálního, ekonomického a kulturního života. Za této situace je opět vyhlášována

řada omezujících opatření. Obrácíme se proto na vás občany s naléhavou výzvou, abyste tato pravidla vědomě respektovali, dopady epidemie nezelehčovali a nepodléhali nedůvěryhodným spekulacím,“ stojí v dokumentu. „Účinná opatření jsou pouze ta vycházející z vědeckých faktů a z analýz skutečných odborníků v dané oblasti, tedy virologů, infektologů, epidemiologů a imunologů,“ uvedli vědci. **ČTK**

## Nemocní lékaři. Denně přibývají

Zdravotníků aktuálně pozitivně testovaných na covid-19 přibyl podle dat České lékařské komory (ČLK) za týden od 3. října skoro dvojnásobek. Jejich počet se zvýšil z 2480 na 4432 (údaje jsou platné k uzávěrci tohoto vydání deníku Metro). Lékařů mezi nimi bylo 978, zdravotních sester 1862. Celkem se jich včetně ostatních zdravotnických pracovníků od začátku epidemie

nakazilo přes 7000. Podle dat Českého statistického úřadu je v Česku 50 tisíc lékařů a přes 117 tisíc zdravotníků bez lékařského vzdělání. „V současnosti je matematická jistota, že se v nejbližších dnech bude situace dále zhoršovat. Musíme udělat vše pro to, aby zdravotnictví nezkolabovalo,“ uvedl k nárůstu počtu nakažených lékařů šéf ČLK Milan Kubek. **ČTK**

### Krátce



Oprava hradu Vildštejn ve Skalné

ČTK

otevřený pro veřejnost a nabízí prohlídkové trasy, expozice, kulturní a společenské akce i hradní hodovnu s restaurací. Nyní je zavřený.

### ANO zatím získalo pouze tři kraje

Dojednané nebo už podepsané koalice má devět dní po volbách 11 ze 13 krajů. Hnutí ANO, které vyhrálo volby v deseti krajích, má zatím jisté vedení ve třech. V pěti krajích složí koalici strany bez vítězného hnutí ANO. Podpisy koaličních smluv většina koalic chystá na tento týden. Zatím se nejvíce rýsuje koaliční spolupráce na krajích mezi STAN, Piráty, ODS, TOP 09 a různými uskupeními. **ČTK**

### Vildštejn má cenu

Hrad Vildštejn ve Skalné získal ocenění v soutěži Patria Nostra v Karlovarském kraji. Kraj, který vybíral k 20. výročí vzniku krajů zajímavý architektonický počin na venkově, ocenil zejména spolupráci soukromých investorů

a evropských peněz, které se uplatnily při rekonstrukci hradu a podhradí. Soukromý hrad Vildštejn od roku 1999 postupně opravuje rodina Pumrových. Město Skalná díky evropským dotacím zúšlechtilo okolí hradu. To stálo 38 milionů korun. Hrad Vildštejn je běžně

# Šéf Senátu varuje před populismem

**Nenechme si zabít svobodu a demokracii, říká Vystrčil.**

„Populismus v dlouhodobém pohledu svobodu a demokracii zabíjí,“ řekl předseda Senátu Miloš Vystrčil na začátku mezinárodní konference Forum 2000, která včera začala v Praze. Vystrčil varoval před populisty, kteří slibují bezpracnou prosperitu. Základem prosperity podle něj jsou svoboda, solidarita a demokracie. Vystrčil uvedl, že je nemravné, když politici lidem slibují, že se budou mít dobře, aniž by se o to museli

zasloužit a museli překonávat překážky, aniž by se chovali odpovědně a solidárně.

Upozornil, že populismus se neprojeví pouze na národní úrovni, ale i v mezinárodním rozhodování, kdy se kvůli krátkodobým ekonomickým výhodám vytváří nezděravá závislost na nedemokratických zemích. Předseda Senátu zdůraznil, že o svobodu a demokracii je nutné pečovat nejen ve vlastních zemích, ale všude na světě. Připomněl výrok papeže Jana Pavla II., že svobodu nelze jen mít a užívat, ale je třeba ji neustále opětovně získávat.

Vystrčil byl jedním z úvodních řečníků letošního Fora 2000, kromě něj přednesla za-

hajovací projev i tchajwanská prezidentka Cchaj Jing-wen. Letošní 24. ročník konference se kvůli pandemii koronaviru koná pouze prostřednictvím internetu, na rozdíl od předchozích ročníků se řečníci v Praze nesešli. U zrodu Fora 2000 stáli v roce 1997 tehdejší český prezident Václav Havel, spisovatel Elie Wiesel a japonský filantrop Jóhei Sasakawa. Jejich záměrem bylo poskytnout prostor osobnostem z nejrůznějších oborů k analýze výzev nového tisíciletí. Loni na konferenci vystoupili například konstantinopolský patriarcha Bartoloměj I. nebo bývalý polský prezident Lech Walesa. **ČTK**



### Maďar se stane děkanem

Výrazná tvář, která se do srpna vyjadřovala k problémům v boji s koronavirem – epidemiolog Rastislav Maďar, se stane novým děkanem Lékařské fakulty Ostravské univerzity. Včera o tom rozhodl při děkanské volbě akademický senát fakulty. Svůj návrh předložil rektoru Janu Latovi, jenž děkana na návrh senátu jmenuje do funkce. Před Maďarem stojí spousta práce. Fakulta se dlouhodobě potýká s problémy – Národní akreditační úřad na ni nejdříve zjišťoval okolnosti podezřelého přijímání studentů. Letos v červenci úřad škole odmítl udělit novou akreditaci pro obor Všeobecné lékařství. Škola tak do něj zatím nemůže přijímat studenty. Maďar jako děkan chce významným způsobem podporovat vědu a výzkum, aby fakulta získala respekt odborné veřejnosti. Maďar je v boji proti covidu-19 příznivcem nošení roušek. V půlce července řekl, že se bude snažit, aby se Česko v říjnu vrátilo k povinnému nošení roušek na veřejnosti. Je podle něj nutné zabránit tomu, aby se virus dostal ke starším skupinám obyvatelstva. Koncem srpna ale jako člen pracovní skupiny ministra zdravotnictví sám skončil, a to kvůli údajným neshodám s Adamem Vojtěchem. „Bral jsem to dosud jako službu lidem, za kterou jsem nechtěl ani korunu. Byla to z mé strany v mnoha ohledech oběť, věc principu, ale abych musel čelit zákeřným podpásovým útokům, to nemám zapotřebí,“ uvedl tehdy Maďar. **ČTK a MET**

# „Mentalita lidí se změnila“

Více než sedmdesát kulturních institucí se včera v Česku připojilo k výzvě Majáky české kultury – rozsvícená světla ukázala, kde by se hrálo divadlo nebo konal koncert. Jedním z těch míst byla i Jatka 78. „Byl jsem na to mentálně připraven už dlouho. Kreativita je teď jediný lék a hnací motor,“ říká deníku Metro Rosťa Novák, který je šéfem tohoto divadla a zároveň principál Cirku La Putyka.

## Už se v této situaci cítíte po jaru zkušenější a připravenější?

Zkušenější asi ano. Ale situace není stejná. Změnila se absolutně filozofie předprodeje, mentalita lidí ve vztahu ke kultuře. Bez extrémních restrikcí, když se ještě mohlo hrát, tak byl úbytek diváků markantní. Takže cílem nebylo hrát pro vyprodaná hlediště, ale vrátit diváky do divadel. Nedá se na to zvyknout. Na tohle si zvykat nechci.

## Kolika lidí pracujících u vás se nařízení dotkne? A kolika diváků?

Dotkne se to všech složek. Herci jsou vlastně v porovnání s divadelní technicko-produkční složkou ve velkém oslabení. O soubor se starají desítky lidí, kteří přichází o práci. Každé nařízení a každé zrušené představení neznamenají pouze ztrátu diváků, kteří by ten večer přišli, ale hlavně těch všech diváků, kteří kvůli strachu a obavám, nebo nedostatku financí, do divadla cestu ani nehledali.

## S novou sezonou jste psal na Facebooku, že máte obsesi sledovat počty prodaných vstupenek, protože lidé nechodili tolik jako před tím. Co se stalo?

Přes léto se stalo to, co jsem v životě nezažil, den před představením jste měl prodáno třeba sto kusů vstupenek, ale v den akce jsem hrál pro maximální, tehdy povolenou kapacitu tisíc lidí. Lidé si kupovali lístky v den akce – čekali na počasí a nařízení. Ale to se v září změnilo. Představení, která byla vyprodaná, tak byla přesunuta z jara, ale i u vyprodaných představení byla vysoká úmrtnost, lidé byli v karanténě anebo se báli. A předprodeje rapidně klesly.

## Se souborem jste měli hektické léto, jedno představení za druhým. Co vám dávalo energii a co dělalo největší radost?

Že můžeme dělat to, co umíme. I když skoro mimo divadla, hlavně venku, ale mohli jsme. Teď zase nemůžeme. Ale jen tak se nedáme.

## Jak dostat do divadla nové diváky, kteří k němu nemají zatím vztah?

Našli jsme cestu, jak to dělat, když nemohou za námi nebo nechtějí, protože si ke kultuře nenašli vztah, tak my jsme jezdili celé leto za nimi. A myslím, že jsme oslovili spoustu nových diváků. Pokud má někdo pro-



Rosťa Novák

JAKUB JELEN

blém, tak v tuto chvíli je to nad mé kapacitu. Nehrajeme jen divadlo. Snažíme se pomáhat i jiným způsobem.

## Je i něco pozitivního na pandemii a jejím vlivu na kulturu?

Teď o tom takhle nepřemýšlím. Vzalo to spoustě lidem práci, je těžké na tom hledat pozitivní věci. Možná jsme jako společnost potřebovali takový stop time, ale bez ztrát na životech by to bylo skvělé na chvíli vypnout, ale ne takhle. Ale asi si spousta z nás uvědomuje věci, na které jsme nemysleli nebo je zapoměli.

## Jak vidíte současnou situaci lidí, co pracují v kultuře?

Silně soubory či festivaly mají podporovat ty menší. Nemáme se jen spoléhat na pomoc grantů a dotací. Je tu spousta divadel, subjektů, které jsou soukromé a také potřebují pomoc. Hledejme cesty, jak z toho ven. Ta situace začíná být likvidační. Jaro byla vlastně procházka proti tomu, co nás asi čeká teď na podzim.

## Máte srovnání se zahraničím, co se týká podpory herců a živé kultury? Co by mělo největší smysl?

Ta podpora je absolutně odlišná. Je mnohem flexibilnější, a hlavně dává pocit, že nejsi něco méně než jiné obory. Že ministerstvo kultury není to poslední. Že kultura je k životu potřebná, hudba, literatura, výtvarné umění, film, televize, divadlo. Bez toho se žije těžko. Zkuste to.

## Plánujete něco nového s vaším prostorem Jatka78, který je vaší domovskou scénou?

Příští rok budeme otvírat letní scénu v novém cirkusovém stanu. Bude to fantastické šapito. Návrat ke kořenům. A Jatka78 by snad mohla být brzy v rekonstrukci. Když to vše dobře dopadne. **ROP**

# Flex-tex.

## Láska ♥

## Látky ♥

# NEJVĚTŠÍ PRODEJNA V PRAZE?

Jateční 31, Praha 7

tel. 283 870 783  
www.flex-tex.cz

# Pobřežní led dramaticky mizí

**Vědci přivezli z Arktidy v útrokách ledoborce přes tisícovku vzorků ledu.**

Po roce bádání kolem severního pólu konstatovala dosud největší mezinárodní vědecká expedice alarmující skutečnost. Pobřežní led v Arktidě taje dramatickou rychlostí. Kvůli pandemii koronaviru se ledoborec Polarstern německého Institutu Alfreda Wegenera vrátil do domovského přístavu Bremerhaven.

Obrovské množství údajů, které mezinárodní týmy odborníků za měsíce plavby kolem severního pólu nashromáždily, jim však umožňují vydat svědectví o klimatických změnách. „V průběhu léta mohli vědci zmapovat rozsah tání pobřežního ledu v tomto regionu považovaném vědci za epicentrum glo-



Loď Polarstern se vrátila do přístavu v Bremerhavenu. AP

bálního oteplování,“ sdělil šéf mise Markus Rex. „Viděli jsme velké plochy vody táhnoucí se téměř k pólu, obklopené ledem, který byl proděravělý z důvodu masivního tání,“ poznamenal klimatolog a fyzik Rex. Rezolutně dodal: „Pobřežní led v Arktidě taje dramatickou rychlostí.“

Diagnózu potvrzuje americké satelitní pozorování. Pohled z družice ukázal, že pobřežní led v létě roztál a nyní

se rozkládá na dosud nejmenší registrované ploše od roku 2012.

Vědci z mise pojmenované MOSAIC studovali atmosféru, oceán, pobřežní led a ekosystém, aby získali údaje dosvědčující dopad klimatických změn na arktický region i celý svět. Analýza údajů bude trvat jeden až dva roky. Cílem je zpřesnit modely předpovědi klimatu, aby se zjistilo, zda a jak se vzájemně

podobají vlny veder a vydatné deště nebo bouře, které se cyklicky objevují každých 20, 50 či 100 let.

„Abychom vytvořili klimatické modely, potřebovali jsme pozorování přímo na místě,“ uvedla vědkyně Radiance Calmerová z Coloradské univerzity, která na lodi Polarstern pobývala od června do září.

„S pomocí dronů jsme měřili teplotu, vlhkost, tlak a vítr. To nám poskytne informace o atmosférické vrstvě, které budou velmi užitečné pro vytvoření klimatického modelu,“ řekla vědkyně a popsala magické chvíle, které zažila při chůzi po pobřežním ledu.

„Když se soustředíte, můžete cítit, jak se led pohybuje. Je důležité chvíli pozorovat okolí, ne se jenom soustředit na práci,“ potvrdila.

Po odjezdu expedice z norského města Troms 20. září 2019 se vědci ocitli po měsíce v úplné tmě s teplotami klesajícími až k minus 39,5 stupně

Celsia a potkali na dvě desítky ledních medvědů.

Na jaře však jejich misi narušila pandemie covidu-19, a tak vědci museli na severním pólu zůstat o dva měsíce déle. Na německé lodi bylo několik stovek expertů a vědců z 20 zemí. Zkoumali život pod ledem a za polární noci shromažďovali vzorky vody, aby studovali rostlinný plankton a bakterie a lépe poznali fungování ekosystému v extrémních podmínkách.

Expedice, jejíž rozpočet dosáhl 140 milionů eur (3,78 miliardy korun), se vrátila rovněž s více než 1100 vzorky ledu.

Projekt byl vědeckou, ale také logistickou výzvou. V útrokách lodi bylo 14 tisíc vajec, 2000 litrů mléka a dvě stovky kilogramů tuřínů na první tři měsíce plavby a kuchař Sven Schneider si byl vědom své zodpovědnosti. „Mým úkolem bylo udržovat morálku stovky lidí žijících v naprosté tmě,“ popsal své posláné. **ČTK a MET**

## Krátce

### Petice proti Murdochovi

Již více než 100 tisíc lidí podepsalo petici, která požaduje vyšetřit dominanci médií konzervativního magnáta Ruperta Murdocha v Austrálii. Akci inicioval bývalý australský premiér Kevin Rudd. Murdo-

chova firma se již v minulých letech opakovaně musela bránit obviněním z předpojatosti, rasismu – například v souvislosti s karikaturou tenistky Sereny Williamsové, či popírání klimatických změn při zpravodajství o australských lesních požárech. Magnát ani jeho společnost zatím nereagovali.

### Nakažení lidé už bez značek

Úřady v metropoli Dillí přestaly označovat byty, kde bydlí lidé nakažení koronavirem. Označování bytů vedlo k růstu stigmatizace nemocných. V reakci na to rostla i snaha nakažených nemoc skrývat.

### Páté vítězství

Tádžický prezident Imomali Rachmon zvítězil v nedělních volbách. S 90,92 procenta hlasů podle předběžných výsledků byl zvolen na páté funkční období. Osmašedesátiletý muž vládne v bývalé sovětské republice již od roku 1992. **ČTK**

## Číslo dne

# 228

Tolik let uplynulo od doby, kdy byla 13. října 1792 zahájena výstavba Bílého domu. Sídlo amerických prezidentů se stavělo podle projektu architekta irského původu Jamese Hobana. Ten se podílel i na výstavbě mnoha dalších budov ve Washingtonu.

## Německo. V noci už bez alkoholu

Některá velká německá města s rychlým šířením koronaviru mají za sebou první víkend se zákazem prodeje či konzumace alkoholu. Opatření platila zejména na oblíbených místech setkávání lidí a v nočních hodinách.

Přísná opatření zavedla radnice ve Frankfurtu nad Mohanem. Od pátku minulého týdne tu platí ve vybraných lokalitách, jako jsou některé ulice a veřejné parky, dokonce celodenní zákaz prodeje alkoholických nápojů. Opatření má být účinné nejméně do konce tohoto týdne. Konzumace alkoholu ve frankfurtských hospodách i venku je obecně možná pouze do 23. hodiny. Nová pravidla platí i pro soukromé oslavy, kte-

rých se smí ve veřejných prostorech účastnit nanejvýš 25 lidí a v soukromí platí doporučení omezit počet účastníků na deset.

Také Berlín má za sebou víkend bez nočního života a má to tak zůstat do konce října. Německá metropole přitom noční uzavření hospod nezažila 71 let. Pokud hospodští i po 23. hodině hostům alkohol nalijí, hrozí jim pokuta ve výši 5000 eur (zhruba 136 tisíc korun).

V Mnichově byl noční zákaz prodeje a konzumace alkoholu na některých místech omezen o víkend. Místní omezení prodeje a konzumace alkoholu vyhlásily úřady také v Kolíně nad Rýnem či Regensburgu. **ČTK**



### Sochy bývalých prezidentů padly k zemi

Ve městě Portland v americkém státě Oregon v noci na včerejšek demonstranti svrhli sochy dvou bývalých prezidentů USA Abrahama Lincolna a Theodora Roosevelta. Agentura AP napsala, že podle historiků Roosevelt za svého života vyjadřoval antipatie k severoamerickým kmenům. Pokud jde o Lincolna, demonstranti na podstavec jeho sochy (na snímku) napsali Dakota 38, což je odkaz na příslušníky kmene Dakota, jejichž popravu prezident schválil po bojích s bělošskými osadníky. Portál snopes.com uvedl, že Lincoln zároveň zrušil trest smrti pro dalších 264 odsouzených. **AP**

# Ve Versailles mají kadeřníka gratis

**Někdejší sídlo francouzských králů je záviděníhodným pracovním prostředím, lidé tam mají navíc zajímavý bonus.**



Zrcadlový sál PROFIMEDIA.CZ

## Zámek Versailles

V objektu je na 2300 místností o celkové ploše 63 154 m<sup>2</sup>.

- Nejkrásnější místností zámku je téměř 80 metrů dlouhý Zrcadlový sál, v němž byla 28. června 1919 podepsána Versailleská smlouva, kterou byla oficiálně ukončena první světová válka.
- Tento park dal také vzniknout Společnosti národů, organizaci, jež byla předchůdkyní OSN.

Zaměstnanci paláce ve Versailles nedaleko Paříže se mohou nechat každý měsíc zdarma ostříhat. Ustřížené lokny využije firma, která se specializuje na recyklaci vlasů.

Podle Clementa Baldelloua, zakladatele společnosti Capillum, která shromažďuje vlasy z více než 200 kadeřnictví po celé Francii, je tato komodita využitelná díky bílkovinné keratin, která dobře vstřebává oleje. Vlasy se pak mohou využít v zemědělství či medicíně. „Vlasy jsou od přírody absorbenty a olejů

vstřebávají až osminásobek své váhy,“ říká Baldellou, podle kterého si na sestřih každý den zajde přes milion Francouzů. Vzniká tím hodnotný zdroj, který však nic nestojí a který lze jednoduše recyklovat a využít. „Ročně to představuje 4000 tun vyprodukovaného odpadu. To je obrovský objem, který běžně končí v koši, a proto jsme se rozhodli odpadovému sektoru od vlasů ulehčit,“ uvedl Baldellou.

Provizorní kadeřnictví v paláci, se kterým je spojován hlavně francouzský král Lud-

vík XIV., zdobí cedule „Jeden kilogram vlasů = 200 litrů ušetřené vody“. Zaměstnankyně Versailles Isabelle Lafontová si službu tak blízko zaměstnání pochvaluje. „Je to dobrý nápad, protože s naší prací není vždy čas zajít si ke kadeřnici,“ říká. **ČTK a MET**



## Natáčení v Římě pokračuje

Mission Impossible 7 je tady. Alespoň v klapkách a hledáčkách kameramanů. Americký herec Tom Cruise spolu se svojí britskou hereckou kolegyní Hayley Atwellovou včera zvládali dramatické scény v Římě.

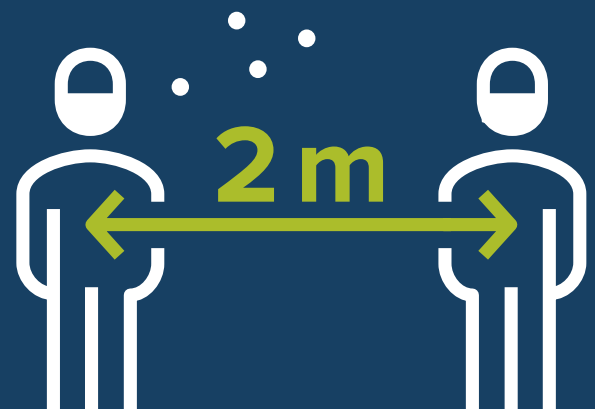
2x AP



INZERCE

**POKUD JE TO MOŽNÉ,  
DODRŽUJTE BEZPEČNOU  
VZDÁLENOST  
SNÍŽÍTE RIZIKO  
KAPÉNKOVÉHO  
PŘENOSU NÁKAZY**

[koronavirus.mzcr.cz](https://koronavirus.mzcr.cz)



Dopravní podnik hlavního města Prahy



SDRUŽENÍ DOPRAVNÍCH PODNIKŮ ČR



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ  
ČESKÉ REPUBLIKY



LINKA 1221



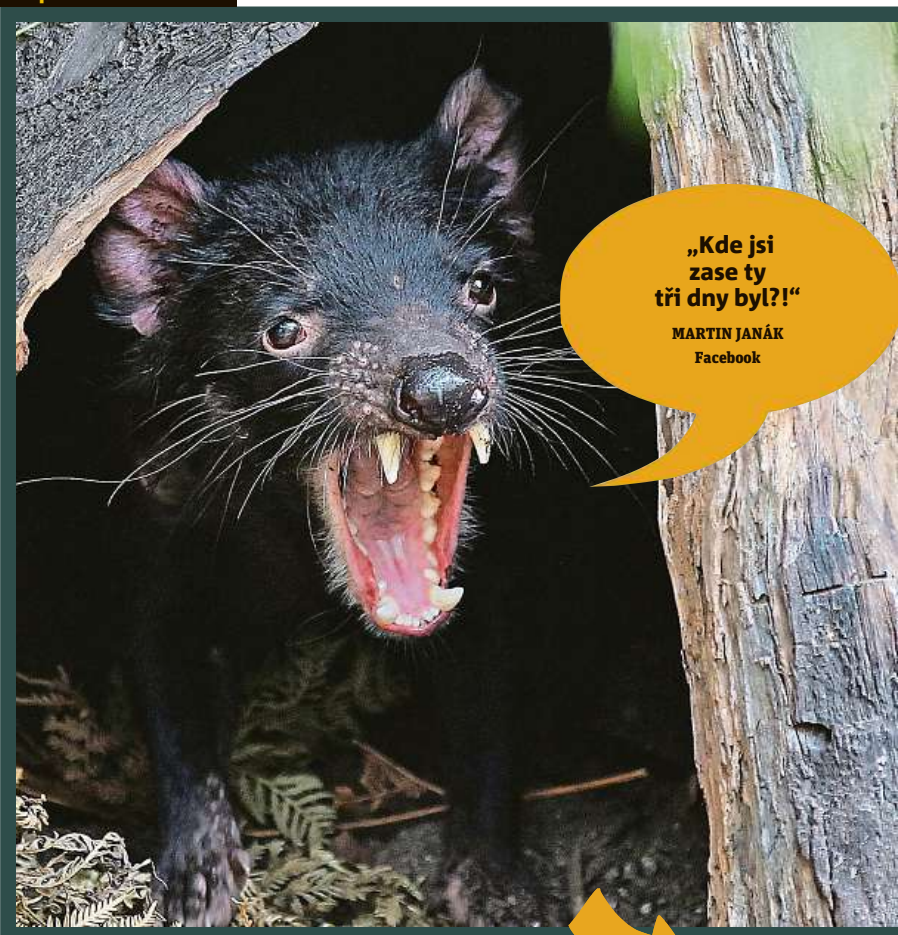
eRouška



**Sudoku**

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

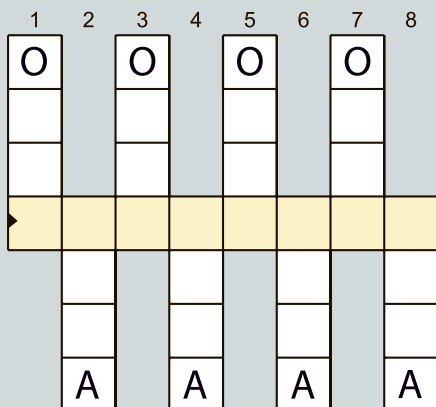
**Napište svou bublinu**



„Kde jsi zase ty tři dny byl?!“  
MARTIN JANÁK  
Facebook

**Luštěnka**

- ožehnutí (zast.)
- sicilská sopka
- nemoc rtu
- evropské peníze
- táta
- sestra matky
- bota
- Irka (sloven.)



**Počasí**

DNES	ZÍTRA	ČTVRTEK	PÁTEK
6/10 °C	6/10 °C	8/12 °C	7/11 °C

Teplotní rekordy: ↓ 0,2 °C (1992) ↑ 23,2 °C (1791) Bio: ❤️❤️❤️



**NAPADÁ VÁS VTIPNÝ POPISEK?**  
Napište bublinu a reagujte na sloupek na: [www.facebook.com/denikmetro](http://www.facebook.com/denikmetro)

**TV tipy**

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
16.00 To je vražda, napsala III 16.45 Cestománie 17.15 AZ-kvíz 17.40 Černé ovce 18.00 Události v regionech 18.25 Kde domov můj? 19.00 Události 19.56 Branky, body, vteřiny 20.10 Vyprávěj 21.05 Nevinnost 22.45 Kolo plné hvězd 23.40 Případy detektiva Murdocha XI 00.25 AZ-kvíz 00.50 Banánové rybičky 01.25 Zajímavosti z regionů 01.50 Malá farma 02.15 Dobré ráno 04.45 Milovníci vína (6/16)	17.20 Svět z ptáčích perspektiv: Portugalsko, pestrá mozaika barev 18.15 O systech a lidech 18.45 Večerníček 18.55 Co Čech, to chovatel (6/8) 19.10 Cyklotoulky 19.20 Cesty víry 19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce 20.00 Peklo pod hladinou II (5/6) 20.50 Selská krev 21.50 Gulag, sovětská historie 22.50 Ve jménu vlasti VIII (1/12) 23.50 Dítě – kriminální reportáž II (3, 4/10) 01.15 Milda	15.55 Castle na zabití II (16) 17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny 17.25 Co na to Češi 18.25 Ulice (3912) 19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí 20.20 MasterChef Česko 21.45 Víkend 22.50 Námořní vyšetřovací služba: New Orleans V (7) 23.40 Castle na zabití II (16) 00.35 Odložené případy VI (22) 01.35 Odložené případy VI (23) 02.15 Námořní vyšetřovací služba: New Orleans V (7) 03.05 Co na to Češi 03.45 Ordinace v růžové zahradě 2 (804)	16.25 Policie v akci 17.25 Krimí zprávy 17.50 Prostřeno! 18.55 HLAVNÍ ZPRÁVY 19.40 Sport 19.55 SHOWTIME 20.15 Slunečná (50) Romantika na druhou. Seriál (ČR, 2020) 21.35 7 pádů Honzy Dědka 22.55 Fachmani 23.25 Policie v akci 00.25 Námořní vyšetřovací služba VII (23) 01.20 Walker, Texas Ranger III (1) 02.25 Jake a Tlustoch III (13) 03.25 Prostřeno! 04.30 Šéf na grilu	06.00 Ranní fresh 09.00 Zpátečka 10.00 Óčko hity 11.00 Tattoo Fixers 11.30 Óčko hity 13.30 Óčko trendy 14.30 Top 3 YouTube Chart 14.45 Óčko hity 15.00 Mixxxer Live 17.00 Óčko hity 17.30 Smartmania 17.35 Óčko hity 18.00 Top 5 18.20 Óčko hity 19.00 Moje desítka 19.50 Óčko hity 21.00 CZ & SK 22.00 Naked Attraction 22.30 Óčko flirt

## JAN ŠTĚPÁNEK

ŠĚFREDAKTOR ČASOPISU NOVÝ PROSTOR



### Sloupek

# NA VLNĚ LHOSTEJNOSTI

Když na nás v březnu dopadla karanténa, obrátili jsme se na naše čtenáře, aby nám pomohli udržet prodejce na ubytovnách.

Zvedla se obrovská vlna solidarity a díky tomu žádný z našich prodejců nepřišel o bydlení. A za to jsme vám my i prodejci moc vděční.

Na jaře jsme všichni šili roušky, pořádali sbírky a pomáhali s vírou, že to zvládneme a že krize v nás probudí to lepší.

Druhá vlna s sebou nese krom hrozivých čísel ještě něco ničivějšího – unavenou lhostejnost. Znavení špatnými zprávami se obracíme sami do sebe.

**Citát**  
**Máte-li tu možnost, pomáhejte. Nejen našim prodejcům, ale i všem v nouzi.**

Příští měsíce budou těžké a jistého není nic – snad jen to, že lhostejnost všechno špatné znásobí.

Lhostejnost je děsivější

než třeba nenávisť. To je prudká emoce, která nás – byť negativně – připoutává ke světu a k druhým. Nenávidím-li někoho, jsem s ním proti své vůli svázán a je to takové bolavé objetí.

Ne nadarmo se říká, že mezi láskou a nenávisť je, co se urputnosti týče, jen tenká hranice. Lhostejnost je výrazem nezajmu. V nenávisti vidím v protivníkovi stále ještě člověka, v pohledu lhostejného už nejsou lidé, kteří by za něco stáli.

Nepropadejme lhostejnosti. Máte-li tu možnost, pomáhejte. Nejen našim prodejcům, ale i všem v nouzi. Pomoc druhému navzdory všeobecné apatii je nakonec pomocí pro nás pro všechny.

### Anketa

**f** Která Češka je nejpůvabnější?



**Petr Brdičko**  
Jitka Boho. Má nádherný úsměv.



**Sylvie Hermiona**  
Pro mnohé Čechy může být Lucie Borhyová.



**Matouš Hanžl**  
Vaše redaktorka Anežka se svými dokonalými články.

# @mojemetro



Na chvíli se zastavme a ponořme se do poetických slůvek **@jindriska\_vitvarova\_photos**. „Brzy začne vítr hvízdát v podkroví, jinovatkou zblběl v parku listoví, výhled z oken do mlhy se zahalí, zase budem zamrzlí a ospalí...“ vypsal se šikovná lyrička. Díky i za tagy **#podzim #poezie #romantika #metrotag**.

# #METROTAG

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

### Dopisy a vzkazy

## Pomůžou zdravotníkům?

Denně vidáme v dopravních prostředcích nemalo cestujících s rouškami na půl žerdi, tedy buď jen zakrývající ústa, nebo s rouškou pod bradou, a přitom všichni víme, že situace je vážná. Když už nepomáhá neustále opakované varování odevšad ani neustále opakované připomínky v dopravních prostředcích, zřejmě nezbývá než tyhle „frajery“ umravnit represí – při prvním prohrěšku zadat jejich identitu do systému Dopravního podniku hl. m. Prahy s tím, že když budou přistiženi podruhé, nebudou už napomínáni, ale rovnou zcela nekompromisně pokutováni. Když jsou tihle „borci“ tak nad věcí, měli by jít vypomocť vyčerpaným zdravotníkům!

ZDENA SEVEROVÁ, PRAHA 6

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

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

### Řešení sudoku

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

### Řešení luštěnky

HERECTVÍ

### Komiks

## Stripoff.....Hrabě S.



# Ošklivý, třepivý i zrádný vetřelec

**Plísně na nehtech mívá 50 procent lidí nad 70 let.**

**Velký výskyt je také mezi diabetiky.**

Mykóza neboli plíseň je infekční onemocnění kůže a nehtů, kterou způsobují parazitické houby. Léčba plísně by se v žádném případě neměla zanedbávat, bez ní se totiž plíseň může rozšířit i na další části těla.

Pokud plíseň napadne nehet, postupně na něm rozkládá keratin, což je stavební prvek nehtu. Dochází pak ke změně zbarvení – žluté, bělavé, někdy i černé, dále se objevuje ztlustění, třepení, olupování či úplné deformaci nehtu. „Pokud si lidé všimnou změny zbarvení nehtu či struktury kůže, měli by problémem ihned začít řešit. Často

mu ale nevěnují pozornost, a nemoc se tak může šířit dál nejen na další části těla, ale i na ostatní členy domácnosti,“ vysvětluje Ivana Lánová, odborná konzultantka lékáren Benu a dodává: „Konzultace každé anomálie s lékařem či lékárníkem je určitě na místě.“

Plíseň většinou postihuje nejdříve palec u nohy, a pak se rozšiřuje i na ostatní prsty. Ale postihnout může i chodidla. Nakazit se můžete poměrně snadno, stačí k tomu vlhké prostředí, které má ráda. Nejnáchylnější místa jsou společné sprchy, umývárny, sportoviště či plochy kolem bazénů. Ale chytit ji můžete i z předmětů, které nakažená osoba používala – například z ručníků nebo bot. Odloučené kožní šupiny a části nehtů jsou infekční dokonce několik měsíců.

Co se týče léčby, ve většině případů stačí lokální přípravky. Zásadní je však začít co

nejdříve od výskytu prvních příznaků onemocnění. Ošetřování postižených míst musí být pravidelné a dlouhodobé, což bývá náročné. Doba léčby se odvíjí od toho, kde se plíseň vyskytuje, a její dodržení je klíčové. „Pokud se jedná o kůži, léčba trvá přinejmenším čtyři týdny. To je proto, že k obnově nejsvrchnější vrstvy kůže dochází jednou za tři týdny. U nehtových mykóz může léčba trvat i jeden až dva roky, podle toho, jak rychle nám nehty rostou. Je třeba, aby celý postižený nehet kompletně odrostl. První výsledky můžeme na nehtech vidět až za dva či tři měsíce,“ vysvětluje Lánová.

Důležité je i ošetřování nehtové ploténky: zkrácení nehtu na nejkratší možnou délku, zbrusování pilníkem či pemzou a koupání v octové vodě. Pokud lokální léčba nezabere, přichází celková protiplísňová léčba, a to podáváním tablet. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

## Osm rad pro zdravé nohy

### Jak zabráníte vzniku plísní?

1. Dodržujte pravidelnou a dostatečnou hygienu a udržujte nohy suché.
2. Noste ponožky z přírodních materiálů, jako je bavlna nebo bambus. Měňte je denně.
3. Noste prodyšnou obuv, nejlépe z pravé kůže. A v létě pak dávejte přednost otevřeným botám. Pokud jste ale diabetik, noste obuv uzavřenou.
4. Dezinfikujte punčochy a vnitřní část obuvi antimykotickým sprejem a poté nechte vždy vyschnout.
5. Oblečení a ponožky perte kvalitním pracím prostředkem, minimálně při 60 °C. Ručníky lze vymáchat v octové vodě.



6. Nepoužívejte cizí boty, ručníky ani župany, ať už na návštěvě, nebo v rámci rodiny, když někdo z ní plísněmi trpí.
7. V případě zjištění prvních příznaků mykózy zahajte léčbu co nejdříve, aby se předešlo rozšíření mykózy na jiné části těla.
8. Dodržujte doporučenou délku léčby. **Zdroj: Benu**

## Rakovina

Dnes od 14 hodin proběhne on-line konference, která se vyjádří k Národnímu onkologickému plánu. Diskutovat budou mimo jiné pacientské organizace a zástupci ministerstva zdravotnictví. Debata, jež přispěje k boji s rakovinou (na foto je CT simulátor), bude vysílána i přes YouTube. **MET**



## Vlna. Řeší i erekci

Povědomí o účincích fokosované rázové vlny je stále nízká. Ovšem přibývá lidí, kteří ke své léčbě přistupují aktivně, chtějí maximální efektivitu a o aplikaci rázové vlny fyzioterapeuti sami žádají.

„Fokosovanou rázovou vlnu využíváme pro její rychlý regenerační efekt jako doplněk manuální terapie. Za devět let v provozu ji vyzkou-

šelo hodně přes 10 tisíc pacientů s úspěšností léčby až v 95 procentech případů,“ říká fyzioterapeut Zdeněk Bílek. „Nejvyšší efekt má bezprostředně po svalovém zranění, ale pomáhá i při dlouhotrvajících bolestech. Méně známé, ale stejně účinné je také využití fokosované rázové vlny při léčbě erektilních dysfunkcí,“ dodává Bílek. **MET**

INZERCE

# Stop padání vlasů s minerální kosmetikou Thermal

Padání vlasů je nepřijemný kosmetický problém, ale většinou je projevem, respektive důsledkem nějakého jiného onemocnění. Proto by člověk měl především nejdříve zajít k odbornému lékaři, který mu provede nebo doporučí potřebné vyšetření, aby se zjistily skutečné příčiny padání vlasů. Existují však také přípravky, které podporují následnou obnovu, tedy růst vlasů. Přípravky, které podporují růst vlasů, má ve své nabídce také kosmetika australsko-maďarské firmy se značkou TH. Všechny její přípravky prošly klinickou atestací a léta používání prokázala jejich účinnost. Nejmodernější technologie výroby přípravku kombinuje léčebné účinky termální vody a vína se speciální patentovanou recepturou. Účinnými látkami jsou biosyntetické metalproteiny, které mají v buněčném dělení důležitou regenerační úlohu. Svými hydratačními a regeneračními vlastnostmi dosahují rozsáhlých účinků a mají široké uplatnění.

## Přípravky musí mít také optimální PH

Celá kúra proti padání a na podporu růstu vlasů se skládá ze dvou kusů

TH krému a jednoho kusu TH šampónu.“ Thermal krém je speciálně vyroben jako stimulant vlasového růstu. Jeho účinné látky pronikají hluboko ke kořínkům vlasů, regenerují vlasové cibulky a vyživují vlas po celé jeho délce. Thermal šampón doporučují lékaři na základě klinických zkoušek při nadměrném vypadávání a lámání vlasů,

při tvorbě koutů a pleše, při opakované tvorbě lupů i na silně poškozené vlasy. Podporuje růst vlasů a má optimální PH.“ Informuje spolumajitel kyjovské společnosti SENS, která u nás distribuuje kosmetiku značky TH. Krém se pečlivě vetře do pokožky hlavy a do vlhkých vlasů a nechá se 20 – 30 minut působit. Poté co se účinné

látky krému vstřebají, se vlasy umyjí Thermal šamponem, který obsahuje stejné bioaktivní látky.

## Transplantace vlastních vlasů je možná

U těžších případů je doporučováno kúru i několikrát opakovat – to pokud někomu rapidně a velmi rychle řídnou vlasy a vlasový kořínek je natolik ochablý, že vlas již vůbec nevyrostá nebo se na poškozených místech tvoří již pouze chmýří. Obtížnější situace nastává pro ty, jejichž vlasové kořínky jsou zcela uhybnulé, tedy pro lidi s pleší. „Pokud má někdo již dlouhodobě pleš, má šanci v transplantaci. To je ovšem finančně náročné a ne všichni jsou ochotni tento úkon podstoupit. Jiná otázka je, pokud vlasový kořínek není zcela uhybnulý, ale jen oslabený natolik, že se tvoří pleš. Tady bych viděl šanci v přípravcích na podporu růstu vlasů, neboť ty obsahují účinné látky, aktivující vlasové cibulky a obnovující růst vlasů na místech, kde jsme se s pleší smířili.“ – radí společnost SENS. **Více info na: www.thermal-sens.cz**

# STOP PADÁNÍ VLASŮ

**THERMAL**  
minerální kosmetika

- při nadměrném vypadávání a lámání vlasů
- při tvorbě koutů a pleše
- při opakované tvorbě lupů

Jedna kúra se skládá  
ze 2 ks krému THERMAL (1 ks 330 Kč)  
a šampónu THERMAL (330 Kč)  
Jedna kompletní kúra za 990 Kč

U těžších stavů se doporučuje absolvovat za sebou dvě tyto kúry. Přípravky si můžete přímo zakoupit nebo objednat na dobírku, s přesným návodem.

**SENS, 697 01 Kyjov**  
**Komenského 606, Tel.: 518 615 091**



# Když pomáhá sama příroda

**Jak posílit imunitu, aby se vám různé škodlivé mikroby vyhnuly?**

Sportujte, chodte do přírody, otužujte se, jezte zdravě, doplňujte vitamíny a sáhnout můžete i po přírodních přípravcích z rakytníku nebo hlívy ústříčné.

Chcete-li mít dobrou a silnou imunitu, začněte u zdravého jídelníčku. Důležitá je vyvážená strava zásobující tělo správnou kombinací důležitých látek a vitamínů, které jsou základními stavebními kameny pro dobrou imunitní systém. Vitamíny je nejlepší konzumovat v přírodné podobě v ovoci, zelenině, kvalitním mase či mléčných výrobcích. Vitamínovými přípravky jen doháníme a nahrazujeme to, co nejsme schopni si zajistit přirozenou cestou.

„Zařaďte do jídelníčku zdroje vitamínu C. Hojně ho obsahují například šípky



Rakytník

PROFIMEDIA.CZ

nebo kiwi. Postačí ale i potraviny s relativně vyšším množstvím vitamínu C, jako jsou citrusové plody nebo kysané zelí. Pravidelnou konzumací potravin s vitamínem C lze pozitivně ovlivnit i lidskou psychiku, neboť právě céčka je spojeno se silným obranným účinkem,“ říká Věra Burešová, hlavní výživová poradkyně Naturhouse.

Významným zdrojem vitamínu C je i rakytník. Céčka obsahuje mnohem více než citrusy, a kromě toho je boha-

tý i na vitamíny A, P, E a K. Také obsahuje dostatek minerálů a antioxidantů.

„Takový vitamínový mix je velkým obráncem organismu, ale i účinnou prevencí. Čaj z rakytníku nejenom posílí imunitu, ale doplní i pitný režim, a když posnídáte třeba rakytníkovou marmeládu, posílíte organismus hned po ránu,“ doplňuje výživová poradkyně Alena Balíková Přídová. Rakytník také pomáhá při nachlazení, rýmě či zánětu dutin a zlepšuje tráve-

ní a peristaltiku střev. Skvělý je i proti podzimmým chmurám a depresím.

Hlíva ústříčná je malý přírodní zázrak. Obsahuje vitamín C, ale kromě toho i takzvané betaglukany, které nejenže pomáhají zvládnout virózy rychleji a lépe, ale zároveň posilují i imunitní systém, a celkově zvyšují odolnost organismu proti fyzickému i psychickému stresu.

Pokud máte rádi ovoce, zkuste vynechat to dovážené zdaleka a pusťte se do obyčejného českého jablka. Přece jen tropické ovoce muselo být řádně ošetřeno a „nadopováno“, aby vydrželo až k vám na talíř.

„Vsáďte proto na lokální zdroje. Tradiční jablko nikdy nevyjde z módy. Obsahuje velké množství minerálních prvků, vitamínů, ale i enzymů, které jsou prospěšné pro trávení. Jablko je zároveň osvědčený antioxidant,“ radí Alena Balíková Přídová.

Imunitu pomáhají posílit i léčivky. Například echinacea, která je obsažena v mnoha přípravcích na podporu

## Recept z vlastní lékárny

I ve vlastní kuchyni najdete spoustu věcí, které posilují imunitu nebo působí proti různým nemocem. Například česnek či med jsou považovány za přírodní antibiotika.

- Vyrobite si vlastní přípravek na posílení imunity: potřebujete 250 g včelího medu, 35 g česneku, 35 g křenu a 50 g másla.
- Česnek s křenem rozmixujte na kaši, přidejte rozmačkané máslo a med a promíchejte. Podávejte 2x až 3x denně jednu čajovou lžičku. Uchovávejte v chladu.

imunit. Aktivuje produkci buněk, které jsou v těle odpovědné za imunitní odpověď. A také rakytník, který má biostimulační účinky. Doporučuje se při rekonvalescenci, podporuje tvorbu žluči a trávicích enzymů, stimuluje činnost jater a plic, reguluje krevní oběh. **KAMILA HUDEČROVÁ**

INZERCE

## Silná **IMUNITA** pro celou rodinu

### Nejsilnější hlíva na trhu\*

Hlíva s deklarovaným obsahem betaglukanů

100% přírodní produkt bez příměsí a konzervačních látek

Od českého výrobce s tradicí již 30 let



Doplňěk stravy

Rakytník podporuje přirozenou obrannou schopnost organismu.

\*Obsahuje nejvyšší obsah deklarovaných betaglukanů – 118,2 mg v 1 kapsli. Dle průzkumu z lékáren, leden 2020.

TEREZIA

srdcem z přírody

Výrobce: TEREZIA COMPANY | Žádejte v lékárnách nebo na bezplatné lince 800 72 72 72 | www.terezia.eu

**Hobby - poptávka**

• Koupím z pozůstalosti děčky, nábytek, staré kožichy, obrazy, kabelky, bižuterii, odznaky, mince, knihy, porcelán, oděvy, housle atd.  
Tel. 608221020

**Byty - nabídka**

• Prodej cihl. GARS, Pg, OV - 2.300.000 Kč. Prodej 3+1/L, Č. Most, dr., 78 m<sup>2</sup> - 2.300.000 Kč. Prodej 4+1/L, Řepy, dr, 97 m<sup>2</sup> - 3.500.000 Kč. Prodej 3+1/L, Stodůlky, OV, 79 m<sup>2</sup> - 5.400.000 Kč. Informace / prohlídka na tel.: 777 060 126.

**Nemovitosti - poptávka**

**Koupím ihned rod. dům nebo pozemek v Praze a okolí.**

Financování mám zajištěno, hotovost. Právní vady nevádi, dluhy a exekuce uhradím. Realitní kanceláře prosím nevolejte.

**Kontakt: 725 719 745**

**Koupím chatu, chalupu do 50 km od Prahy,**

v dobrém i špatném stavu. Děkuji za nabídku.  
Tel.: 725 911 070

**Chata - poptávka**

Koupím chatu nebo chalupu ve středních Čechách. stav nerozhoduje, spíše místo.  
Telefon: 773 117 381

• PENÍZE IHNED za nemovitost v Praze pro firmy z Evropské unie. Tel: 602212121

**Pronájmy - poptávka**

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

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

**Ostatní**

• Starožit. nábytek a velkou KNIŽNÍ POZŮSTALOST koupím za solidní cenu. Knihovnu, křesla, stůl, lampu, zájím. obraz aj. pro styl. čítárnu. T: 603478873

**Starožitnosti**

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

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

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

**Práce - nabídka**

• Hledáme pracovnice na úklid osobních vlaků. Směnný provoz, Praha 4.  
Tel.: 603301309.

• Přijmeme kuchaře/ku do školní jídelny ZŠ Dědina, nástup ihned. Plný úvazek volné víkendy + benefity.  
T.: 235357226.

• KONTROLA A ČIŠTĚNÍ elektroniky. Mzda až 26 000 Kč + 10 000 Kč bonus, HPP, svoz zdarma z Opatova! Volejte 725921922

**Chráněná dílna na Praze 7 a 10,** přijme osoby částečně či plně invalidní na pozice:

**uklížeči venkovních či kancelářských prostor** (Praha 7, 10)

**všeobecný administrativní pracovník - fakturace**  
SŠ, znalost WORD, EXCEL

Kontaktujte mě prosím na sarka.alijova@gatebo.cz. 234 090 300 od 8 - 14h.

• Zdravotní sestry na odběry krve do Českého Brodu. Nabízíme: 6 týdnů dovolené, stravenky, Multisport. Požadujeme zdravotní předpoklady. Volejte na tel.: 778428633 nebo zašlete životopis na klima@ceslab.cz. Česká laboratorní s.r.o., www.ceskalaboratorni.cz.

• BALENÍ ŠTÍTKOVÁNÍ drobného zboží. Mzda až 20 500 Kč + 2 300 Kč stravenky, 2 směny, volné víkendy, HPP, místo výkonu práce: Jirny nebo Tuchově, www.jobleader.cz volejte na 777443555

• Přijmeme zaměstnance na brigádu na pozici Kustod do muzeí v rámci Prahy. Požad. čistý TR a základy AJ výhodou. Dobré fin. ohodnocení. Tel. 739545226

• ZŠ a MŠ Praha 6 přijme kuchaře/ku do školní kuchyně. Kontakt: 222 202 507.



**Noční vykládka / nakládká kamionů**

**Lokalita Modletice,** požadujeme: min. 18 let, fyzickou zdatnost. Nabízíme: vyplácení po směně, volné víkendy, možnost ubytování  
Mzda: 100 Kč/hod, práce na DPP, nástup ihned.

**Skladník, řidič NZV**

**Požadujeme:** spolehlivost, dobrý zdravotní stav, chuť pracovat  
**Nabízíme:** možnost ubytování, příspěvek na stravu, týdenní zálohy, práce na DPP  
Mzda: 110-130 Kč/hod, lokalita Modletice, nástup ihned.

**Pomocná síla do skladu**

Náplň práce etiketování balíků a krabic.  
**Požadujeme:** spolehlivost, pracovitost, zkušenosti ze skladu výhodou  
**Nabízíme:** možnost ubytování, příspěvek na stravu, týdenní zálohy, práci na DPP  
Mzda: 100 Kč/hod, lokalita Modletice, nástup ihned

+420 739 220 120

**Služby - nabídka**

• Hledáme pracovníka na obsluhu technického zařízení do směnného provozu (12 hod. směny) v obchodně - administrativní budově v Praze 1. Tel.: 603819846

• Obchodní akademie Vínohradská, Praha 2, přijme na zápis za MD a RD učitele odborných předmětů (ekonomika, účetnictví). E-mail: info@oavin.cz

• UNIJOB: hledáme skladníky na ruční překládky i řidiče VZV na odpo. či noční směny do skladu v Hostivaři. Zálohy týdně, lze i brigádně. T.: 604376770

**Byty - poptávka**

**Koupím jakýkoliv byt v Praze jako investici pro děti.**  
Právní vady, exekuce nejsou překážkou. Záloha a platba ihned. V bytě můžete dále bydlet. RK nevolat.  
Tel.: 601 522 292

**Koupím byt**

Koupím byt v Praze, nebo s dobrou dostupností do Prahy. Osobní či družstevní vlastnictví. Na stavu nezáleží. 773 117 381

• PENÍZE IHNED za byty v Praze pro firmy z Evropské unie. Tel: 602212121

• Dobře zaplatit byt u Družstva, OV, s PRIVATIZACÍ. Starší osoby mohou nechat v bytě na dožití. Slušné jednání, záloha. Děkuji J. Jurdová 725805115

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

**Knihy a časopisy**

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

**Služby - nabídka**

**VYKLÍZENÍ BYTŮ, SKLEPŮ A PŮD**  
odvoz nepotřebného nábytku, úklidové práce  
NYNÍ SLEVA 20% NA VEŠKERÉ SLUŽBY  
Tel.: 736 700 320

**Nemovitosti - nabídka**

**Vyplatíme dluhy!**  
Vykupíme Vaši nemovitost a nadále můžete v nemovitosti bydlet  
731 911 992



**JURIS REAL, spol. s r.o.**  
*Chcete prodat svou nemovitost dříve než padnou ceny? Využijte speciální nabídky a přijměte bezúročnou zálohu ve výši 100.000Kč nebo měsíční rentu do doby prodeje Vaší nemovitosti. EXEKUCE NEJSOU PŘEKÁŽKOU.*  
**Tel: 777306102**



**HLEDÁME ZAMĚSTNANCE NA POZICE:**  
**RECEPCE A OSTRÁHA**  
Požadujeme invalidní důchod.  
Mzda od 100 Kč/hod.  
Nabízíme náborový příspěvek 10.000 Kč, vyplácíme denně.  
Tel.: 800 888 440 (bezplatná linka)

**Operační důstojník Velitel směny Velitel objektu (m/ž)**

**Mzda až 160 Kč/h**  
Volejte zdarma 800 111 112  
prace@m2c.eu | www.m2c.eu

**NEZAPOMEŇTE, JSME I ONLINE. METRO.CZ**

**metro**

# Lakers věnovali titul také Kobemu Bryantovi

**Basketbalovou NBA ovládl tým z Los Angeles s hvězdným LeBronem Jamesem.**



LeBron James (s trofejemi) a jeho spoluhráči z Lakers AP

Netradiční, získaný v bublině v Orlando a bez diváků. I tak se 17. titul pro Lakers počítá. V šestém utkání finále play-off porazili Miami 106:93 a sérii ovládli 4:2 na zápasy.

Ze svého čtvrtého titulu se raduje LeBron James, který ve své druhé sezoně v dresu Lakers vrátil slavný tým na výsluní. Výhru dirigoval triple doublem za 28 bodů, 14 doskoků a 10 asistencí. Byl rovněž počtvrté zvolen nejužitečnějším hráčem finále. Lakers 17. titulem vyrovnali ligový rekord Bostonu. James se zařadil společně se svým spoluhráčem Dannyem Greenem

mezi pouhé čtyři hráče, kteří titul v NBA vybojovali se třemi různými kluby. Před nimi se to povedlo jen Robertu Horrymu a Johnu Salleymu. James to dříve dokázal právě s Miami a Clevelandem.

„Věřím, že spoluhráči, fanoušci i rodina mohou být hrdí. Už se hrozně těším domů,“ řekl James, který byl stejně jako ostatní účastníci finále 95 dní zavřený na Flori-

dě kvůli opatřením spojeným s pandemií koronaviru.

Lakers titulem vzdali hold klubové legendě Kobemu Bryantovi. Hráč, který s Lakers získal pět titulů včetně toho dosud posledního v roce 2010, v lednu tragicky zemřel a cíl získat pro něj další triumf byl pro Jamese a spol. motivací navíc. „Myslím, že Kobe doprovázel tým celou sezonu. Jeho hlas jsem měl

## Výhrůžky smrti

Rozehrávač Los Angeles Lakers Danny Green a jeho snoubenka obdrželi po pátém finále NBA výhrůžky smrti.

- Ve zmíněném duelu Green v koncovce neproměnil tříbodovou střelu a jeho tým prohrál. Hrozby se objevily na sociálních sítích. Green je ale podle svých slov neřeší.



## Je pozitivní

Jeden hráč fotbalové reprezentace a hlavní kouč Jaroslav Šilhavý (na snímku) měli pozitivní test na covid-19 a jsou v karanténě. Národní celek ale dostal od hygieny povolení odletět k zítřejšímu zápasu Ligy národů ve Skotsku, tým povede Šilhavého asistent Jiří Chytrý. ČTK

## Krátké

### Potřebuji tři body

Čeští fotbalisté do 21 let nastoupí dnes v 17.30 k předposlednímu zápasu kvalifikace mistrovství Evropy v Litvě a nutně potřebují zvítězit. Výběr trenéra Češi vedou s 15 body tabulku, ale Skotsko zaostává jen o bod a má odehrá-

no o zápas méně. Podobně na tom jsou i třetí Chorvatsko s Řeckem, které ztrácí na první příčku dva body.

### Hráli s rouškami

Ve španělské lize házenkářů se o víkend poprvé představili všichni hráči i rozhodčí s ochranou úst

a nosu během zápasu. Historický duel odehrály celky Ademar León a Libebank Cantabria, domácí zvítězili 31:23. Všichni aktéři museli nastoupit do utkání s rouškami kvůli nařízení orgánů v regionu Kastilie a León, kde jsou ústenky při kontaktních sportech povinné.

### Trunda může jet

Jezdec Miroslav Trunda splnil požadavky způsobilosti ve všestrannosti a může startovat na OH v Tokiu, které by se měly konat příští léto. S klisnou Shuterflyke dosáhl na potřebný kvalifikační limit v soutěži kategorie CCI4\*L.

### Bach: Tokio bude

Prezident Mezinárodního olympijského výboru Thomas Bach ujistil šéfy misí, že OH příští rok v Tokiu budou. MOV s organizátory podle něj pracuje na opatřeních, aby bylo bezpečné hry uspořádat za jakéhokoli vývoje pandemie. ČTK

## Frydek míří do Švýcarska

Fotbalista Martin Frýdek po konci angažmá v pražské Spartě zamířil do Lucernu. Záložník či obránce podepsal se švýcarským klubem dvouletou smlouvu. Frýdkovi po minulé sezoně ve Spartě vypršel kontrakt a nedomluvil se na jeho prodloužení. Sedminásobný český reprezentant na Letné působil pět let, pražský tým v minulosti také vedl jako kapitán. „Jsem strašně rád, že se vše podařilo dotáhnout a stal jsem se hráčem Lucernu. Klub na mě udělal jen ten nejlepší dojem a už se nemůžu dočkat, až se zapojím do přípravy s týmem,“ řekl Frýdek v rozhovoru pro agenturu Sport Invest, která ho zastupuje. ČTK



## Extraliga. Kluby chtějí trénovat a brzy i hrát

Kluby hokejové extraligy požádají ministra zdravotnictví Romana Prymulu otevřeným dopisem o povolení tréninku v halách a chtějí dosáhnout i obnovení soutěže. Na včerejší mimořádné valné hromadě Asociace profesionálních klubů ledního hokeje potvrdila přerušení extraligy, které si

vyžádala opatření proti šíření koronaviru. Do 25. října jsou zakázány všechny soutěže. „V případě, že by opatření mělo být prodlouženo, je sezona extraligy zásadním způsobem ohrožena z termínových důvodů, které se ještě více promítnou do ekonomického hlediska ztrát,“ píší kluby. ČTK

## Číslo dne

# 8.

Petra Kvitová se po postupu do semifinále Roland Garros posunula z jedenáctého na osmé místo světového žebříčku. Karolína Plíšková klesla ze čtvrté na šestou příčku.

## Necid. Je z něj hráč Bohemky

Fotbalisty Bohemians Praha 1905 posílil útočník Tomáš Necid, který se připojil k týmu a v Dolíčku podepsal smlouvu do konce sezony. Jednatřicetiletý hráč do Bohemky zamířil z Haagu, kde po dvou letech v létě skončil. ČTK

# Všechny dárky vyřešíte na **alza.cz**



## Rozpalte to v kuchyni

**-13 %**

**Whirlpool**



**A+ WHIRLPOOL ABSOLUTE AKZM 8480 NB  
+ WHIRLPOOL WL S8560 AL**

Set vestavné trouby a indukční varné desky  
Deska s boosterem pro všechny varné zóny  
Trouba s funkcí 6. smysl pro rovnoměrné pečení  
Pyrolytické čištění, tiché dovírání dvířek, objem 73 l

~~22 990,-~~  
**19 990,-**

obj. kód: WHSET030

## Šup s nimi do uší

**-33 %**

**SOUNDPEATS**



**Soundpeats TrueAir**

Bezdrátová sluchátka s mikrofonem  
Bluetooth 5.0, voděodolné dle krytí IPX4  
Výdrž až 30 hodin s nabíjecím pouzdrem  
Biomembránové měniče pro perfektně čistý zvuk

~~1 490,-~~  
**999,-**

obj. kód: SOUND001b

## Vylepší trénink, doladí styl

**-10 %**

**HONOR**



**Honor Watch Magic 2 42 mm**

Chytré unisex hodinky s GPS a měřením tepu  
Monitoring spánku a stresu, dechová cvičení  
15 fitness funkcí s hlasovými pokyny  
Baterie až na 7 dní, vodotěsné až do 50 m

~~4 989,-~~  
**4 489,-**

obj. kód: HON009

## Vy ještě odmáčíte hrnce?

**-23 %**



**JAR Platinum 125 ks BOX**

Tablety do myčky se 3 gelovými složkami  
Účinně odstraní olej i zaschlé zbytky jídla  
Pomáhají odstraňovat masť z myčky  
Rychlé rozpouštění pro krátké mycí cykly

~~599,-~~  
**459,-**

obj. kód: MYC252

# Více na **alza.cz/vanoce**

Kup na [www.alza.cz](http://www.alza.cz) nebo volej 225 340 111

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 13. 10. 2020 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na [www.alza.cz/reklama](http://www.alza.cz/reklama). Aktuální ceny najdete vždy na [www.alza.cz](http://www.alza.cz). Dárky jsou dodávány pouze do vyčerpání zásob.