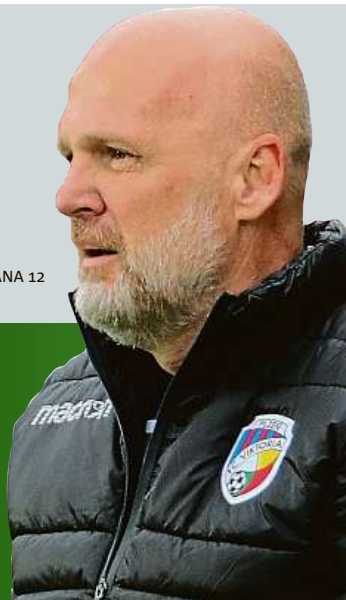


# ZMĚNA. FOTBALOVOU LIGU UŽ VEDE PLZEŇ

SLAVIA ZAVÁHALA, NAOPAK TÝM MICHALA BÍLKA PORAZIL TEPLICE STRANA 12



# metro



Pondělí, 14. března 2022

Č. 51, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

Volný prodej 6 Kč

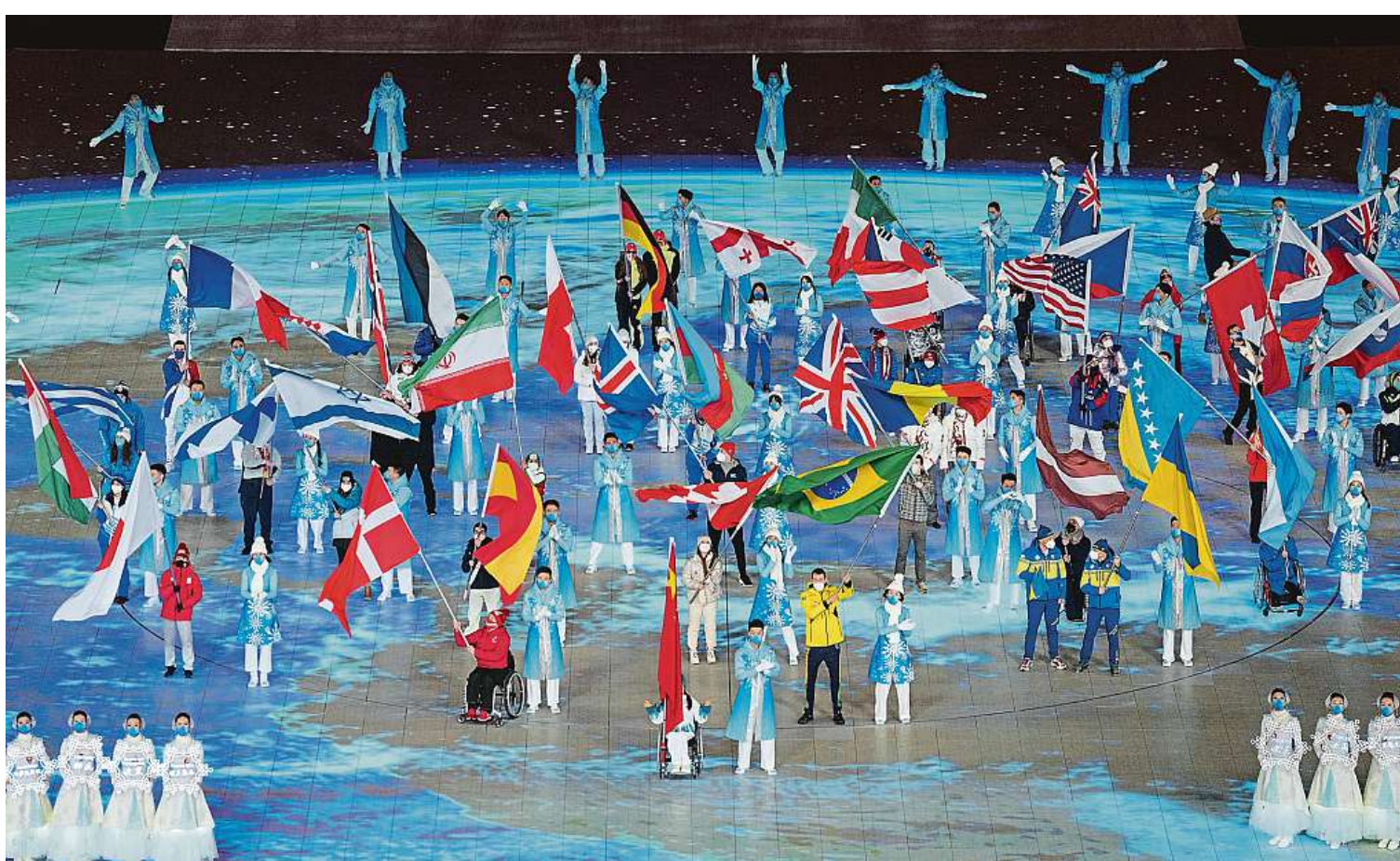
/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Růt, Matylda

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

# Rozhodně bezpečně se cítí 4 procenta Čechů

**Názory na válku.** S ukrajinskými uprchlíky jsou solidárnější ženy, vysokoškoláci a obyvatelé větších měst. **Pomoc.** Ubytovat je doma se lidé zdráhají. **Armáda.** Zvažuje stanová městečka pro běžence STRANY 4, 5 A 6



## Díky jednotě máme naději hlavně na mír, zaznělo na závěr paralympiády

Zimní paralympijské hry konané ve stínu války na Ukrajině včera skončily. Čeští sportovci v Pekingu neukončili čekání na medaili, zatím stále poslední získali v roce 2010 ve Vancouveru zásluhou lyžařky Anny Kuliškové v superobřím slalomu slabozrakých. Mezinárodní paralympijský výbor (IPC) původně povolil start sportovců Ruska i Běloruska pod neutrální vlajkou, po řadě protestů ale rozhodnutí změnil. „Odlíšností nás nerozdělí. Díky jednotě máme naději – na inkluzi, na harmonii a především na mír. Lidstvo chce žít ve světě, kde zvítězí dialog,“ řekl včera prezident IPC Andrew Parsons.

AP



2 20 5 1

9 771211 781002



# Roušky a respirátory. Symbol boje proti covidu

Ode dneška je povinné zakrývat si nos a ústa jen v MHD a ve zdravotních zařízeních.

Skoro po dvou letech dnes končí nutnost mít ochranu dýchacích cest rouškou nebo respirátorem. Jejich nošení zůstane povinné jen v hromadné dopravě, zdravotnictví a sociálních službách. „Bude-li příznivý vývoj pokračovat, v průběhu dubna odložíme respirátory úplně,“ uvedl v minulých dnech ministr zdravotnictví Vlastimil Válek.

Poděkoval také lidem, kteří dodržovali protiepidemická opatření. Premiér Petr Fiala doplnil, že zachování respirátorů v dopravě má logiku, jak si vzpomíná z diskusí o opatřeních v předchozích vlnách.

## Jedni z prvních v Evropě

Nošení roušek a další ochrany dýchacích cest se stalo jedním se symbolů boje proti nemoci covid-19. Jejich zavedení 19. března 2020 přijímala veřejnost různě. Roušky se nosily do konce června 2020, po letním uvolnění se v září vrátily.

- Od loňského února je pak převážně nahradily respirátory. Nošení roušek po jejich zavedení část populace nejen v ČR odmítala – někteří argumentovali nepřiznivými zdravotními důsledky, část lidí nenosila roušky na znamení odporu proti vládním nařízením.

ním. Většina Čechů ale tuto povinnost dodržovala.

- Povinné roušky mimo domov nařídilo Česko v březnu 2020 jako jedna z prvních zemí Evropy; většina jiných to v té době pouze doporučovala.

- Vzápětí se však ukázalo, že ČR nemá pro tuto situaci dostatečné zásoby nejen roušek nebo respirátorů, ale ani dalšího ochranného vybavení. Lidé se proto ve velkém uchýlili k šití roušek doma, vláda kvůli tomu mezi otevřenými obchody zařadila i galanterie. **čTK**

„Právě v hromadné dopravě se setkávají lidé ve velmi těsném prostoru z různých sociálních prostředí a různých míst. A tam to riziko přenosu je mnohem vyšší než kdekoli jinde,“ řekl.

Roušky slouží k tomu, aby zabránily mikroorganismům dostat se zevnitř ven, respirátory zvenčí dovnitř, tedy k ochraně dýchacího ústrojí nositele. Respirátory nejméně třídy účinnosti FFP2 nebo jiné

ochrany dýchacích cest stejné účinnosti, například nanoroušky, jsou povinné od 1. března loňského roku.

Jejich nošení je podle epidemiologa Romana Prymuly důvodem, proč se letos opět téměř nešířil virus chřipky. Klasickou chřipkovou epidemií, která se pravidelně objevuje většinou v lednu a únoru, Česko nemělo už dva roky. Chřipka ve světě ročně zabije 650 000 lidí, covid-19 za dva roky zabil více než šest milionů lidí.

Prymula dodal, že v současné době se celosvětově covid-19 dostává do pozadí. V Česku testy v uplynulém týdnu odhalily od 8000 až po více než 10 000 pozitivních případů denně i přesto, že testů bylo proti předchozím týdnům méně. „Může se ještě objevit menší vlna, ostatně pokles se prakticky zastavil. Ale nepředpokládám, že by to ještě nějak mělo vývoj zvratit,“ uvedl Prymula. **čTK**

## Krátce

### Koalice Spolu by vyhrála volby

Sněmovní volby by nyní podle volebního modelu agentury Kantar CZ vyhrálo Spolu. Koalici tvořené ODS, lidovci a TOP 09 by dalo hlas 32,5 procenta voličů, více než v říjnových volbách. Druhé by skončilo hnutí ANO se ziskem 27,5 procenta. Průzkum se konal ve druhé polovině února a na počátku března.

### Spojení přes dvě nové lávky

Národní park Podyjí na Znojemsku spojí se sousedním rakouským Národním parkem Thaya-tal dvě visuté lávky přes řeku Dyji, a to poblíž městečka Hardegg. Propojí se jimi turistické cesty pro pěší na české a rakouské straně řeky a vzniknou dva turistické okruhy. Stavět by se mohlo začít letos. **čTK**

INZERCE



**UNICORN UNIVERSITY**

**DOKÁŽEME, ŽE NA TO MÁŠ!**

## VYSOKÁ ŠKOLA IT, DATOVÉ ANALÝZY A BUSINESSU

[www.unicornuniversity.net](http://www.unicornuniversity.net)



**ONLINE STUDIUM  
SOFTWAREVÝ  
VÝVOJ**



**SOFTWAREVÉ INŽENÝRSTVÍ  
A BIG DATA**

**ONLINE STUDIUM  
BUSINESS  
MANAGEMENT**

**APLIKOVANÁ EKONOMIE  
A ANALÝZA DAT**

**PŘIPOJTE SE  
NA ONLINE DEN  
OTEVŘENÝCH  
DVEŘÍ 7. 4.!**





PROFIMEDIA

## Vítězka Top Model

Natalie Kočendová (22) vyhrála mezinárodní soutěž krásy Top Model of the World 2022. V Egyptě zabodovala mezi šedesáti dívkami z celého světa a posílala ještě další dva doprovodné tituly. Kočendová získala v roce 2020 v soutěži Miss Czech Republic titul Miss International. Zároveň je také první účastnicí Miss Czech Republic, která předváděla na letošním milánském týdnu módy, hned poté odletěla právě do Egypta na světovou soutěž krásy. **idNES.cz**

## Ceny. Benzin levnější, nafta zdražuje

Průměrná cena benzínu v Česku v sobotu poprvé od 24. února, tedy od začátku ruské invaze na Ukrajinu, klesla, a to o 14 haléřů na 47,12 koruny za litr. Nafta naproti tomu nadále zdražuje. Od začátku bojů ceny benzínu nepřetržitě rostly. I přes mírné sobotní zlevnění je Natural 95 v Česku o zhruba 9,60 koruny dražší než před začátkem války, litr nafty od začátku bojů na Ukrajině o více než 13 korun.

„I přes rekordní ceny paliv v těchto dnech jsou pohonné hmoty v Česku stále mnohem dostupnější než při posledním velkém cenovém vzestupu, jenž kulminoval v polovině září 2012,“ upozorňuje hlavní ekonom Trinity Bank Lukáš Kovanda. Důvodem je růst mezd. **čTK**

## Omyl

# 95,80

Společnost MOL ČR, která provozuje síť benzinových pump, minulý týden krátce prodávala na některých čerpacích stanicích benzin Natural 95 za 95,80 koruny za litr a naftu za 104,60 koruny. Podle firmy šlo o technické pochybení. **čTK**

# Den celoživotního vzdělávání a Festival absolventů v Praze

**Doprovodný program nabídne přírodovědné pokusy či dějepisnou hru.**

Univerzita Karlova chystá pro veřejnost v sobotu 23. dubna Den celoživotního vzdělávání a Festival absolventů. Návštěvníci se budou moci seznámit s širokou nabídkou přednášek

a zajímavými absolventy školy. Doprovodný program nabídne například přírodovědné pokusy či dějepisnou hru. Absolventi z roku 1972 si připomenou 50 let od úspěšného ukončení svého studia takzvanou zlatou promócí. Akce se bude konat v historické budově Karolina od 10 do 16 hodin. Vstup bude zdarma.

Celoživotní vzdělávání má na Univerzitě Karlově dlouhou tradici. „Například kurzy

pro aktivní a zvědavé seniory naše univerzita realizuje již od roku 1986,“ uvedl za organizátory David Hurný z kolegia rektorky školy. „Na všech našich 17 fakultách si senioři mohou vybrat z mnoha přednášek, které nabízíme v rámci Univerzity třetího věku,“ řekl.

V sobotu 23. dubna bude podle Hájka na příchozí čekát bohatý program. Zástupci Matematicko-fyzikální fakulty předvedou například pokusy

s tekutým dusíkem, Fakulta sociálních věd zase plánuje karetní hru s názvem To letí století, ve které si zájemci budou moci prověřit znalosti z moderních českých dějin. Studenti Lékařské fakulty v Plzni pak pro veřejnost chystají screeningové vyšetření aterosklerózy a zástupci Přírodovědecké fakulty představí práci s mikroskopem.

Mezi hosty akce budou například spoluzakladatelka

Nadace rodiny Vlčkových Katarína Vlčková nebo zoolog a publicista Vojtěch Kotecký. Významnou část programu Festivalu absolventů podle něj bude tvořit tradiční slavnostní ceremoniál zlaté promoce, na kterém se tentokrát sejdou absolventi z roku 1972. Pro zájemce pak bude přístupná také výstava Grafika roku 2021, která je přehlídkou současné umělecké grafiky v Česku. **ČTK**



## Babiš. Je v IKEM

Bývalý premiér a šéf hnutí ANO Andrej Babiš podstupuje v pražském Institutu klinické a experimentální medicíny (IKEM) sérii vyšetření. Mají odhalit příčinu jeho zdravotních problémů z pátku. Předseda nejsilnější opoziční strany ze zdravotních důvodů už dříve zrušil svůj program, původně se měl včera zúčastnit televizní debaty s předsedou vlády Petrem Fialou. „Zatím mě vyšetřují, CT, rentgeny a tak dále. Nejsem po žádném zákroku,“ napsal rádiu Frekvence 1 Babiš, který byl v sobotu pozdě večer stále v nemocnici. „Uvidíme, jak to dopadne,“ dodal. Více svůj zdravotní stav nechtl podle rádia komentovat. **ČTK**

INZERCE

**ROSSMANN**

**-50%**

**NA VŠECHNY ZUBNÍ PASTY**

exkluzivně pro členy  
ROSSMANN CLUBu

x) Cenové zvýhodnění produktů oproti nezávazně doporučené spotřebitelské ceně. Nevztahuje se na produkty ve výprodeji a sety s kartáčkem. Nelze kombinovat se slevovým kuponem na celý nákup. Sleva je omezena na nákup max. 5 ks produktů po dobu platnosti akce od 2. 3. do 29. 3. 2022.

E-SHOP V APLIKACI ROSSMANN CLUB

## Počet seniorů se zpětnou hypotékou od FINEMO.CZ výrazně roste

Společnost FINEMO.CZ již šestým rokem nabízí v České republice zpětnou hypotéku pod názvem Renta z nemovitosti. Tento produkt již pomohl stovkám seniorů v různých životních situacích. Nejčastější využití Renty z nemovitosti najdete v následujících bodech:

1. Senioři, kteří jsou odkázáni pouze na svůj důchod, často živoří. Nemají dostatek peněz, a tak si nemohou dovolit kupovat kvalitní potraviny či si dokonce zajít na oběd do restaurace. Renta z nemovitosti jim pomohla ke kvalitnějšímu prožití stáří.
2. I starší lidé si chtějí užívat života, ale kvůli nedostatku peněz to bohužel nejde. Renta z nemovitosti jim umožnila splnění snů, ať už se týkaly zájezdů do zajímavých destinací, pobytu v lázních či jen výletů s turistickým kroužkem nebo návštěv divadel a kin.
3. Někteří senioři využili Rentu z nemovitosti na vylepšení a zútulnění svého bydlení. To, že člověk zestárne, přece neznamená, že nemá smysl udělat úpravu či rekonstrukci bytu, opravit si rodinný domek, vyměnit střechu, bojler nebo si koupit novou pračku.
4. Někdy se stane, že senioři odejdou do penze a jsou zatěžkáni dluhy, jejichž splácení se při nízkém důchodu stává velkou zátěží. Mnohdy je i nemožné. I na splácení dluhů se dá využít Renta z nemovitosti. V takovém případě přináší velkou úlevu.
5. Přestože máme v České republice dostupnou bezplatnou zdravotní péči, existuje mnoho věcí, které zdravotní pojištění nepokrývá. Senioři pak Rentu z nemovitosti využívají například na nový chrup, operace či na přizpůsobení bydlení jejich zdravotnímu stavu.
6. Senioři, kteří mají vnoučata, by rádi pomohli svým dětem s jejich financováním. Případně se starají o svého dlouholetého mazlíčka, jehož péče také vyžaduje určité finance.
7. Jsou lidé, kteří nechťejí nic ponechat náhodě a řeší dědictví ještě za svého života. I k tomu jim může pomoci Renta z nemovitosti.

### Výhody Renty z nemovitosti:

- Získáte peníze na cokoli (najednou či postupně).
- Za života nemusíte nic splácet.
- Zůstáváte bydlet doma a jste nadále majitelem svého bytu či domu.
- Můžete žít důstojněji a život si více užívat



### Chcete vědět víc?

- Přečtete si příběhy klientů a odpovědi na nejčastější dotazy na [www.rentaznemovitosti.cz](http://www.rentaznemovitosti.cz).
- Vyžádejte si orientační kalkulaci zdarma.
- Můžete nám také zavolat na **tel. 233 321 850**.
- Jsme držitelé licence České národní banky na poskytování spotřebitelských úvěrů.





# V plánu jsou také stanová městečka

**Armádní projekt** by mohl vzniknout bez ohledu na dodávku modulárních základů.

Ministerstvo obrany zvažuje vybudování stanových městeček pro uprchlíky. Kapacitu by měly mít kolem 400 lidí a na starosti by je měla armáda. V pořadu České televize Otázky Václava Moravce to řekla ministryně obrany Jana Černochová. Podle ní by stavba trvala kolem dvou dnů. Podobné stanové městečko armáda stavěla už na Slovensku. Česko už požádalo EU také o 25 modulárních základů pro ubytování celkem 50 000 uprchlíků, dodávka modulů potrvá asi dva týdny.

O vybudování stanových městeček chce Černochová jednat s ministrem vnitra Vítem Rakušanem a s krajskými hejtmany.

Na výstavbě stanového městečka se podle Černochové česká armáda podílela už na Slovensku. Převoz materiálu a vybudování stanů trvalo 48 hodin. Podobnou dobu výstavby odhadovala i pro česká stanová městečka. Humanitární kroky při nouzovém ubytování utečenců podpořil i bývalý ministr obrany Lubomír Metnar. Výstavba by však mohla trvat až deset dní.

Projekt by mohl vzniknout bez ohledu na dodávku modulárních základů od EU. O ně Česko požádalo v sobotu. Jejich dodávka z jednotlivých zemí EU by mohla trvat kolem dvou týdnů, i proto chce ministryně projednat možnost rychlejších stanových městeček. Rakušan v sobotu oznámil, že ubytovací kapacity státu jsou vyčerpány a země se dostává do stavu, kdy uprchlíkům z Ukrajiny zvládnout zajistit pouze nouzové přístřeší. Modulární ubytování by stát použil, jakmile dojdou kapacity v tělocvičnách a budovách. **ČTK**

## Kraje

**Už mají vytipované lokality, kde by mohly být stanové tábory pro uprchlíky, až dojdou ubytovací kapacity.**

• V každém kraji hejtmani navrhnou tři nebo čtyři místa. „Musí mít připojení na kanalizaci, elektřinu, mohlo by jít třeba o bývalé vojenské prostory,“ řekl v diskusním pořadu České televize Otázky Václava Moravce šéf Asociace krajů ČR a jihočeský hejtmán Martin Kuba.

• Podle Kuby je nutné, aby tato případná místa měla vazbu na infrastrukturu, aby děti mohly docházet do škol a uprchlíci se mohli zapojit do běžného života.

• S vládou chtějí hejtmani řešit také dlouhodobou strategii a to, jak je možné do ubytování uprchlíků více zapojit soukromý sektor.



## „Následky tu budou roky“

„Rusko vede válku nejen s Ukrajinou, ale s Evropou a celým světem,“ řekl premiér Petr Fiala v Nedělní partii televizi Prima a CNN Prima News. Vojenské zapojení do konfliktu premiér nepodporuje. „Přímou vstoupit do toho konfliktu by byl hazard,“ řekl Fiala, podle kterého se s následky války na Ukrajině atakované Ruskem Česko bude potýkat měsíce, možná roky. O život se Češi bát nemusejí vzhledem k tomu, že je stát součástí Evropské unie a NATO, čelí však zdražování a uprchlické vlně. **ČTK**

# Běženci. Železniční koridor na Západ je řešení

Polsko chce vytvořit „štafetový systém“ ve vlakové dopravě, který umožní plynulou přepravu uprchlíků z hranic s Ukrajinou do zemí západní Evropy. Po jednání s kolegy z několika evropských zemí včetně Česka to v Přemyšli řekl polský ministr dopravy Andrzej Adamczyk.

„Železniční koridor z Ukrajiny na západ Evropy podpo-

ruje i Česko,“ řekl ministr dopravy Martin Kupka. Rakouská ministryně dopravy Leonore Gewesslerová oznámila, že Vídeň na polsko-ukrajinskou hranici vyšle zvláštní vlaky, které mají s odvozem běženců prchajících před válkou pomoci.

Z Ukrajiny, kterou před více než dvěma týdny napadlo Rusko, už podle Úřadu

vysokého komisaře OSN pro uprchlíky (UNHCR) uteklo téměř 2,6 milionu lidí, většinou žen a dětí. Nejvíce jich odešlo právě do Polska, a to přes 1,5 milionu. Varšava proto hledá cesty, jak usnadnit putování těm běžencům, kteří míří dále na západ Evropy.

„Počítáme s podporou všech evropských zemí,“ řekl Adamczyk. Řešením je podle

něj vytvoření štafety, která bude začínat na polsko-ukrajinské hranici a pokračovat do dalších evropských zemí, ideálně vlaky těchto států.

Podle Kupky je takový projekt nutný, protože Česko i Polsko jsou už na hraně možnosti zvládnutí současné uprchlické vlny. „Upozorňovali jsme, že naše kapacity jsou už vyčerpány a bez po-

moci partnerských států to nezvládneme,“ řekl ministr Kupka.

Připomněl, že z Česka už nyní pokračuje při cestách na západ Evropy mnoho uprchlíků pravidelnými spoji, teď jsou tedy ve hře i speciální vlaky například z Německa nebo Rakouska, které by převážely běžence do těchto zemí. **ČTK**

# Ministr Rakušan. Prodloužit nouzový stav je teď logické

Vicepremiér a ministr vnitra Vít Rakušan má v situaci, kdy do Česka přicházejí po tisících uprchlíci z Ukrajiny, za logické prodloužit nouzový stav. Ten začal v Česku platit 4. března, vláda ho vyhlásila na maximální limit 30 dnů, pro jeho prodloužení bude třeba souhlas Sněmovny. Rakušan uvedl, že téma zatím se zákonodárci předjednáno nemá. Ukázalo se podle něj, že pro rychlá krizová opatření nouzový stav stát potřebuje. „Zároveň vidím, že reálné českým občanům nic negativního nepřinesl, nemáme žád-

ná omezení života,“ uvedl. Nouzový stav podle Rakušana pomáhá hejtmánům i na úrovni vlády. „Z reality dneška bych řekl, ta krize nekončí a jeho prodloužení by bylo logické, ale nechme to na posouzení. Budu o tom jednat politicky, začnu ve vládní koalici a budu v tom pokračovat i v Parlamentu,“ uvedl.

Kabinet v odůvodnění usnesení, kterým nouzový stav zavedl, vysvětlil nutnost vyhlásit ho značným ohrožením vnitřního pořádku a bezpečnosti v souvislosti s migrační vlnou. **ČTK**

## Registrace

# 81

Na cizinecké policii nebo v asistenčních centrech se do sobotní půlnoci v Česku zaregistrovalo 81 324 uprchlíků z Ukrajiny. Speciálních víz udělovaných lidem zasaženým ruskou invazí vydalo ministerstvo vnitra už více než 142 500. Celkový počet ukrajinských uprchlíků v Česku je kolem 200 tisíc, mohlo by jich být až půl milionu. **ČTK**



## Nehoda uprchlíků v Itálii

V Itálii včera na dálnici havaroval autobus s asi padesáti Ukrajinci. Jeden z uprchlíků, údajně mladá žena, nehodu nepřežil, další lidé utrpěli zranění. Na videu zveřejněném na Twitteru italských hasičů je vidět, že autobus sjel ze silnice mezi Cesenou a Rimini a převrátil se na bok. Podle AP uprchlo před válkou z Ukrajiny do Itálie zatím zhruba 35 tisíc Ukrajinců. Většina z nich přes Slovinsko. **AP**

# „Nejhorší je smrt z vyděšení.“ Putina se Češi spíše nebojí

**Někdo řeší letenky do tepla, protože plánuje dovolenou, nebo příští zápas Slavie v lize.**

**O válce za humny ale aspoň přemýšlí většina z nás.**

Zásadní otázka mnoha debat v posledních dvou týdnech se odehrává v rovině, zda za nás vše vybojují, s evropskými a americkými zbraněmi, Ukrajinci, nebo zda Putinovi vojáci přenesou válku i na naše území.

**Muži se cítí bezpečněji než ženy**

„Opravdu věříte tomu, že se nebude bojovat taky u nás?“ tlačí žena z hasičského sboru, která zajišťuje v jednom z integračních center občerstvení pro všechny složky integrovaného záchranného

systému, na asi dvoumetrového policistu v „plné polní“. Policista přiznává, že ho momentálně víc pálí stále se zvyšující ceny u čerpacích stanic. „Putin? Nejhorší je smrt z vyděšení,“ odpovídá nepřítomně na ženino naléhání. Nebezpečí si uvědomuje, ale věří ve své schopnosti i v odhodlanost kolegů.

Jeho postoje tak korespondují s téměř šedesáti procenty mužů v Česku, kteří se i přes události na Ukrajině cítí v České republice bezpečně. Co se týká žen, u nich je procento obav výrazně vyšší. Rozhodně bezpečně se v Česku cítí jen čtyři procenta, spíše ano 37 procent. Celkově vychází pocit bezpečí v rámci celé společnosti pro polovinu české populace.

**Čím dál od války, tím menší obavy**

Uvedená čísla přinesl nejnovější průzkum v pěti východoevropských zemích (viz box), které jsou momentálně nárazníkovými státy nejen

NATO, ale také probíhající války v Ukrajině a s ní spojenou uprchlickou vlnou z této země. „Domníváme se, že na pocit bezpečí v jednotlivých zemích má určitý vliv také geografická poloha, kdy se například Polsko a Slovensko cítí o něco méně v bezpečí než ostatní země,“ vysvětluje výsledky čerstvého průzkumu Jan Burianec ze STEM/MARK, agentury pro výzkum veřejného mínění.

**Zbraně zadarmo, s ubytováním váháme**

Na druhou stranu projevují ženy více než muži míru solidarity s Ukrajinou a také s uprchlíky, kteří míří do Česka a dalších zemí, kde uvedené průzkum proběhl.

Nejvíce solidární jsou z tohoto pohledu ženy, mladší lidé, vysokoškoláci a lidé z větších měst nad sto tisíc obyvatel. Pomoc se odlišuje i dle jednotlivých zemí. Deklarovanou míru finanční pomoci ovlivňuje samozřejmě ekonomická kondice dané

**Uprchlíci na pochodu**

**8**

Až osm milionů uprchlíků z Ukrajiny očekává Evropská unie v těch nejméně optimistických předpovědích.

**200**

Koncem minulého týdne dorazilo podle zjištění ministerstva vnitra do Česka už kolem 200 tisíc Ukrajinců z válečných i dalších ohrožených oblastí napadeného státu.

**Ukrajina je „naše“**

Průzkum o názorech na válku a pomoc Ukrajině proběhl v pěti východoevropských zemích: Bulharsku, Česku, Maďarsku, Polsku a Slovensku.

- Do rodiny by uprchlíka přijal téměř každý druhý Polák.
- Obava z Ruska vede k tomu, že se zvyšuje ochota obyvatel začlenit Ukrajinu do NATO nebo do EU.
- Téměř 40 procent Čechů by přijalo Ukrajinu do obou organizací.

země, ale otevřenost všemožné pomoci a výrazu solidarity spatřujeme ve všech měřených zemích.

„Jedním z důkazů této solidarity může být také to, že část lidí v každé zemi nechce od EU proplácet dosavadně zasláný vojenský materiál na Ukrajinu,“ interpretuje vý-

sledky Jan Burianec ze STEM/MARK.

Rozhodně jim pomáhat. Na tom se lidé v uvedených zemích shodují. Zdráhají se však v okamžiku, pokud by měli uprchlíky ubytovat u sebe doma. Nejméně vstřícní jsou Maďaři, nejvíce naopak Poláci. **PAVEL HRABICA**

## Práce. Pomůže nám i uprchlíkům

Firmy přehodnocují zaměstnaneckou politiku. Společnost Tesco revidovala seznam dlouhodobě neobsazených pracovních míst. „Vedle okamžité materiální a finanční pomoci můžeme letos po schválení legislativy nabídnout až pět set pracovních pozic,“ říká Katarína Navrátilová,

generální ředitelka společnosti Tesco v České republice. Mužům, kteří byli z Česka povoláni do armády, bude společnost vyplácet následující tři měsíce mzdy ve výši průměrného výdělku. Pojišťovna-cí koncern UNIQA zase vyplatil ukrajinským pracovníkům mzdy v předstihu. **PH**

**25. - 26. 3. DVA DNY PLNÉ POHYBU**

**NAPŘÍČ CELOU REPUBLIKOU BEZ ROZDÍLU VĚKU**

Beroun, Brno a Vsetín, Bratislava, České Budějovice, Frýdek-Místek, Hradec Králové, Hulín a Kroměříž, Chomutov, Jihlava, Jirkov, Karlovy Vary, Lázně Vráž, Liberec, Most, Nový Bor, Olomouc, Sanatoria Klimkovice, Ostrava, Poděbrady, Praha, Říčany, Teplice, Týn nad Vltavou, Ústí nad Orlicí/Letohrad, Žďár nad Sázavou, Žižice u Dvora Králové n. L.

**maratonmars.cz**



**MARS 24-HODINOVÝ MARATON S ROZTROUŠENOU SKLERÓZOU**

Z Maratonu do Athén, nebo z Athén do Sparty?  
Vítězem Maratonu s roztroušenou sklerózou je každý, kdo vezme život do vlastních rukou.

INZERCE



**H INVESTMENT GROUP**

**INVESTUJTE DO VODÍKU**

JAKO ALEŠ VALENTA

Pevný fixní výnos **9%** ročně

☑ Výplata úroků měsíčně ☑ Předčasný odkup dluhopisů

**www.H2invest.cz**

**VODÍKEM PROTI INFLACI**

**H<sub>2</sub>**

Olympijský vítěz, podnikatel, investor



# Zástupci se shodli aspoň na pokroku v jednáních

**Rusko už začíná konstruktivně mluvit, uvedla ukrajinská prezidentská kancelář.**

Ruský delegát pro jednání s Ukrajinou Leonid Sluckij včera uvedl, že se v rusko-ukrajinských rozhovorech podařilo dosáhnout významného pokroku a je možné, že delegace brzy dosáhne „společné pozice“. Informovala o tom agentura Ria Novosti. O možném pokroku ve videu hovořil i ukrajinský zástupce na jednáních Mychajlo Podoljak.

„Podle mých osobních očekávání může tento pokrok v nejbližších dnech přerůst ve společné stanovisko obou delegací, v dokumenty k podpisu,“ řekl předseda zahranič-

ního výboru dolní komory ruského parlamentu Sluckij. Podle agentury Reuters zatím není jasné, jaký by mohl být rozsah zmiňovaných dokumentů.

„V zásadě neustoupíme v žádných pozicích. Rusko to nyní chápe. Rusko už začíná konstruktivně mluvit. Myslím, že nějakých výsledků dosáhneme doslova v řádu dnů,“ uvedl zástupce kanceláře ukrajinského prezidenta Podoljak. Podle něj ruská strana přestala hovořit v ultimátech a pozorně poslouchají ukrajinské návrhy.

Oba komentáře přišly v 18. den války, která začala 24. února, když ruské síly napadly Ukrajinu v rámci akce, kterou Kreml nazývá zvláštní vojenskou operací.

Ruský prezident Vladimir Putin v pátek řekl, že v rozhovorech došlo k určitým „pozitivním posunům“, ale neupřesnil je. **ČTK**

## Ruské rakety míří i na západ Ukrajiny

**Ukrajinská města stále čelí ruskému bombardování, varovné sirény se rozezněly v podstatě v celé zemi.**

- Exploze se ozývaly i na západě v okolí Lvova, který je od zahájení války relativně klidný. Ruské rakety tam zasáhly vojenskou základnu nedaleko polských hranic.

- Ukrajinská ombudsmanka tvrdí, že Rusko použilo v Luhanské oblasti fosforovou munici.

- Ukrajinská policie uvedla, že při útoku ruských sil ve městě Irpiň u Kyjeva zahynul novinář a další utrpěl zranění. Podle ukrajinských médií je obětí útoku 51letý Brent Renaud, který v minulosti jako filmář pokrýval i války v Iráku nebo Afghánistánu. Tamní policie tvrdila, že mrtvý žurnalista

pracoval pro list The New York Times, deník to ale popřel.

- Ukrajinský prezident Volodymyr Zelenskij poprvé udělil nejvyšší státní vyznamenání, Hrdina Ukrajiny, vojačce, jež padla v boji s ruským vojskem. Vyznamenání dostala seržantka Inna Derusová, která sloužila ve zdravotnické službě.

- Ukrajina má v současné době dostatek základních potravin a její zásoby plynu představují zhruba třetinu její roční spotřeby. V sobotu to řekl ukrajinský premiér Denys Šmyhal. Ukrajinská vláda ale omezí či zakáže vývoz některých zemědělských komodit jako pšenice, pohanky, masa, oleje či cukru, uvedla agentura Bloomberg, dále pak bude dovážet plyn z unijních zemí. **ČTK**



## Nový název

**Světová značka vodky Stolichnaya se kvůli ruskému vpádu na Ukrajinu přejmenuje a bude se prodávat pod novým názvem Stoli. Informovala o tom firma Stoli Group se sídlem v Lucembursku, která značku vlastní. Vodka se vyrábí v Lotyšsku.** **MAFRA**

## Číslo dne

# 7

Seven z deseti Čechů se domnívá, že by se nemělo vyhovět požadavku Ruska, aby se Ukrajina nestala členem Severoatlantické aliance. Pětina by naopak požadavku Kremlu vyhověla. Negativní postoj výrazně zesílil po zahájení ruské invaze na Ukrajinu letos 24. února. Vyplývá to z výsledků průzkumu agentury Kantar CZ, který zveřejnila Česká televize. **ČTK**

# Zbraně. Česko dá dalších 725 milionů

Česká republika poskytne Ukrajině další vojenský materiál, řekla včera v pořadu České televize Otázky Václava Moravce ministryně obrany Jana Černochová. Dosud stát poskytl zbraně za 725 milionů korun, další plánované dodávky budou podle ní za podobnou částku. O jaký materiál půjde, z bezpečnostních důvodů neuvědla, bude ale vycházet ze seznamu, který požádá ukrajinská vláda.

„V tuto chvíli hledáme možnosti nákupu vojenského

materiálu,“ uvedla Černochová. Podle ní bude stát vycházet ze seznamu materiálu, o který ukrajinská vláda požádala. Termín dodávky na Ukrajinu bude podle ministryně závislý na tom, jak se bude státu dařit materiál nakupovat. Stát na to uplatní i peníze z EU.

Černochová také kritizovala současný postoj OSN vůči konfliktu na Ukrajině. Organizace by podle ministryně měla přehodnotit svou dosa- vadní politiku, protože Rus-



**Citát**

**Jsmo v každodenním kontaktu a snažíme se jim vycházet vstříc.**

**JANA ČERNOCHOVÁ**  
MINISTRYŇE OBRANY

ko na Ukrajině setrvale porušuje lidská práva.

Séfové obou opozičních sněmovních klubů Alena Schillerová a Radim Fiala v následně debatě řekli, že podpoří návrh vlády vyslat až 650 vojáků na Slovensko. Většina vojáků bude působit v mnohonárodní jednotce Severoatlantické aliance, česká armáda jí bude velet. Menší část bude Slovensku pomáhat se zvládnutím migrace z Ukrajiny napadené Ruskem. **ČTK**

INZERCE

**PREMIUM KUPÓÓÓÓÓÓN**

**KNIHY DOBROVSKÝ**

**Sleva 15 % na vše**

PRO ZÍSKÁNÍ KUPÓNU SI STÁHNĚTE APLIKACI

**Portmonka** **VÍCE INFORMACÍ O PRÉMIOVÝCH KUPÓNECH NAJDETE** **WWW.ELKUPON.CZ**

## Krátce

### Nová starostka

Rusko jmenovalo novou starostku ukrajinského města Melitopol, které do- byla ruská armáda. Ruští vojáci podle ukrajinských úřadů unesli melitopol- ského starostu Ivana Fedo- rova a obvinili ho z tero- rismu. Úřady ukrajinské Záporožské oblasti, kam Melitopol patří, oznámily, že Rusové za Fedorova do- sadili do funkce členku městské rady Halynu Da- nylčenkovou. Ta řekla, že jejím hlavním úkolem bude „zavést opatření, která vrátí město do normální situace“.

### Turci se schovali v mešitě

Turecko žádá po Rusku pomoc s evakuací svých občanů z ukrajinského přístavu Mariupol, který obklíčily ruské jednotky. Osmdesát devět Turků včetně 34 dětí se schová- valo v mešitě, poblíž které v sobotu dopadly ruské střely. Turecký ministr za- hraničí Mevlüt Çavuşoglu podle agentury AP uvedl, že mešita nebyla poškoze- na a že se s Turky, kteří se v ní schovali, podařilo na- vázat spojení satelitním telefonem. **ČTK**



# Zero waste šíří hlavně mladí. Pandemie fenomén zbrzdila

**Bezobalové obchody drží pravidelní zákazníci.**

Princip zero waste, v překladu nulový odpad, je životní styl, který podporuje opětovné využívání materiálů tak, aby vznikalo co nejméně či nejlépe žádný odpad. Pokud si na nákupy nosíte vlastní tašky, třídíte odpad a někdy provětráte termohrněk na kávu, zero waste praktikujete i ve svém životě.

Účinný způsob, jak předejít vytváření jednorázového odpadu, je nákup v bezobalových obchodech. Zboží si zde na váhu či na kusy nabere do sklenic, krabic či sáčků, které si s sebou přinesete.

Podle majitelky bezobalového obchodu Kohoutek ve dvoře Hany Hrdličkové je bezodpavost běh na dlouhou trať. „Pandemie, rostoucí ceny spotřebního zboží a nyní válka nám takřkajíc hází vidle pod nohy. Myslím, že to ale díky stálým zákazníkům zvládneme. S mladší generací se bude zero waste šířit víc,“ uvádí Hrdličková.

## Nechtěla plavat mezi plastovými pytlíky

Kromě prodeje zboží dělají majitelé bezobalů osvětu. „Nejtěžší je přesvědčit veřejnost, že se dá zredukovat spousta plastů, aniž by to bylo na úkor jakéhokoliv komfortu,“ říká Hrdličková, kterou k otevření vlastního obchodu přiměla dovolená

na Bali. „Místo pozorování podmořského života jsem při potápění koukala na polorozpadlé igelitové pytlíky, plastové židle a jednorázové kelímky. Od té doby jsem byla rozhodnutá svoji domácnost a návyky změnit,“ uvádí.

## Od gastru k ekologii

Jiné pohnutky měl zakladatel bezobalového koloniálu Jelen Štěpán Cipra. „Během práce v restauraci jsem zjistil, jaké skutečné množství odpadu se v zázemí gastru skrývá,“ uvádí Cipra. S nadějí doufá, že ani přes veškeré současné problémy nebude lidem ekologická situace lhostejná a zákaznická báze se nepřestane zvětšovat. „Ačkoliv jsme v Nulách, jezdí k nám nakupovat zákazníci z Vysočan, a dokonce i mimopražští. Věkove je naše klientela široká. Chodí k nám například nakupovat i jedna zákaznice s úctyhodnými 78 lety,“ pokračuje Cipra.

## Tuna odpadu ročně

Snahou bezobalových prodejen je snížení celkové produkce odpadu nejen směrem k zákazníkovi, ale také z výroby od dodavatele do maloobchodu. „Díky stáčené drogerii se ušetří asi 1250 gramů plastu na každý jeden pětadvacetilitrový kanistr, který se po vyprázdnění vrací zpět dodavateli a znovu stáčí,“ přibližuje příznivé dopady bezobalových nákupů Hrdličková. Většinu kosmetiky lze v jejím obchodě pořídit zcela bez obalů, sami výrobci ji dodávají ve vratných dózách, které po vyčištění znovu plní.



Potraviny na váhu si v bezobalovém obchodě Bout nasypete z dávkovačů.

BOUT

## Jak na první nákup

Tipy pro návštěvu v bezobalové prodejně:

- Nejprve si projděte sortiment na webu a porovnejte ceny. Pak si udělejte nákupní seznam. Ke každé položce nachystejte prázdné obaly (sklenice, krabičky, sáčky) a přidejte dva navíc.
- Doma nákup uložte a obaly schovejte na příště.

## Spočítejte si svůj odpad

Projekt zero waste prodejny Bezobalu počítá odpadky.

- V on-line obalové kalkulačce si můžete spočítat, kolik odpadu se ušetří jedním nákupem v bezobalovém obchodě nebo naopak kolik obalu si přinesete domů z nákupu v supermarketu.
- Kalkulačku najdete na [Kalkulacka.bezobalu.org](http://Kalkulacka.bezobalu.org)

kteří dělají hodně, ale spousta těch, kteří dělají alespoň trochu,“ vysvětluje.

Přístup k ekologii u nás má dle Cipry dobře nakročeno. „Praha je ve svých cílech ambiciózní. Dlouhodobě má jed-

nu z nejlepších sítí MHD v Evropě, zavedla také sběr bioodpadu zdarma. Naopak v počtu bezobalových obchodů na obyvatele je na tom lépe Brno,“ dodává na závěr Cipra. **VERONIKA REICHELTOVÁ**

# Lidé bezobaly chválí. Jsou však líní sami přijít

Tereza Kovalčíková pracovala jako obchodačka, pak si otevřela bezobalovou prodejnu. Po dvou a půl letech fungování se její záběr rozšířil z prodeje nebalených produktů i na edukaci veřejnosti.

## Co vás vedlo k otevření vlastního bezobalového obchodu?

Tížil mě problém odpadu, a jelikož jsem měla zkušenosti v obchodě na různých pozicích, rozhodla jsem se otevřít si vlastní kamennou bezobalovou prodejnu.

## Jak vnímáte přístup k ekologii v Praze?

Aktuálně mě mrzí to, že se bezodpavost dostala jako téma na třetí kole. Lidé mou

činnost sice chválí, ale už neudělají ten krok, aby přišli. Když potkám známé, tak se mi začnou omlouvat a vysvětlovat, proč ke mně do obchodu za dva a půl roku nepřišli. Bezobalové obchody jsou tu už sedm let, před pandemií se hodně psalo, že rostou jako houby po dešti, ale bohužel u lidí zájem neroste tolik, kolik bychom potřebovali.

## Čím si vysvětlujete, že lidé návštěvu vašeho obchodu odkládají?

Lenost a pohodlnost. Začátek nakupování bez obalu může být trochu krkolomný, ale jakmile zjistíte princip, jak to funguje, jak to vychází cenově, tak to pro vás začne být jednoduché. Spousta lidí



Tereza Kovalčíková ARCHIV T.

to ani nezkusí, ale hned to odsoudí.

## Co byste poradila lidem do začátku?

Ať se vyrazí podívat. Nemusí hned řešit nákup a připra-

vovat si seznam, ale ať vyrazí na průzkum. Ve spoustě obchodů najdou přímo majitele, kteří vše s radostí vysvětlí, nebojte se jich zeptat co a jak. Je dobré si na začátek všechno oběhnout na vlastní oči a zjistit si, jak a kde v tom neznámém zařídit vše, co člověk potřebuje.

## Jak je to v bezobalovém obchodě s cenami?

Zboží není tak drahé, jak si spousta lidí myslí, na spoustě věcí se dá ušetřit. Třeba koření je mnohonásobně levnější než v supermarketu, kde se opravdu platí za kompozitní obal. Záleží také na tom, jestli si kupujete něco v bio kvalitě, kde je v ceně započítána férová odměna pro farmáře,

zdravá půda, péče o prostředí a další. To už lidé přes cenu nevidí.

## Kolik odpadu váš obchod vyprodukuje?

Odpad vnímáme jako zdroj, a i když by bylo mnohem jednodušší to hodit do popelnice, tak mu vyhradíme prostory a snažíme se ho zužitkovat. Pytle například věnujeme skupinám, které uklízejí. Pravidelně k nám chodí pán ze skupiny Jeden pytel pro Žižkov, který uklídy pořádá. Krabice věnujeme někomu na stěhování, menší krabice vracíme dodavatelům, aby nám v nich znovu mohli převést zboží. Z výplňového papíru jsme si vyrobili naše věrnostní kartičky. **REI**

Sudoku

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

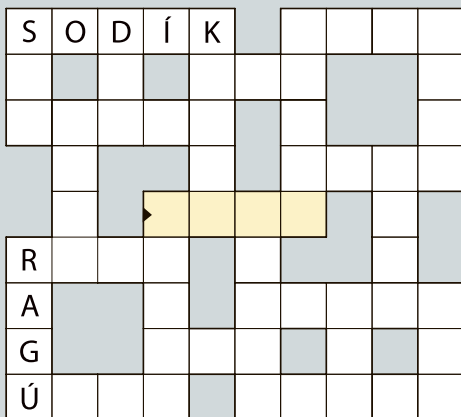
Luštěnka

Doplňte do obrazce všechna slova.

3 – DAV, EKO, KRK, OKR, SOB, ZAŘ

4 – DÍŽE, IČNÝ, RÝŽE, SELE, ÚČES, ÚTOK, ŽÍLA

5 – BIVOJ, JEŽEK, KOJNÁ, LÉKAŘ, MOZOL, ÚRODA, ZÁKAZ



INZERCE

# Týdenní horoskop

14. 3. – 20. 3. 2022

 <b>BERAN</b> Poslední dobou jste se velice dobře postavili k životnému stylu, pokud ale začnete pomalu polevovat, tak se vám to nemusí vyplatit!	<b>21. 3. – 20. 4.</b>	 <b>VÁHY</b> Občas vám přijde, že jste s nervy nadranc, a není se čemu divit. Máte toho opravdu hodně a chování dětí vám k tomu moc nepřidá.	<b>23. 9. – 23. 10.</b>
 <b>BÝK</b> Konečně se vám podařilo získat si pozornost někoho ve svém okolí, na kom vám opravdu záleží. Nebylo to úplně snadné, ale už ho máte!	<b>21. 4. – 21. 5.</b>	 <b>ŠTÍR</b> Vaše originální myšlení vás posune hodně vpřed. Máte před sebou plodné období, které pro vaši budoucnost bude mít velký význam.	<b>24. 10. – 22. 11.</b>
 <b>BLÍŽENCI</b> Máte nyní spoustu pozitivní energie, a dokonce jste i ve skvělé fyzické kondici. Díky tomu lépe snášíte stres i všechno kolem něj.	<b>22. 5. – 21. 6.</b>	 <b>STŘELEC</b> Máte plnou hlavu kreativních nápadů. Nebojte se proto ukázat svou tvůrčí osobnost naplno. Vedení to jenom ocení a kolegové ať závidí.	<b>23. 11. – 21. 12.</b>
 <b>RAK</b> Tento týden jste doslova středem pozornosti, máte v sobě plno elánu a rádi se držíte ve společnosti, kde naprosto excelujete.	<b>22. 6. – 22. 7.</b>	 <b>KOZOROH</b> Přesvědčte vedení, že na to máte. Už delší dobu pokukujete po povýšení. Nyní konečně přišla vaše chvíle, ale musíte se ukázat!	<b>22. 12. – 20. 1.</b>
 <b>LEV</b> Snadno se urazíte. Někdo vám řekne svůj názor, ale vy ho nedokážete přijmout. Nechápete, že lidé prostě můžou mít odlišný vkus.	<b>23. 7. – 22. 8.</b>	 <b>VODNÁŘ</b> Nyní se hodně zaměřujete na materiální stránku života. Přijde vám, že lidé a materiál vašeho mají daleko více než vy, a to vám vadí.	<b>21. 1. – 20. 2.</b>
 <b>PANNA</b> Jste až příliš zaneprázdněni svou prací a mnohými jinými zájmy, a tak si vůbec neuvědomujete, že někteří členové rodiny trochu strádají.	<b>23. 8. – 22. 9.</b>	 <b>RYBY</b> Tento týden si dávejte pozor na unáhlená rozhodnutí, která by vás v budoucnu mohla mrzet. V práci se raději držte trochu v pozadí!	<b>21. 2. – 20. 3.</b>








**PŘEČTI SI SVŮJ ŽIVOT!**  
Poradkyně Helga ti sestaví podrobný horoskop na míru. Pošli SMS ve tvaru **11KLM** a text na **904 30 46**



**POCHYBUJEŠ O JEHO VĚRNOSTI? TEĎ UŽ NEMUSÍŠ!**  
Jsem tu pro tebe a prozradím ti, jak to je. Zavolejte mi na **906 70 30 35** nebo pište SMS na číslo **904 30 55** s kódem **47ZRD** a svůj dotaz!

Tuto službu poskytuje: E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 5, 110 05, technicky zajišťuje Materna, 1 sms/55 Kč vč. DPH, 1 min/70 Kč vč. DPH, max. délka hovoru 17 minut, www.ema.bz, www.platmobilem.cz

Počasí

<b>DNES</b>  <b>8/12 °C</b>	<b>ZÍTRA</b>  <b>8/12 °C</b>	<b>STŘEDA</b>  <b>10/14 °C</b>	<b>ČTVRTEK</b>  <b>9/13 °C</b>	<b>PÁTEK</b>  <b>9/13 °C</b>
--	---	---	---	---

Teplotní rekordy: ↓ -18,5 °C (1785) ↑ 17,9 °C (1957) Bio: ❤️❤️❤️

TV tipy

<b>ČT1</b>	<b>ČT2</b>	<b>Nova</b>	<b>Prima</b>	<b>Óčko</b>
				
<p>16.45 Cestománie</p> <p>17.15 AZ-kviz</p> <p>17.40 Černé ovce</p> <p>18.00 Události v regionech</p> <p>18.25 Kde domov můj?</p> <p>19.00 Události</p> <p>19.56 Branky, body, vteřiny</p> <p>20.10 Stíny v mlze (10/12)</p> <p>21.20 Reportéři ČT</p> <p>22.00 BILANCE: Česká montovna chce být mozkovou</p> <p>22.30 Život a doba soudce A. K. (11/13)</p> <p>23.25 Dobrá čtvrť II (9/11)</p> <p>00.30 AZ-kviz</p> <p>00.55 Banánové rybičky</p> <p>01.25 Z metropole, Týden v regionech</p> <p>01.55 Kalendárium</p>	<p>16.15 Americká válka</p> <p>17.00 Letecké katastrofy</p> <p>17.50 Technické památky českých zemí (1/14)</p> <p>18.15 Vynálezy, které změnilý svět</p> <p>19.15 Vltava, naše řeka (10/10)</p> <p>19.25 Československý filmový týdeník 1972 (1400/2379)</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Zázraky lidského génia</p> <p>21.00 Synové boha Slunce</p> <p>21.55 Božská Ema</p> <p>23.50 Co dělat v Denveru, když člověk nežije</p> <p>01.40 Queer: DADA mio Maty Dio</p> <p>02.10 Perlorodka říční</p>	<p>15.55 Kriminálka Miami X (14)</p> <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.35 Na lovu</p> <p>18.25 Ulice (4226)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.40 Specialisté (157)</p> <p>20.40 Bratr. Krimiseriál (ČR, 2022)</p> <p>21.50 Specialisté (75)</p> <p>Podle motivy. Krimiseriál (ČR, 2019)</p> <p>22.55 Policie Chicago IV (17)</p> <p>23.50 Kriminálka Miami X (13)</p> <p>00.45 Kriminálka Miami X (14)</p> <p>01.35 Mentalista III (1)</p> <p>02.15 Policie Chicago IV (17)</p> <p>03.00 Na lovu</p> <p>03.45 Doktorů z Počátků (20)</p>	<p>16.50 Policie v akci</p> <p>17.50 Prostřeno!</p> <p>18.55 Hlavní zprávy</p> <p>19.40 Krim zprávy</p> <p>19.55 Showtime</p> <p>20.15 Linka (2)</p> <p>21.30 Jak se staví sen – extra</p> <p>22.35 Jak se staví sen – extra</p> <p>23.50 Ano, šéfe!</p> <p>00.55 Like House 3</p> <p>01.35 Like House 3 Night show</p> <p>01.55 Námořní vyšetřovací služba III (16)</p> <p>Rodinné tajemství. Krimiseriál (USA, 2005)</p> <p>02.55 Jake a Tlustoch III (1)</p> <p>03.55 Policie Hamburg XII (12)</p> <p>05.30 Pohoda u krbu</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 Flashback</p> <p>11.00 Óčko hity</p> <p>14.00 Óčko trendy</p> <p>15.00 Óčko hity</p> <p>18.00 CZ &amp; SK</p> <p>18.59 Nebuď dřevák, dej si tělák</p> <p>19.00 Moje desítka</p> <p>19.50 Óčko hity</p> <p>20.30 Over Drive</p> <p>20.35 Óčko hity</p> <p>21.30 Naked Warm-up</p> <p>22.00 NAKED ATTRACTION FINLAND</p> <p>22.30 Drive</p> <p>23.00 Óčko flirt</p> <p>Proud klipů ve vzáky diváků Óčka</p>



## PETR KUKAL

OKRESNÍ BÁSNÍK



### Sloupek

# IRINA A KUBA

Jak už tu minulý pondělí psal Mardoša, v těchto časech je psaní sloupků, které mají být lehké, těžké. Na Ukrajině umírají vojáci i civilisté a v Česku je v době, kdy tenhle sloupek píšu, asi sto tisíc utečenců. To je zhruba tolik, jako by se během deseti dnů zdvojnásobila Olomouc. Nemám nic proti Hanákům, samozřejmě. Ale zkuste si to představit.

Osud Ukrajinců, kteří ztratili domov, nenechal lhostejnými ani lidi v naší farnosti. Hned v prvních dnech invaze vznikla tabulka, do níž měl každý napsat, jak může pomoci. Já bohužel neumím nic užitečného, napsal jsem tedy alespoň, že mohu učit češtinu. Vystudoval jsem to sice už v pravěku, myslím, že v posluhárně za mnou seděl Havranpírko, ale mám na to papír.

### Cítat

## Pravděpodobně začnu dobrovolnicku učit ukrajinské teenagery česky.

víc potřebovat pro život v Česku.

Lidé, kteří píšou učebnice, si myslí, že jsou to věty jako: „Kolik stojí toto zboží?“ nebo „Omluvte mě, že jsem se opozdil.“ V zásadě proti tomu nelze nic namítat. Ale možná že tihle kluci a tyhle holky teď ze všeho nejvíc potřebují umět říct: „Dnes ti to moc sluší“, „Nešla by ses projít?“ a „Dnes nemůžu, ale zítra půjdu ráda“.

Otázka zkrátka zní, zda jsou to víc váleční utečenci z Ukrajiny, nebo Vitalij, kterému se nejspíš zalíbí Zuzka, a Irina, kterou Kuba pozve na rande. Je jim sedmnáct, proboha. Některé věci nesmějí prošvihnout jen proto, že je nějaký psychopat z Kremle vyhnal z jejich země.

### Anketa

## Bude po zdražení jezdit méně aut?



**Petr Šunka**

Už jen proto, že budou vykradené nádrže.



**Dominik Doležal**

Pozorují razantní úbytek. Takže vliv to už má.



**Lukáš Říha**

Ne. Lidé se nevzdají svého pohodlí.

## @mojemetro



Někoho zaujme nezvyklý výhled na město, někdo si z nahledu Staroměstské věže všimne, že dole jede tramvaj Tatra T3, modernizované v roce 1981 na Tatra T3M. Tak, jako **transfort\_photography** #praguetram #tramvaj #tramway #streetcar #strassenbahn #straßenbahn #villamos #elektricka #tramwaj #pragueworld

# #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](mailto:mms@metro.cz). Váš výtvar dáme do novin!

### Dopisy a vzkazy

## Batohy

Reagují na článek čtenáře, který se týkal stížnosti na to, že lidé v přeplněné MHD nosí batohy na zádech a zraňují v obličejí ty sedící. Částečně by to vyřešily velké etikety se zákazy vylepené v autobusech a tramvajích. Převážně řády jsou psány drobným písmem a málokdo je čte. Etikety by signalizovaly nejen batohy dolů, ale náhubky u psů, zákaz pití a jídla a tak dále.

ALEŠ ZUZAŇÁK, PRAHA 6

## Obilnice Evropy

Ukrajina mívala přívlaktek „obilnice Evropy“. Vlivem ruské agrese Ukrajinci zřejmě letos svá pole neosejí. Vlivem špatných rozhodnutí počátkem 90. let jsme zemědělství v nás odsunuli na vedlejší kolej. Proč pěstovat potraviny, když je můžeme levněji dovážet? O výstavbě obřích logistických center a budování průmyslových zón na zemědělské půdě asi netřeba hovořit.

ZDENA SEVEROVÁ, PRAHA 6

[dopisy@metro.cz](mailto:dopisy@metro.cz),  
[www.facebook.com/denikmetro](https://www.facebook.com/denikmetro)

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

### Řešení sudoku

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

### Řešení luštěnky

JÁMA

### Komiks



## CO BUDE DÁL?

O TOM ROZHODNĚTE VY A VAŠE DĚTI. NAPIŠTE NÁPAD NA POKRAČOVÁNÍ NA ADRESU:

[COBUDEDAL@GMAIL.COM](mailto:COBUDEDAL@GMAIL.COM)

SCÉNÁŘ 61. DÍLU NAPSAL

BARNABÁS 6 Let



# Zajed'te k pohádkovému hradu Pernštejn na výlet



Pernštejn si můžete vyfotit také ze skalní vyhlídky.

LUKÁŠ VOBOŘNÝ



Hrad prošel mnohými přestavbami.

PETRA ZBOŘILOVÁ



Z ptáčích perspektiv.

PETRA ZBOŘILOVÁ

## Veřejnosti se středověká památka otevře 31. března.

V krásné přírodě Českomoravské vrchoviny, u městyse Nedvědice, leží mimořádně zachovalý středověký hrad Pernštejn. Původní jednoduchá dispozice se ztrácí ve spleti pozdějších přestaveb. Mů-

žeme zde tak pozorovat přeměnu středověké pevnosti na luxusnější renesanční sídlo. Díky svému unikátnímu vzhledu patří Pernštejn k nejvýznamnějším moravským hradům a objevil se hned v několika filmech a pohádkách.

Někdy se mu říká „mramorový“, protože byl při jeho stavbě hojně využit místní bílý nedvědicový mramor. V areálu hradu roste prastarý

tis, s jehož osudem je dle pověsti spojen osud hradu. Zanikne-li tis, zanikne i hrad. Přijedte okusit kouzelnou atmosféru Pernštejna a vlastní kůži. V zimních měsících je hrad pro veřejnost uzavřený, ale může sloužit jako cíl zimních procházek, i zvenku je totiž pohádkový a sněhová pokrývka mu dodává zvláštní kouzlo.

### Historie sahající až do 13. století

První historická zmínka o hradu se datuje ke konci 13. století, kdy byl založen páný z Pernštejna a stal se jejích základnou na dalších několik století. Původní nepřehlédnutelná stavba na vrcholu skalního útesu s válcovou věží dnes zvanou Barborka a třípodlažním palácem byla postupně rozšiřována tak, jak rostla moc i finanční možnosti rodu Pernštejnů.

V průběhu 15. století, po rozsáhlém požáru, došlo k velké gotické přestavbě, hrad zmohtněl a rozšířil se, charakteristické bylo časté užití arkýřů. Intenzivní stavební činnost probíhala až do poloviny 16. století, kdy se začalo budovat čtvrté patro paláce, ale dokončeno již nebylo. Pernštejnům došly finanční prostředky a byli donuceni hrad prodat. Tím vývoj hradu v podstatě skončil.

Z tohoto období také pocházejí kresby s citáty z bible nebo antické literatury a žertovné a neslušné nápisy v češ-

tině, němčině a latině na některých stěnách.

V dalších letech se střídali majitelé a docházelo jen k dílčím úpravám – například po neúspěšném švédském obléhání nebo při renesanční úpravě interiéru. Posledními soukromými majiteli hradu byli Mittrowští, kteří ho vlastnili až do roku 1945. Plánovali velkou romantickou přestavbu, na kterou ale neměli peníze a hrad si tak dodnes udržel svoji goticko-renesanční podobu.

### K hradu po naučných stezkách

Pod hradem je parkoviště pro auta, motocykly a autobusy, odkud už po svých vystoupíte po síti parkových a lesních cest za zhruba 20 minut do areálu. Pokud zvolíte cestu vlakem, dojeďte na nádraží Nedvědice, na hrad je to pěšky necelé dva kilometry.

Chcete-li spojit cestu i s poznáváním okolí, z Nedvědice vedou tři naučné stezky. Dle svých časových a fyzických možností můžete zvolit okruh dlouhý čtyři kilometry, 5,2 kilometru nebo 13,5 kilometru. Brožurku s mapkou naučných stezek si vyzvednete v Turistickém informačním centru v Nedvědicích.

### Z osmi poznávacích okruhů si vybere každý

Pokud si budete chtít hrad prohlédnout i zevnitř, pak si budete muset počkat na jaro,

hrad se veřejnosti otevírá 31. března, plánovat jarní výlety ale můžete už teď. A na co se těšit? Návštěvníkům hrad nabízí osm poznávacích okruhů. Základní prohlídka vás během 80 minut provede všemi důležitými prostory a obdobími hradního paláce. Rezervace předem není nutná, ale doporučujeme ji udělat, pokud nechcete zbytečně čekat.

Pokud nemáte tolik času nebo cestujete s dětmi, které neudrží tak dlouhou pozornost, zvolte zkrácený okruh nebo si jen prohlédnete hradní nádvoří a exteriéry. Případně pro děti ve věku 4–6 let je připravena speciální interaktivní prohlídka paláce, během které s průvodcem hledají indicie a plní jednoduché úkoly. Za odměnu se jim na konci zjeví bílá paní.

Na Pernštejně ale myslí i na milovníky a znalce historie. Pro ty jsou připraveny dva mimořádné okruhy, jeden zaměřený na poslední šlechtický rod na hradě, hrabata Mittrowské z Nemyšle, a druhý na stavebně historický vývoj hradu. Obě prohlídky je potřeba si předem rezervovat a jsou vhodné jen pro fyzicky zdatné osoby.

Nejnovější okruh zavede návštěvníky do obnovené Vrchnostenské zahrady, která je jedinečným souborem zahradních stylů a nachází se netradičně v horském terénu. Více na [www.korunavyso-ciny.cz](http://www.korunavyso-ciny.cz). **MET**



**Potýkáte se se zvýšenou citlivostí sluchu? Trápí vás šumění v uších? Pískání a hukot v uších?**

**AUDIO-MAXIMALIZÁTOR OBNOVUJE SLUCH BĚHEM 24 HODIN**

„Ztrácela jsem sluch, nemohla jsem spát kvůli hučení v hlavě..

**DÍKY TĚTO RECEPTUŘE JSEM BĚHEM 2 DNŮ  
VYLÉČILA PORUCHU SLUCHU. Už mi nehrozí ohluchnutí!**

**POZOR:** Tento přípravek, patentovaný týmem specialistů Lékařských věd z Hamburku, již během prvního dne zvyšuje kvalitu sluchu o 72-76 %, snižuje fantomové zvuky (dunění, pískání a šumění v uších) a také zostruje sluch, obnovuje sluchový nerv a uvolňuje precitlivělost sluchu. **24 hodin – pouze tolik potřebujete pro vyléčení poškození sluchu a zastavení procesu hluchoty bez nutnosti podstoupení operace.**



**Marie**

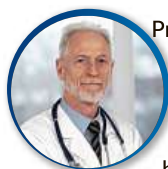
(51 let) s velkým dojetím vzpomíná na okamžik, kdy po prvním použití inovativního audio-maximalizátoru začala za oknem slyšet jemně šustící vítr a švitoření ptáček, pro které si na zahradě sama postavila krmítko. „Bylo to jako probuzení z dlouhého spánku, z letargie. Už jsem si ani neuvědomovala, kolik zvuků z okolí neslyším - nepamatovala jsem si zvuky přírody, hluk ulice, déšť klepající na parapet. Najednou, už druhý den po použití tohoto přípravku, se sluch jako by „odblokoval“. Chvilí jsem tam stála a poslouchala zvuk větru, z dálky hlasy mých sousedů, poblíž projíždějící auta a zpěv ptáček, které jsem každý den krmila. Úžasný pocit návratu ke zdraví a k životu“ - říká naše hrdinka. Receptura, která obnovila Mariinu schopnost slyšet a vyléčila její ztrátu sluchu, je nyní k dispozici pro soukromé použití.

„Během jediného dne jsem vyhodila naslouchátko“

**NOVÝ REGENERÁTOR  
SLUCHU LÉČÍ  
NEDOSLYCHAVOST  
O 20x INTENZIVNĚJI  
NEŽ TRADIČNÍ METODY**

Za 24 hodin snižuje hučení v uších a zlepšuje kvalitu sluchu, eliminuje zvýšenou citlivost sluchu. Klinická pozorování až u 248/250 lidí prokázala 3x ostřejší sluch, o 67 % hlasitější vnímání zvuku a 6x rychlejší reakci na zvukové podněty než před použitím přípravku. „S každým dalším dnem se sluch zostrával a zlepšoval. Zmizelo také přetrvávající šumění v uších, které mi nedávalo spát. Jedna dávka denně - a už se nebojím ohluchnutí. Slyším každý šepot, každé zazvonění u dveří, vyhodila jsem naslouchátko, které mi nijak nepomáhalo a ještě více „zlenivělo“ moje uši. Po týdnu pravidelného používání audio-povzbuzovače jsem získala sluch jako před 20 lety - nic nehučí, nešumí, všechno slyším jasně, zřetelně a bez potíží.

3 dávky přípravku nahrazují implantaci kochleárního implantátu  
**HIT VE SVĚTOVÉM MĚŘÍTKU**



Profesor Thomas Neumayer zdůrazňuje, že za tak velkou účinností inovativního vzorce se skrývá

nebyvalá maximální koncentrace přírodních účinných látek, jako je ginkgo biloba, zinek, pyrodixin nebo terpenoidy, které v maximální dávce zlepšují periferní oběh v mozku. Aktivační směs okamžitě obnovuje schopnost vnímat zvuky poškozeným nebo deformovaným sluchovým nervem, zvyšuje krevní oběh ve středním uchu až o 92 % a izoluje fantomové zvuky (vnímané jako šumění, hukot, pískání) od skutečných zvuků z okolí. Kromě toho přípravek blokuje nadměrně aktivní receptory produkující šumění v uších, a proto 99 % uživatelů přestává slyšet otravné hučení a šumění a pozoruje jasné zlepšení sluchu během 24 hodin.

Vyhnul jsem se operaci ušních bubínků. Vyléčil jsem nedoslýchavost během 4 dnů!



Mé ztrátě sluchu již nepomohla žádná dostupná farmakologie ani žádná naslouchátka. Už jsem byl objednaný na schůzku před operací bubínku, když mi syn přivezl tento přípravek z Německa. Je to neuvěřitelné, ale díky němu byl můj sluch už po 3 dnech zřetelnější, a noční hučení v uších začalo mizet. Zlepšení mého sluchu postupovalo tak rychle, že jsem na operaci nemusel ani chodit! Tento lék vyléčil moji ztrátu sluchu a obnovil můj sluch do stavu jako za starých časů - je třeba ještě něco dodat?

Jan, 45 let.



**VYLEČTE SE Z HUČENÍ V UŠÍCH A PORUCH SLUCHU ZÍSKEJTE AUDIO-REGENERÁTOR ZA 0 KČ!**

Patentovaný audio-maximalizátor – záruka 100% účinnosti

**ČÍSLO 1 V DOMÁCÍ LÉČBĚ SLUCHU:**

- ✔ Bojuje proti šumění, hučení a pískání v uších - během 24 h
- ✔ Zostruje sluch a zlepšuje kvalitu sluchu až o 76 %
- ✔ Zesiluje vnímané zvuky a umožňuje vám snadno slyšet i šepot zpoza zad nebo z dálky
- ✔ Odstraňuje poruchy soustředění, závratě a problémy se spánkem
- ✔ Regeneruje sluchový nerv, zvrátí dokonce i pokročilou ztrátu sluchu a chrání před úplnou hluchotou

Stojí za všechny peníze.

Dostupný za 0 Kč.

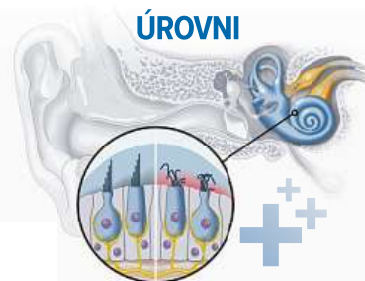
**TUTO PŘÍLEŽITOST  
NESMÍTE PROPÁSNOUT!**

Terapie budoucnosti  
– na dosah ruky již dnes  
**SLUCH JAKO NOVÝ  
BĚHEM 24 H**

Můžete si být jisti, že i při pokročilé ztrátě sluchu a postupující hluchotě bude proces ztráty sluchové schopnosti zpomalen a zvrácen od 1. použití audio-maximalizátoru. To potvrzují klinické studie a názory více než 127 090 vyléčených osob v Evropě. Dokonalý sluch, žádné hučení v uších, nespavost, závratě, dokonale ostrý a jasný sluch z dálky

a ve velkém hluku, žádné další poruchy a strach z hluchoty – sáhnete po inovativním přípravku již nyní a získáte vynikající kvalitu sluchu již během 24 hodin.

Již během 24 hodin budou vláskové buňky v hlemýždi vnitřního ucha stimulovány  
**K SAMOVOLNÉ  
REGENERACI NA BUNĚČNÉ  
ÚROVNI**



Příchod **JARA** je ideálním okamžikem začít se starat o **SVÉ ZDRAVÍ!**

**ZDARMA PRODUKT**

Prvních 100 osob, které zavolají do 24.03.2022 obdrží od výrobce 100% REFUNDACI PRODUKTU.

Zavolejte: **255 729 459**

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





## Bronz

Rychlobruslařka Martina Sáblíková obsadila ve finále Světového poháru v Heerenveenu 3. místo v závodě na 3000 metrů a v konečném hodnocení seriálu se posunula na čtvrtou pozici. Z vítězství se radovala favorizovaná Nizozemka Irene Schoutenová, která obhájila i celkový triumf. MAFRA

# Liberec vyhrál v deseti i bez střely na branku

**Fotbalisté Slavie koušou teprve třetí ligovou porážku sezony a cestu za další obhajobou mistrovského titulu si zkomplikovali.**

Sešívání u Nisy v Liberci prohráli šest kol před koncem základní části 0:1. Srazil je kuriózní vlastní gól a nepomohlo jim ani přes sedmdesát minut početní převahy. Slovan porazil Slavii po necelých pěti letech.

Bylo to šťastné vítězství. Vždyť domácí ani jednou nevystřelili na bránu. Statistika jim napočítala jen dvě nepřesné střely mimo tři tyče, jediný roh a vzhledem k dlouhému oslabení i minimální procento držení míče. Rozhodla však poněkud bizarní branka

### Výsledky 25. kola

Slovácko–Ostrava	0:0
Bohemians –Mladá Boleslav	2:2
Hradec–Zlín	2:1
Plzeň–Teplice	1:0
Budějovice–Jablonec	2:0
Liberec–Slavia	1:0
Karviná–Olomouc	1:2
Sparta –Pardubice	po uzávěrci

z úvodu prvního poločasu: Míkula na levé straně vhodil aut k Purzítidisovi, který do šestnáctky poslal povedený centr. Gebre Selassie, na nějž hostující obrana úplně zapomněla, sice balon netrefil, jenže za ním dobiehající Olayinka při pokusu o odkop z malého vápna nechtěně zamířil do vlastního břevna a od něj se míč odrazil za čáru.

Ligu nově vede Plzeň, která udolala Teplice 1:0. IDNES.cz



Fotbalisté Viktorie se radují z gólu Beauguela. MAFRA

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

### Auto-moto - poptávka

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



## UŽ VE STŘEDU VYCHÁZÍ VÁŠ MAGAZÍN METRO!

## TEREZA MAREČKOVÁ

„Ostré komentáře už беру jako humor,“ říká o kritických svého herectví Tereza Marečková. V současnosti na diváky pomrkává z pláten kin jako postava komedie Mimořádná událost. Kvůli svému charizmatu bývá přirovnávána ke starším kolegyním. Sama se ale srovnává nerada.



metro  
men women only

Kde nás najdete, se dozvíte na  
[www.metro.cz/distribuce](http://www.metro.cz/distribuce)

## Zablýsklo se

Čeští biatlonisté zajeli nejlepší smíšenou štafetu od bronzu na mistrovství světa 2020. Na Světovém poháru v Otepää skončili pátí ve složení Michal Krčmář, Jakub Štvrtecký, Markéta Davidová a Jessika Jislová (vlevo). Také třetí smíšenou štafetu čtveřic v této sezoně vyhrálo Norsko, které už ovládlo závod Světového poháru v Oberhofu i olympijské hry. Program SP v Otepää uzavřely smíšené štafety dvojic. Česko do nich nasadilo juniory Jonáše Marečka a Terezu Voborníkovou, kteří dojeli na 16. místě. Vyhráli Norové Sturla Holm Laegreid a Marte Roieselandová. AP



### Krátce

#### Další dva roky

Hokejový brankář Pavel Francouz podepsal novou dvouletou smlouvu s Colorado, které momentálně vede kanadsko-americkou NHL. Za Avalanche chytá v zámořské soutěži od roku 2019, o celou minulou sezonu však přišel kvůli problémům s kyčlemi a v přípravě na tu další si pak poranil kotník.

#### Hledá se nový šéf

Současný prezident Lyžařského svazu (SLČR) Lukáš Heřmanský na čtvrté jednání dozorčí rady oznámil, že z osobních důvodů zkrátí své čtyřleté funkční období, které mu mělo vypršet příští rok. Podle informací z webu SLČR se o řešení situace bude jednat na konferenci, která se uskuteční 14. května.

#### Abramovič není ředitelem Chelsea

Vedení Premier League vyloučilo majitele Romana Abramoviče z pozice ředitele Chelsea. Učinilo tak poté, co britská vláda schválila po vojenském vpádu Ruska na Ukrajinu zmrazení majetku ruského vlastníka klubu. Klub však dál může hrát. **ČTK**