

PLÁŽOVÝ VOLEJBAL. ČEŠI MAJÍ ŠANCI NA MEDAILE

NA MISTROVSTVÍ EVROPY HRAJE I MARKÉTA NAUSCH SLUKOVÁ STRANA 11



metro



Úterý, 15. září 2020

Č. 172, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Jolana

mojemetro | denikmetro

Změny pro karanténu. Kdo má roušky, nejde

Vojtěch. Ministr zdravotnictví přiblížil změny, jež lidi čekají. **Samotrasování.** Od příštího pondělí budou své kontakty lidé vyplňovat do formuláře. **Tají to.** Někteří lidé k doktorovi nejdu, odborníci varují STRANA 3



Hasiči dezinfikují sanatorium v Holicích. Ve městě zasedl krizový štáb

Holice na Pardubicku zatím nebudou přijímat zvláštní bezpečnostní opatření kvůli rozšíření koronaviru v sanatoriu Topas. Sanatorium, kde je podle posledních informací 102 nakažených, včera dezinfikovali hasiči. Ve městě ráno zasedal krizový štáb. „Nákaza by se dál šířit neměla,“ řekl starosta Ondřej Výborný. „Hovořili jsme s krajskou hygienickou stanicí, přenos na pracovišti mezi zaměstnanci je minimální, měli by to být čtyři pracovníci, zbytek nakažených jsou klienti. Není nutné dělat bezpečnostní opatření,“ dodal starosta. Zařízení je izolované od veřejnosti, od 3. září tam nesmějí návštěvy. Sanatorium má klienty s chronickým duševním onemocněním. Celková kapacita je 185 lůžek. Klienti se nejspíš nakazili při muzikoterapii. ČTK



Světelný smog za tři miliardy ročně

Noční osvětlení ničí ekosystémy, varují biologové a fyziologové. Česko začne jednat.

Světelné znečištění, tedy nadbytečné osvětlení veřejného prostoru, se podle astronoma Pavla Suchana celosvětově

vě zvyšuje až o šest procent ročně.

Jen v Česku se takto neúčelně vynaloží energie za dvě miliardy korun za rok. Suchan, který je předsedou skupiny pro světelné znečištění České astronomické společnosti, to uvedl na senátním veřejném slyšení. „Nikdo nepožaduje zhasnout, potřebujeme svítit účelně,“ uvedl Suchan. Pokud podle něj žádná změna nenastane, bude to mít nega-

tivní vliv na ekosystém, který potřebuje střídání světla a tmy, což potvrdili i biologové a fyziologové.

Zoolog Jiří Flousek ze správy Krkonošského národního parku upozornil i na osvětlení sjezdovek kvůli večernímu lyžování nebo údržbě a zasněžování. Předseda Společnosti pro rozvoj veřejného osvětlení Jiří Skála mimo jiné navrhoval zakázat osvětlení sjezdovek. **ČTK**

Do noční krajiny září nákupní centra a reklamy

K regulaci světelného znečištění už podle Suchana přistoupili v Itálii, Francii, Španělsku, Chorvatsku, Slovinsku či Německu.

- Příkladem světelného znečištění jsou podle expertů celonoční osvětlení billboardů, parkovišť u nákupních center nebo veřejné osvětlení, které směřuje jinam než na pozemní komunikaci.

- V Česku se problematice světelného znečištění věnuje od roku 2017 meziresortní pracovní skupina. Jejím cílem by mělo být nalézt účinné nástroje, jak omezit světelné znečištění v co největší míře a zajistit právní ochranu před ním.

- Náměstek ministra životního prostředí Vladislav Smrž uve-

dl, že úřad kromě metodiky pro obce připravil dotační program, s jehož pomocí se vyměnilo 28 tisíc pouličních osvětlení, aby barvou a intenzitou světla neškodila prostředí. Pomocí proti rušivému světlu by měl podle náměstka mimo jiné nový stavební zákon, který by měl dát stavebním úřadům pravomoc regulovat vnější osvětlení.

Krátce



V Olomouci se chystá premiéra Hřeben Bruce Williise. **ČTK**

Dělají si legraci z mužské pleše

Autorskou komedii s názvem Hřeben Bruce Williise se chystá otevřít tento týden olomoucké divadlo Tramtarie svou nadcházející divadelní sezónou. Pod inscenací, ve které hlavní roli hraje mužská pleš, je podepsaný umělecký šéf souboru Vladislav Kracík. Premiéru má komedie, označovaná jejími tvůrci jako mírně nostalgická, tuto středu.

Úřad podpoří Bělorusko

Královéhradecký kraj na konci září vyvěsí před svým sídlem na Pivovarském náměstí v centru Hradce Králové běloruskou vlajku jako akt solidarity s občany této země. Rozhodli o tom zastupitelé. Bělorusko zažívá největší protesty od vyhlášení nezávislosti po rozpadu Sovětského svazu. Vypušky po sporných prezidentských volbách. **ČTK**

INZERCE

BENU

Vaše zdraví si bereme na starost!



ALZHEIMER

konzultační centrum

se zaměřením na včasný záchyt Alzheimerovy nemoci a jiných poruch paměti

Přijďte si otestovat svoji paměť

Alzheimerova choroba začíná pozvolna a nenápadně. Je v populaci stále více rozšířená. Rychlost vývoje nemoci je u každého různá. Při včasném stanovení diagnózy se však vhodnou léčbou daří projevy nemoci oddálit.

adresy konzultačních center v BENU lékárnách:

- NOVĚ **Plezeň**, Masarykova 62
- NOVĚ **Brno**, Dornych 404/4
- NOVĚ **Hradec Králové**, Foerstrova 1655
- Praha 4**, Opatovská 1753/12
- Praha 5**, Anděl, Štefánikova 6
- Ostrava**, OC TESCO, Prodloužená 807

Již 6X v ČR

Více informací najdete na www.benu.cz



Lávku pro cyklisty zatížila auta

Na novou lávku přes řeku Ohří u Svatošských skal včera najela čtyři nákladní auta s vodou, šlo o zátěžovou zkoušku. Test ukázal, že je most staticky v pořádku. První cyklisté a chodci na něj budou moct v říjnu. Zátěžovou zkoušku provedli odborníci z Kloknerova ústavu ČVUT, měla několik cyklů. Nejdříve byla lávka zaměřena bez aut, poté na ni najely dvě dodávky. Nejvyšší zátěž byla na lávce, když na ni najela čtyři auta s celkovou hmotností 12 tun. Při plné hmotnosti se lávka prohnila o 13 centimetrů, což je podle odborníků v pořádku. **2x ČTK**



Léčí si covid doma, vypadnou tak z koronavirové statistiky

Když nemoc nepojmenuje doktor, neexistuje. Svérázný přístup k léčbě může zkreslovat naše znalosti o epidemii.

nému neléčení, a hlavně neoznamování možných příznaků se přiznává i student přírodovědecké fakulty. Před deseti dny se zúčastnil hasičské akce spojené s táborem a opékáním buřtů a samozřejmě kolektivním veselím. „Ráno jsem se probudil s bolavou hlavou, nachlazením a zvýšenou teplotou,“ říká

student a dodává, že bolest hlavy nebyla od alkoholu, protože je abstinent. Připouští, že během večera na sebe účastníci „vesele prskali“, roušky neměl nikdo. „Na žádný test rozhodně nepůjdu, každý podzim mívám podobné nachlazení,“ odmítá vyšetření. Možnost, že případnou nákazu covidu přenáší pro-

střednictvím rodičů a sourozenců na další lidi, si nepřipouští. Každopádně tak možná nechtěně přispívá k nižším číslům koronavirových statistik, která jsou v Česku i bez nich dosti vysoká.

Lékaři takové chování nedoporučují. „Covid má rád plíce, takže apelují na odpovědnost každého, aby případně

sebeléčením nepřispěl k šíření,“ říká pneumoložka Ivana Čierna Peterová z Thomayerovy nemocnice Praha. Od návštěvy lékaře by neměl odřadit ani strach z nákazy. „U těch, kteří trpí třeba plicní fibrózou nebo astmatem, může takový postup vést ke zhoršení onemocnění,“ doplňuje pneumoložka. **PH**

„Celý život nechodím k lékaři a podívejte, jak jsem zdravý!“ Věta, kterou v současnosti můžete slyšet. Někteří lidé však k tomu jedním dechem dodávají, že covid-19 možná mají nebo ho prodělali. Z nejrozumnějších důvodů ale podezření z nákazy lékaři ani hygienické stanice nehlásí.

„Někdy v květnu, když jsme byli v home office a trávili izolaci na chalupě, měli jsme od vnučat až po prarodiče všichni rýmu. Někdo silnější, s teplotou, někdo jen s bolavou hlavou,“ říká Tomáš, který patří ke skupině lidí, kteří charakterizují covid-19 jako rýmičku. Protože nebyli na žádných testech, nemohou se zpětnou platností s určitostí tvrdit, že je postihl právě „čínský“ virus. K odbor-

Půl roku s covidem

36

V neděli 1. března potvrdili hygienici výskyt prvních tří lidí nakažených nemocí covid-19. Po půlroce eviduje Česká republika přes 36 tisíc nakažených. Uzdravených je přes 21 tisíc. Počet mrtvých překročil 450.

INZERCE

VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

Značka

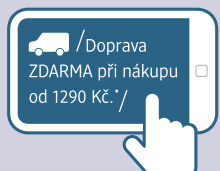


Systém s pěti břity přesně holí vousové kontury, kotlety a oblast pod nosem. Zvlhčující pásek s bambuckým máslem a jojobovým olejem lehce klouže po pokožce. Pro prvotřídní výsledky holení.

Balea MEN
Revolution 5.1
holící strojek
1 ks

129 Kč

www.dm.cz
www.facebook.com/dm.cesko
instagram.com/dm_cesko



/Doprava
ZDARMA při nákupu
od 1290 Kč.*

* Platí pro nákupy zákazníků zaregistrovaných a současně přihlášených v online shopu dm.cz.

Umožňuje důkladné a bezpečné oholení, zanechává pleť jemnou a sametově hebkou.



Balea MEN
Sensitive
gel na holení
200 ml

39⁹⁰ Kč

19,95 Kč za 100 ml



Roušky a karantény

Rouška je podle Vojtěcha kromě dezinfekce a odstupu jedinou prevencí, kterou máme.

• Změny nastanou v umístění lidí do karantény. Nově tam nemají být umístováni lidé s ochranou horních cest dýchacích, kteří se setkají s covid pozitivním člověkem. „Tím by se mohl výrazně snížit počet lidí v karanténě,“ konstatoval Vojtěch.

• Karanténě se po setkání s pozitivní osobou vyhne také člověk, který prodělal onemocnění v posledních 90 dnech. „Takoví lidé mají vybudovanou imunitu,“ řekl Vojtěch.

Týden plicní jistoty

V Česku se 30. září otevře 63 ambulancí, kde si lidé mohou dát zkontrolovat plíce.

• V roce 2019 odhalily takové kontroly například 61 onemocnění astmatem a 51 nových pacientů s chronickou obstrukční plicní nemocí.

Novinky kolem druhé vlny pandemie covidu-19 v Česku

V týdnu od 21. září by mělo být spuštěno takzvané sebeportování. Člověk pozitivně testovaný na onemocnění covidem-19 vyplní webový formulář s informacemi o svých kontaktech. Řekl to včera ministr zdravotnictví Adam Vojtěch. O možnosti zavedení sebetrasování hovořil minulý týden premiér Andrej Babiš. Na podzim by mohlo podle ministra ulevit hygienikům i call centrum, které by provozovala soukromá firma. Bude ale muset být vypsána veřejná zakázka.

• Nádorů kůže bylo na jaře odhaleno meziročně o třetinu méně. Lékaři úbytek spojují se strachem z návštěv zdravotnic-

kých zařízení v době vrcholící epidemie covidu-19. Lidé přicházejí až s obtížněji léčitelnými nádory kůže, z nichž je více smrtelných. K preventivní akci Stan proti melanomu to řekla dermatoložka Monika Arenbergerová z Fakultní nemocnice Královské Vinohrady.

• Hygienici v Jihomoravském kraji mají i přes maximální úsilí s oslovováním a trasováním kontaktů skluz několik dní, řekla to včera ředitelka protiepidemického odboru tamní hygienické stanice Renata Ciupek. Od včerejšího rána do oběda přibýlo přes 50 nových případů. „Pracujeme i více než 12 hodin denně včetně

ně víkendů a situace je v tomto režimu neudržitelná,“ řekl.

• Bývalý předseda KDU-ČSL poslanec Marek Výborný onemocněl covidem-19. Na Twitteru oznámil, že průběh onemocnění je u něj s drobnou rýmou a fakticky bezpříznakový. Kvůli nákaze se neúčastní schůze dolní komory, která začne dnes. Poslanci se mají sejít v polovičním počtu, chybět bude i další nakažený poslanec – pirát František Navrkal a část jeho kolegů.

• Ministr zdravotnictví Adam Vojtěch na čtvrtek svolal Ústřední epidemiologickou

komisi. Kvůli koronaviru se komise sešla už v únoru, předtím v roce 2014 kvůli ebolě. Hlavním cílem svolaného jednání je podle Vojtěcha sdílení aktuálních informací týkajících se řešení epidemie nového typu koronaviru. Ministr uvedl, že členem komise je i zástupce Světové zdravotnické organizace (WHO) v České republice. S touto organizací si ministerstvo i premiér Andrej Babiš minulý týden vyměňovali názory ohledně trasování nakažených.

• Nelze vyloučit další cílená omezení kvůli covidu-19 u rizikových činnostech, například velkých shromáždění lidí,“ řekl včera ministr zdravotnic-

tví Vojtěch. Bude se podle něj vyhodnocovat hlavně vývoj počtu nově pozitivně testovaných v tomto týdnu.

• Zájem o testování na covid-19 je mezi Čechy obrovský. Nemocnice a testovací místa kapacitně nestíhají. Například testování v soukromé laboratoři Medila v Pardubicích se neobešlo bez front aut. Řidiči tu čekali na odběr. Kolona sahala od sídla firmy až do tří kilometrů. „Situaci by měl vyřešit on-line rezervační systém,“ řekl včera náměstek pardubického primátora Petr Kvaš. Včera bylo odbaveno 100 vozidel, kapacita testovacího místa byla již vyčerpána.

Dobít auto lze i před biotopem

Nový stojan pro elektromobily mohou využívat řidiči v pražském Radotíně. Příští rok jich v české metropoli přibude dalších 350.

Zaparkovat u dobíjecího sloupku, propojit s ním automobil kabelem, aktivovat proces s pomocí QR kódu v telefonu či čipem a už to proudí. Takhle jednoduše funguje takzvaná stojanová dobíjecí stanice, která od včerejška slouží rezidentům v Praze-Radotíně.

„Nabíjení z tohoto nového sloupu, který naproti našemu místnímu biotopu zbudovala Pražská energetika, trvá zhruba tři hodiny. Nejde tedy o rychlonabíječku, jaké jsou k vidění třeba na pumpách. Idea je taková, aby zařízení sloužilo rezidentům, kteří nemají k dispozici garáž se zásuvkou,“ říká starosta Prahy 16 Karel Hanzlík.

Podle představitelů PRE, kteří včera dobíjecí stojan v Radotíně prezentovali, se další podobné otevírky nových stojanů chystají ve dvanácti městské části. Do konce roku má firma vytipována místa pro další stovku takovýchto stojanů.

„Jejich používání je jednoduché. Buďto pro aktivaci dobíjení použijete čip, který vám na vaši žádost zašleme či si jej vyzvednete na naší pobočce, nebo použijete QR kód. Ten získáte přes mobilní aplikaci, kde je i platební brána,“ vysvětlil pro Metro na místě jeden z techniků.

Sloupy na Vinohradech

V rámci společného projektu obnovy kabelové sítě pražského veřejného osvětlení letos vzniklo na Vinohradech 47 nových stožárů veřejného osvětlení. Z nich celkem 13 nyní čeká na osazení nabíjecím zařízením. Podle radního Jana Chabry je hlavní výhodou projektu společenství PRE, Technologie hlavního města Prahy a magistrátu bezpečnosti rychlost.

„Lampy vznikly v řádu půl roku. To v Praze není úplně obvyklé, vzhledem k tomu, že se jedná o stavební činnost,“ uvedl radní a dodal, že za šest let by mělo v hlavním městě vzniknout tři až šest tisíc podobných nabíjecích míst. „Je jasné, že to nebude jediný způsob nabíjení e-mobility v Praze, jeho velkou vý-



Sloup určený pro nabíjení elektromobilů vyrostl v Radotíně díky PRE. Svou síť má také její konkurent – skupina CEZ. 2x METRO

hodou je ale možnost masového pokrytí v relativně krátkém čase,“ doplňuje Chabr.

Zástupci společnosti Technologie hlavního města Prahy si před pár dny pochvalovali, že pokud by síť během zmíněných šesti let stavěla bez spolupráce s Pražskou energetikou, náklady by se vyšplhaly až na 1,3 miliardy korun.

„Díky synergii došlo k výrazné úspoře, konkrétně až o 500 milionů. Nákladná část rozšíření nabíjecích míst se totiž nenachází jen na stožá-

ru, ale především pod povrchem,“ popsal předseda představenstva Technologíí Tomáš Jílek.

Náklady ve výši zhruba 800 milionů nezahrnují jen výdaje na pořízení nabíječek. Je v nich zahrnuta i kompletní modernizace dotčeného veřejného osvětlení, výměna kabelové sítě nebo třeba obnova komunikace.

„Kromě toho, že jsou nové stožáry připraveny pro elektromobilitu, dochází u nich i k výměně sodíkových svítidel za ledková. Ta jsou moder-

ni a mají nižší spotřebu. V dotčených ulicích tak budeme umět například snižovat intenzitu osvětlení v závislosti na vnějších podmínkách nebo v méně exponovaných časech,“ upřesňuje Chabr.

První čtvrtí, která v Praze spustila pilotní projekt smartifikace veřejného osvětlení, byl Karlín. Před dvěma lety tu magistrát instaloval více než 90 chytrých lamp, a to konkrétně na Karlínském náměstí. Sloupy se zkoušely také ve Vršovicích, Holešovicích a parcích Prahy 2.

„Smartifikace veřejného osvětlení předpokládá, že Pražská energetika takové sloupy vybaví optickými kabely. Díky nim se dají usměrnit zmatky v parkování, se kterými se obyvatelé potýkají téměř ve všech městských částech, což je krůček k instalaci kamer, které umí analyzovat prostor před nimi z hlediska dopravní vytíženosti. Včetně monitoringu volných kapacit na parkování,“ upřesňuje Chabr.

350 dalších stožárů

Podle Jílka z Technologíí by mělo v Praze v příštím roce vzniknout až 350 dalších stožárů připravovaných na osazení nabíječkami.

„V dalších letech bude jejich množství růst tak, abychom celkový plán naplnili. Vycházíme i z počtu předpokládaných elektromobilů podle Národního akčního plánu a lokality koordinujeme s dalšími městskými subjekty. Je pro nás důležité, aby lampy byly na místech, která dávají smysl,“ říká Jílek.

Pro příští rok probíhá projektová příprava pro osm dalších lokalit. Jde o Lhotku, Velešlavín, Černý Most, Háje, Kamýk, Velká Ohrada, Chodovec a Kobylisy.



Nabíjecí stanice PRE.

Přislíbené stožáry

2022

Do konce tohoto roku se Pražská energetika zavázala k výstavbě celkem 441 dobíjecích stanic pro elektromobily.

2011

Dobíjecí stanice PRE umožňují nabíjet elektromobily již od roku 2011. Nyní jich je nejen v Praze už přes 60. Standardně jsou uživateli pro nabíjení vozu zvyklí na dobíjecí čip nebo třeba Lítačku. Teď si vystačí s mobilním telefonem, odkud načtou QR kód umístěný na dobíjecí stanici.

Elektromobilita

V Evropě existuje zhruba 200 tisíc nabíjecích stanic. Liší se výkonem i dobou, po kterou se musí vůz nabíjet.

- Nejoblíbenější je v tuzemsku stále domácí nabíjení. K tomu stačí obyčejná zásuvka. Automobily s menší baterií se tímto způsobem dají nabít za pár hodin. Některým to ale trvá skoro celý víkend.
- Domácí či průmyslové zásuvky nebo klasické veřejné nabíjecí stanice poskytují střídavý proud. Auto si jej musí převést na stejnosměrný a uložit do baterie. K tomu slouží palubní nabíječka.



FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosovsky@metro.cz

Češi rádi chodí bez peněz do malých obchodů. Karty jedou

Zákazníci v mnoha českých obchodech mohou vidět výzvu, aby použili raději bezhotovostní platbu. Internetem koluje vtip, že koronavirus se stal jedním z nejdůležitějších akceleratorů digitalizace.

Zájem o bezhotovostní platby u nás setrvale roste. Na tento trend umocněný koronavirem se snaží reagovat i banky, které motivují obchodníky k rozšiřování počtu míst, kde lze kartou platit. Z bankomatů se místo vydavatele hotovosti stává multifunkční terminál digitálního bankovníctví.

Platit kartou? Obchodů přibývá

Již za rok 2019 bylo podle Sdružení pro bankovní karty v Česku uskutečněno více než 1,3 miliardy transakcí kartami, jejich celkový objem dosáhl 845 miliard. „Poprvé v historii platebních karet v Česku byl objem bezhotovostních plateb provedených kartami vyšší než objem výběrů hotovosti z bankomatů. Počet transakcí provedených platebními kartami je však již několik let vyšší než počet výběrů hotovosti z bankomatů,“ uvedl předseda sdružení Roman Kotlán. To motivuje i obchodníky. Za loňský rok si nově pořídilo

terminál přes 30 tisíc obchodníků a na konci roku jich bylo v Česku téměř 230 tisíc. Nyní již bude číslo rozhodně vyšší.

Změně situace se totiž snaží napomoci i banky, které přístup k platebním terminálům pro obchodníky usnadňují. MONETA Money Bank například nabízí svým klie-

tům možnost využívat platební terminál první rok bez poplatku za jeho nájem. Podle Asociace malých a středních podniků a živnostníků zájem o roční vyzkoušení platebního terminálu zdarma projevilo již téměř tisíc obchodníků. Nejčastěji si platební terminál na rok zdarma chtějí vyzkoušet majitelé kadeřnictví,

kosmetických a masážních salonů – byla jich téměř jedna pětina. Na pomyslné druhé příčce se umístily drobné obchody s potravinami včetně pekáren a řeznictví (14 procent) a specializované obchody (12 procent). „Chceme dodat odvahu drobným živnostníkům přijímat platby kartou, protože zákazníci

mají rádi možnost volby,“ říká Zuzana Filipová, ředitelka komunikace MONETA Money Bank.

Pojízdný bankomat

Podle České bankovní asociace má elektronické bankovníctví už přes 97 procent Čechů. „Obecně platí, že „náročnější“ úkony, jako například správa trvalých příkazů, nastavení účtu a platebních karet, ale i administrativní záležitosti jsou primárně realizovány prostřednictvím webového prohlížeče, naopak při ověření zůstatku, kontrole příjmů a úspor Češi preferují mobilní aplikaci,“ vysvětluje Jana Hamanová, ředitelka výzkumné agentury SC&C.

Ačkoli zájem o výběr hotovosti klesá, počet bankomatů v Česku setrvale roste. Moderní bankomaty jsou spíše multifunkčním terminálem sloužícím pro obsluhu účtu a schopným nahradit fyzický kontakt s bankou. Klient v nich může například zadávat platební příkazy, zjišťovat zůstatek na účtu a samozřejmě jejich prostřednictvím peníze nejen vybrat, ale i vložit, což je dnes možné již asi na třetině všech bankomatů. Časem se tak může stát bankomat spíše než zdrojem hotovosti komunikačním kanálem mezi klientem a bankou. Jako jedna z cest se ukazují mobilní bankomaty. „Pojízdný bankomat jsme se rozhodli zaparkovat v obci Chvalovice, kde doposud chyběl, a umožnit tak tamním občanům pohodlnou obsluhu jejich účtu,“ potvrzuje tento trend Filipová. **MET**

INZERCE

VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

Značka



Balzám na rty dodá vašim rtům potřebnou dávku hydratace a péče. S obsahem bambuckého másla, vitamínu E a včelího vosku dopřeje dokonale jemnost vašim rtům a dodá jim lehce přirozené zbarvení s příjemnou vůní malin.

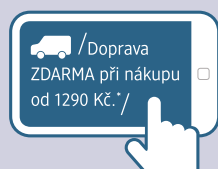


LIMITED EDITION

Balea
Raspberry IceTea
balzám na rty
4,8 g

24⁹⁰ Kč
25,95 Kč za 5 g

www.dm.cz
www.facebook.com/dm.cesko
instagram.com/dm_cesko



Tato nabídka je kusově omezena.
*Platí pro nákupy zákazníků zaregistrovaných a současně přihlášených v online shopu dm.cz.



Krátce

Rozloučení s Menzelem. Budou opatření

Opatření proti koronaviru bude provázet také poslední rozloučení s režisérem Jiřím Menzelem, které se uskuteční v pátek v pražském Rudolfinu. Lidé musí přijít v rouškách, pořadatelé je do budovy budou pouštět přibližně po dvou desítkách a žádají také, aby si pro podpisy do kondolenčních knih vzali své tužky nebo pera, aby nebylo nutné psací potřeby po každém podpisu

dezinfikovat. Vdova po tvůrci Olga Menzelová na Facebooku požádala, aby lidé nenosili velké věnce.

Miliardy pro ČR

Česko i pro letošní rok splnilo podmínky pro čerpání evropských dotací, v současném programovém období 2014 až 2020 tak zatím nemuselo nic vracet. Informovalo o tom ministerstvo pro místní rozvoj, které za čerpání odpovídá. Česko vyčerpalo 296 miliard korun, do roku 2023 má dostat 328 miliard korun. **ČTK**



Réva se vyléčila

Zahradnická fakulta Mendelovy univerzity otevřela v Lednici na Břeclavsku nové laboratoře zaměřené na ochranu rostlin pro zemědělské a zahradnické účely. Bude v nich zkoumat bakterie i viry. „Pomocí nových přístrojů budeme řešit otázky virologických, bakteriologických a mykologických směrů, jako jsou například interakce patogenu a hostitele,“ řekl vědec Aleš Eichmeier (na snímku ukazuje vinnou révu, která prošla chemoterapií). **ČTK**



Vydělávejte s úsměvem

160 Kč/h

hrubého + až 10% bonus*

Volejte zdarma
800 111 500

amazon.com/pracevamazonu

*výška bonusu se odvíjí od naplánovaných odpracovaných směn a od splnění cílů

Krátké

Berlusconi doma z nemocnice

Italský expremiér Silvio Berlusconi byl včera propuštěn z milánské nemocnice, kde se od 3. září léčil s nemocí covid-19. Třiaosmdesátiletý politik zůstane prozatím v izolaci v Arcore ne daleko Milána.

Trumpův mítink i přes varování

Kampaň amerického prezidenta Donalda Trumpa v neděli po delší době uspořádala předvolební mítink v uzavřeném prostoru, navzdory varování zdravotnických expertů, kteří upozorňují na vysoké riziko šíření koronaviru při velkém množství lidí uvnitř budov. Dějištěm shromáždění byla průmyslová hala ve státě Nevada, kde navíc platí zákaz velkých společenských akcí.

Úspěch na Sibiři

Vládoucí prokremelská strana Jednotné Rusko míří k vítězství v nedělních místních volbách. Stoupenci opozičního vůdce Alexeje Navalného ale zaznamenali úspěchy v některých městech na Sibiři – v Novosibirsku, který je třetím nejlidnatějším městem Ruska. Vyhráli také podle všeho volby do městské rady v sibiřském Tomsku, kde Jednotné Rusko přišlo o svou většinu. Úspěch v Tomsku je pro opozici symbolický, protože právě tam byl Navalnyj podle svých příznivců otráven. **ČTK**

Anthony Hopkins. Bude hrát Wintona

Americký herec Anthony Hopkins obsadí hlavní roli ve filmu o zachránci židovských dětí Nicholasi Wintonovi. Uvádí to portál Deadline Hollywood. Mladého Wintona si ve snímku One Life (Jeden život) zahraje britský herec Johnny Flynn. Biografický film v koprodukcí BBC se zaměří na záchranu židovských dětí, kterou Winton zorganizoval v letech 1938 a 1939 v tehdejší Československu. Díky jeho nasazení se podařilo dopravit z Prahy do Británie přes 600 dětí. „Ačkoli Nicholas nikdy neřádal, aby

jeho altruistickému gestu byla věnována jakákoli pozornost, jeho příběh a příběh těch, které zachránil, si ztvárnění zaslouží.“ uvedli producenti Ian Cannig a Emile Sherman. Scénář k filmu napsali Lucinda Coxonová, autorka scénáře filmu Dánská dívka, a Nick Drake, jenž napsal scénář k snímku Romulus, můj otec. Režie se má ujmout irská režisérka Aisling Walshová, která natočila biografický film Maudie. Produkci filmu má na starost americká společnost See-Saw ve spolupráci s BBC Films. **ČTK**



Anthony Hopkins

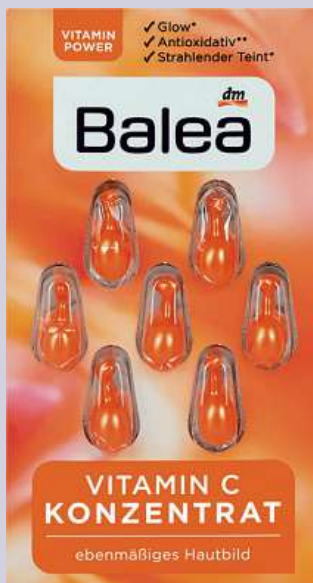
PROFIMEDIA.CZ

INZERCE

VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

Značka 

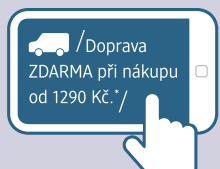
Kapsle sjednoducují tón pleti a dodávají jí odpočatý a svěží vzhled. Složení s pomerančovým olejem pleť hydratuje a působí antioxidačně. Kolagen napomáhá při pravidelném používání stimulovat pleť.



Balea
pleťové kapsle
s vitamínem C
7 ks

29⁹⁰ Kč
4,27 Kč za 1 ks

www.dm.cz
www.facebook.com/dm.cesko
instagram.com/dm_cesko



* Platí pro nákupy zákazníků zaregistrovaných a současně přihlášených v online shopu dm.cz.



Luxus. Štít proti covidu od Vuittona

Francouzský výrobce luxusních doplňků Louis Vuitton ve snaze povýšit pomůcky proti šíření koronaviru na módní kousky bude prodávat ochranný štít se svým logem a ozdobnými zlatými prvky. V kolekci pro rok 2021 je připraven k pružné čelence s monogramem LV a na slunci tmavne. Lze ho obrátit nahoru a nosit jako kšiltovku. Milovníci luxusu ho mohou koupit od 30. října a podle Vanity Fair se bude prodávat za 961 dolarů (téměř 21 600 korun). V reakci na pandemii i jiné luxusní značky, jako třeba Fendi, nabízejí vlastní ochranné roušky, ale štíty zakrývající celý obličej ještě nevyrábějí. Americké Středisko pro kontrolu a prevenci nemocí lidem nošení štítů místo roušek nedoporučuje, protože se zatím neví, do jaké míry chrání lidi v okolí před kapénkami. „Jde o absurdně drahou věc posetou logy pro bohaté lidi,“ píše se o výrobku v americkém on-line magazínu Slate. **ČTK**

Podle vlasů poznají jídelníček

Vědci v chudých lokalitách poznali, že strava lidí je nevyvážená.

Na základě rozboru izotopů obsažených ve vlasech je možné zjistit, zda má člověk zdravou stravu. Touto otázkou se zabýval tým vědců z Utažské univerzity v USA.

Je tedy možné přesně zjistit, jaké prvky tvoří naše stravování. I to, zda je náš jídelníček vyvážený. Na začátku

90. let vědci pod vedením Jima Ehleringera prokázali, že na základě analýzy izotopů ve vlasech je možné rekonstruovat různé charakteristiky člověka. Například jídelníček – různé typy potravin obsahují odlišné izotopy. Dokonce i voda, kterou pijeme, může měnit skladbu izotopů podle toho, kde se vyskytuje.

První Ehleringerův výzkum se soustředil právě na tento aspekt. Prokázal, že lze vysledovat pohyb osoby na základě analýzy izotopů kyslíku a vodíku obsažených v jejích vlasech a zjistit tak pů-

vod vody, kterou tato osoba v posledních měsících pila.

V novější práci Ehleringer hledal souvislost mezi izotopy obsaženými ve vlasech a výživou. Kukuřice, čirok a cukrová třtina, které patří ke skupině rostlin definovaných jako C4, obsahují izotopy uhlíku a dusíku lišící se od těch, jež jsou přítomny v luštěninách a ve velké části zeleniny a patří ke skupině definované jako C3. První skupina se obvykle používá jako krmivo pro průmyslový chov. Teoreticky je možné odlišit nevyváženou stravu obsahující

levná jídla od stravy bohaté na zeleninu a kvalitní maso. Aby vědci ověřili svou hypotézu, sbírali vzorky vlasů holičů v 65 amerických městech, analyzovali složení a porovnávali výsledky s cenou domů v blízkosti holičství a s indexem tělesné hmotnosti (BMI) v místě. Výsledky potvrdily jejich očekávání: v chudých lokalitách byl vyšší podíl osob, které měly ve vlasech izotopy uhlíku odpovídající jídelníčku složenému převážně z průmyslově produkovaného masa. V místech, kde žijí lidé

náležící ke střední třídě, se objevují ve vlasech izotopy ovoce, zeleniny a masa z domácích chovů.

„Informace jsou pro veřejné zdraví velmi důležité, protože umožňují určit trendy ve stravování populace s přesností, jaká není u průzkumů veřejného mínění možná,“ uvedl Ehleringer. „Budeme rádi, jestliže vědecké společenství začne hodnotit charakter jídelníčku s využitím analýzy vlasů, zvláště pokud jde o hodnocení rozdílů mezi různými sociálně-ekonomickými skupinami,“ dodal. **ČTK**

Sudoku

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

Luštěnka

Doplňte podle legend vodorovně a svisle stejná slova. Tajenka je vodorovně i svisle.

- rivalovo
- oklovat zobákem
- tajenka
- pásek na krku psa
- ženské jméno
- jméno režiséra Vávry

	1	2	3	4	5	6
1						
2						
3			L			
4						
5						
6						

Napište svou bublinu



Počasí

DNES	ZÍTRA	ČTVRTEK	PÁTEK
26/30 °C	25/29 °C	19/23 °C	16/20 °C

Teplotní rekordy: ↓ 3,6 °C (1931) ↑ 30,6 °C (1947) Bio: ❤️❤️❤️



NAPADÁ VÁS VTIPNÝ POPISEK?
Napište bublinu a reagujte na sloupek na: www.facebook.com/denikmetro

TV tipy

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>15.55 To je vražda, napsala II</p> <p>16.45 Cestománie</p> <p>17.15 AZ-kvíz</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 Vyprávěj</p> <p>21.05 Gangster Ka: Afričan</p> <p>22.45 Kolo plné hvězd</p> <p>23.40 Případy detektiva Murdocha XI</p> <p>00.25 AZ-kvíz</p> <p>00.50 Banánové rybičky</p> <p>01.25 Zajímavosti z regionů</p> <p>01.50 Na stopě</p> <p>02.15 Dobré ráno</p> <p>04.45 Milovníci vína (2/16)</p>	<p>16.20 Krásy evropského pobřeží</p> <p>16.30 Život savců</p> <p>17.20 Svět z ptáčích perspektiv: Pozoruhodné Jordánsko</p> <p>18.15 Mongolsko – země modrého nebe (2/4)</p> <p>Večerníček</p> <p>18.45 Co Čech, to chovatel (2/8)</p> <p>18.55 Cyklotoulky</p> <p>19.10 Cesty víry</p> <p>19.20 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>19.50 Peklo pod hladinou II (2/6)</p> <p>20.50 Čeští a slovenští trampové v Austrálii</p> <p>21.50 Vzestup nacistů (2/3)</p> <p>22.45 Grantchester V (3/6)</p> <p>23.30 Dítě – kriminální reportáž (5, 6/10)</p>	<p>16.00 Castle na zabití (7)</p> <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>Co na to Češi</p> <p>17.25 Ulice (3892)</p> <p>18.25 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>19.30 MasterChef Česko</p> <p>20.20 Víkend</p> <p>21.40 Námořní vyšetřovací služba: New Orleans IV (20)</p> <p>22.40 Castle na zabití (7)</p> <p>00.30 Odložené případy V (2)</p> <p>01.30 Odložené případy V (3)</p> <p>02.10 Víkend</p> <p>03.05 Co na to Češi</p> <p>03.45 Ordinance v růžové zahradě 2 (785)</p>	<p>16.25 Policie v akci</p> <p>17.25 Krimí zprávy</p> <p>17.50 Prostřeno!</p> <p>18.55 HLAVNÍ ZPRÁVY</p> <p>19.55 SHOWTIME</p> <p>20.05 Počasí</p> <p>20.15 Slunečná (42)</p> <p>Děti v ohrožení. Seriál (ČR, 2020)</p> <p>21.35 7 pádů Honzy Dědka</p> <p>22.55 Ano, šéfe!</p> <p>00.00 Policie v akci</p> <p>01.00 Námořní vyšetřovací služba VII (4)</p> <p>01.55 Walker, Texas Ranger II (6)</p> <p>02.55 Jake a Tlustoch II (5)</p> <p>03.55 Prostřeno!</p> <p>05.30 Pohoda u krbu</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 Zpátečka</p> <p>10.00 Óčko hity</p> <p>13.30 Óčko trendy</p> <p>14.30 Top 3 YouTube Chart</p> <p>14.45 Óčko hity</p> <p>15.00 Mixxxer Live</p> <p>17.00 Óčko hity</p> <p>17.30 Smartmania</p> <p>17.35 Óčko hity</p> <p>Klipy nonstop</p> <p>19.00 Moje desítka</p> <p>Top 10 klipů podle diváka Óčka</p> <p>19.50 Óčko hity</p> <p>Klipy nonstop</p> <p>21.00 CZ & SK</p> <p>České a slovenské klipy nebo živá vystoupení</p> <p>22.00 Óčko flirt</p>

Udržitelná kolekce

Značka Converse představuje novou minimalistickou podzimní kolekci oblečení Shapes, která je navržena pro každý typ postavy bez ohledu na pohlaví, díky čemuž stírá rozdíly mezi pánskými a dámskými prvky oděvu. Kromě jiného kolekce minimalizuje počet velikostí – spojuje totiž klasických 14 dámských a pánských velikostí do čtyř, které mohly vzniknout díky rafinované hře se záševky a všítmými klíny. Jednotlivé kousky jsou vyrobeny z 50 procent recyklované bavlny a 50 procent panenské bavlny.



Akce. Nabíječka z Nizozemska

GEM Tower – to je varianta udržitelné energie pro festivaly, již vytvořili vědci z nizozemského Eindhovenu.

Nyní si tuto nepřehlédnutelnou energetickou věž můžete zblízka prohlédnout na Výstavišti v Holešovicích, a to až do této neděle. Právě GEM

tu napájí energií festival Kefirek, který je součástí projektu Praha Září. V rámci projektu GEM Tower je i nabíjecí stanice pro mobily návštěvníků.

„Když jsme poprvé viděli GEM na hudební přehlídce Eurosonic Noorderslag v Ho-

landsku, věděli jsme, že chceme tuto ekologickou novinku představit v České republice. Líbí se nám hravá forma

přiblížení problematiky udržitelné energetiky,“ pochvaluje si Michal Thomes, ředitel Rock for People a pořadatel letošního festivalu Kefirek.

Fajn parking

V metropoli se pomalu rozjíždí parkování sdílených aut v obchodních centrech zdarma.



Největší česká carsharingová služba Anytime spustila v září pilotní projekt. V rámci první fáze je možné bezplatně parkovat v obchodním centru Galerie Butovice.

Auta Anytime parkují zdarma na šesti vyhrazených místech v podzemních garážích a po jejich zaplnění i kdekoli na venkovním parkovišti. Na vyhrazeném parkovišti je možné také pronájem ukončit, nebo si auto naopak nově pronajmout. Anytime je tak prvním poskytovatelem carsharingu, který svým zákazníkům tuto možnost nabízí.

„Jde o další krok k posílení sdílené dopravy. Bezplatné nebo zvýhodněné parkování pro sdílené vozy je v obchodních centrech v zahraničí zcela běžné a očekáváme, že tento trend se rozšíří i v Česku,“

uvedl ředitel Anytime ČR Milan Beutl.

Zájem o sdílení aut trvale roste. Carsharing v současnosti lidé nejčastěji používají pro běžnou přepravu po Praze. Podle předpovědi společnosti Deloitte počet uživatelů carsharingu v Evropě letos překročí 15 milionů, což je o 70 procent více než před dvěma roky.

„Vzhledem k současné epidemii koronaviru jde zároveň o bezpečnější způsob dopravy než MHD. Díky zvýhodněním, jako je parkování v obchodních centrech zdarma, je pro obyvatele Prahy přechod ke sdílené dopravě ještě atraktivnější,“ dodává Beutl.

U moderních televizorů téměř nepoznáte rozdíl oproti realitě

Jste vždy u vytržení z nádherného obrazu televizorů v designových obchodech elektro, ale po koupi nového přijímače doma marně hledáte kvalitu, kterou vám demonstroval prodejce? U televizorů Samsung QLED TV vám takové zklamání nehrozí. Nejmodernější televizory s bezrámečkovým profilem, ultravysokým rozlišením UHD/4K nebo 8K a spoustou chytrých funkcí nabízí zcela nový zážitek ze sledování jakéhokoli obsahu.

Obrazovky QLED využívají kvantové body a inovativní polovodičový materiál, který vyzařuje světlo o velikosti nanočástic. Toto technologické řešení funguje dlouhodobě bez ztráty kvality či vypalování obrazu, s nímž se potýkaly



plazmové televizory. Nabízí také vysokou účinnost jasu a mohou se pochlubit nejlepším barevným vyzněním současných televizorů. To vše je umocněno umělou inteligencí, která zdokonaluje reprodukovatelný obraz na maximum díky čipu Quantum Processor 8K (u modelů s 8K rozlišením). Tento inteligentní čip si vytváří rozsáhlou znalostní databázi prostřednictvím milionů naučených vzorů, které poté používá k vytvoření skutečně pohlcujících

zážitků ze sledování jakéhokoli video obsahu.

Problémem dnešní doby je sehnat obsah v tom správném rozlišení. S QLED televizory máte ovšem vstáráno díky inteligentnímu upscalingu, který přepočítává obraz v nižším rozlišení na kvalitu UHD/4K nebo dokonce 8K. Vestavěný světelný senzor detekuje úroveň jasu a automaticky upravuje nastavení televize tak, aby byl zachován optimální jas a kontrast bez ohledu na

to, jak se okolní osvětlení mění. Stačí se pohodlně usadit, uvolnit se a nechat QLED dělat svou práci.

Dokonalý obraz dělají detaily

Pokud milujete co nejširší paletu barevných odstínů, QLED TV je pro vás jasnou volbou. Nabídne vám sto procentní objem barev prostřednictvím technologie Quantum Dot a nevídané detaily vysokého dynamického rozsahu i v příliš světlých nebo tmavých oblastech díky Quantum HDR 4000. Precizní zadní podsvícení televizoru navíc nabízí hlubší černou barvu i optimální barevný kontrast v každé scéně.

Ať postavíte svoji novou QLED TV kamkoli, díky ultraširokému pozorovacímu úhlu si vždy vychutnáte všechny výhody tohoto typu obrazu. QLED má dvě speciální vrstvy, které minimalizují únik jasu pomocí zacílení světla správným směrem a rovnoměrným rozprostřením po panelu televizoru. A pokud používáte televizi

k hraní her, určitě uvítáte lepší herní výkon s funkcí Dynamic Black Equalizer, jež poskytuje větší viditelnost v tmavých oblastech pomocí analýzy jednotlivých scén, která se používá k optimalizaci kvality obrazu.

A to jsme se ještě nezmínili o chytrých funkcích QLED TV, které umožňují jednoduše zrcadlit obsah vašeho smartphonu na obrazovku televizoru, přehrávat nastavení předchozího televizoru Samsung na nový, propojit televizor s chytrou domácností a využít jeden chytrý dálkový ovladač nejen pro televizi, ale pro všechna další připojená chytrá zařízení.

Pokud jste se právě rozhodli QLED TV blíže prozkoumat, potěšíme vás mimořádnou akcí, při níž Samsung až do 27. září nabízí ke všem QLED 8K TV zdarma nejnovější model chytrého telefonu Samsung Galaxy S20 šedé barvy z vnitřní paměti 128 GB. Tento bonus můžete získat ve všech značkových prodejnách Samsung a na e-shopu Samsung.cz.

Alergie na pyl hrozí i v září, neboť stále kvetou trávy a byliny

I když venku zanedlouho začne podzim, alergici si oddechnout nemohou. Stále jsou zde rostliny. Navíc prach, roztoči a plísně „zlobí“ celý rok.

Během září dokvétá mnoho trav a bylin. Například ambrózie, která může kvést až do poloviny října, je velmi agresivní alergen a lidí citlivé na její pyl může ještě pěkně potrápít.

„Na kvetoucí dřeviny už v září nenarazíte. Dokvétají ale ještě některé druhy trav. Jedná se konkrétně o drnavec, rákos a srhu. Hlavní pylovou sezonu mají stále byliny. Kromě pelyňku a jitrocele mohou alergikům způsobovat potíže i rostliny z čeledi kopřivovitých,“ upozorňuje MUDr. Radka Šedivá z ambulance Synlab.

V říjnu už budou mít alergici téměř vyhráno, poté již nastává alergicky klidné zimní období. To je ideální pro absolvování testů na zjištění kritických alergenů. U sezónních alergií, kam spadají právě ty na pyl, je totiž důležité přesně vědět, na co jste alergičtí, abyste mohli včas podniknout příslušná opatření. Jestliže to nevíte, je velmi těžké problémům zamezit.

Na podzim a v zimě si sice „pyloví“ alergici mohou oddechnout, naopak ti, jimž vadí plísně, zažívají kritické období. Plísně se sice vyskytu-



Alergici nemají klid ani na podzim.

PROFIMEDIA.CZ

jí celoročně, ale na podzim se jim ve vlhčím počasí daří nejlépe.

Venku jsou plné plísni například tlející kopy spadlého listí. Skrývají se však také ve starších domech a na chalupách, a to zejména proto,

že se na podzim začíná topit a méně větrat. Nejvíce ohroženy jsou koupelny a kuchyně, kde se drží více vlhkosti než v obývacích či ložnicích. Plísně se častěji objevují také

v místnostech, kde jsou stěny vytapetované nebo obložené, než v těch vymalovaných. Zamezte jejich rozmnožení pravidelným nárazovým větráním, vynášením odpadu a zbytků potravin.

Také roztočů se jen tak nezbavíte. Mikroskopičtí členovci žijící v domácím prachu jsou nejčastějším celoročním alergenem. Lidé nebývají alergičtí na samotné roztoče, ale na jejich výkaly šířící

se vzduchem. Vyskytují se v interiéru, nejčastěji v posteli, v péřových dekách nebo v matracích. Především lůžkoviny z peří jsou pro ně nejvhodnější a nejobtížnější se z nich roztoči a jejich zbytky dostanou pryč.

Co se s tělem děje při alergické reakci? „Dochází k uvolňování hormonu histaminu, který zapříčiní zánět a s ním spojené příznaky onemocnění. K dočasnému potlačení ty-

pického kýčání, smrkání, kašláni, svědění v krku, ústech či uších či únavy proto pomáhají léky, které tento hormon potlačují, takzvaná antihistaminika,“ říká lékařka Radka Šedivá.

Seženete je v různých formách, s tou nejvhodnější vám však vždy nejlépe poradí lékař. S ním se pobavte také o dlouhodobé léčbě, jež vám pomůže s úplným vyléčením alergie. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

Jak s alergií bojovat

První, zásadní a neúčinnější opatření je vyhnout se alergenům, respektive ho eliminovat.

- Sliznice alergiků je výrazně citlivější než u zdravých lidí a vlivem alergického zánětu vykazuje i takzvanou slizniční hyperreaktivitu, která je snadno provokována dráždivými podněty z vnějšího prostředí. Mezi taková dráždiva patří hlavně cigaretový kouř, exhalace spalovacích motorů, ale i větší koncentrace prachu.

- Dalším krokem je farmakologická léčba, která z velké části dokáže tlumit, až úplně potlačit projevy alergického zánětu, nikoli jej však vyléčit.

- U některých typů alergií je možná také takzvaná alergenní imunoterapie vakcínami trvající měsíce až roky, jejímž výsledkem je dlouhodobé potlačení alergické imunitní reakce s následnou minimální nebo žádnou potřebou brát léky.

Maminky. Nepodceňujte hydrataci

Pitný režim v době těhotenství zcela nebo alespoň částečně zlepšilo 63 procent žen, především kvůli zdraví miminka. Ukázal to aktuální průzkum Aqualife Institutu, který také odhalil, že po porodu se pitný režim 56 procent matek podobá nebo bude podobat tomu v době těhotenství, kdy více pily. To je velmi důležité, protože chování nejbližšího okolí dítěte má na pravo zásadní podíl na formování jeho režimových návyků. Základem pitného režimu dětí i dospělých by tak měla být voda v kombinaci s minerálkami.



Jitka Tomešová ARCHIV

„Podle průzkumu 38 procent současných a budoucích matek považuje svůj pitný re-

žim před otěhotněním za zcela nebo částečně nezdravý, a pokud by ho mohly změnit, pily by větší množství tekutin s preferencí těch méně sladkých. Celkově ženy v době těhotenství vypily průměrně 2,3 litru nealkoholických nápojů denně, což je o 200 ml více než před otěhotněním. V tomto přístupu k pitnému režimu by určitě měly pokračovat, a být tak příkladem svým dětem,“ uvedla ředitelka Aqualife Institutu Ing. Klára Hálová.

Správný pitný režim nastávající maminky pomůže předjet mnoha pozdějším kom-

plikacím a podpořit zdravotní stav budoucího dítěte v jeho dětství i dospělosti. V těhotenství je ideální k pití čistá, neochucená neperlivá voda v množství alespoň 1,5 litru denně – v závislosti na tělesné hmotnosti, s postupujícím těhotenstvím tedy více. Více tekutin vyžaduje i fyzická aktivita a teplé prostředí. Celkově se může budoucí matka dostat i na více než tři litry tekutin denně.

„Kromě kohoutkové vody se doporučují přírodní pramenité, kojenecké nebo minerální vody, které jsou velmi kvalitní, čisté a neuprave-

né, bez obsahu chemických přídavných látek. Vhodné jsou slabě a středně mineralizované vody s obsahem rozpustitelných pevných látek do 1000 mg/l, v období těhotenské nevolnosti raději neperlivé. V opodstatněných případech a po konzultaci s ošetřujícím lékařem může nastávající maminka zařadit do svého pitného režimu i vody silně mineralizované nebo léčivé, například pro doplňování hořčičku, jodu aj.“ vysvětluje nutriční terapeutka, antropoložka a laktační poradkyně Mgr. Jitka Tomešová z Institutu dietologie a výživy. **MET**



Druhé dítě

Olympijská vítězka a mistryně světa ve veslování Mirka Topinková se stala podruhé maminkou. Devětatřicetileté skifařce, která letos ukončila kariéru, se v pátek narodil syn Lukáš. Topinková už má s manželem Pavlem třiletou dceru Adélu. **MAFRA**

Krátce

Enge starší umřel

Ve věku 70 let zemřel bývalý automobilový jezdec Břetislav Enge, otec Tomáše, který jezdil také v F1.

Postupy bez boje

Fotbalisté Slovácka prošli bez boje do 3. kola domácího poháru. Vyškov odstoupil kvůli marodce. Dál jdou i Brno a druholigová Vlašim. Jejich soupeři Rosice a Srbsice nechťejí

platit testy na koronavirus, kterým se musí amatérské týmy podrobit před duely se soupeři s profesionálními kluby.

Neymar se zlobí

Brazilský fotbalista Neymar z Paris SG obvinil po ligovém duelu s Marseille (0:1) soupeře z rasismu. Neymar byl vyloučen za to, že Álvaro González plácl po hlavě, údajně proto, že mu nadával. **ČTK**

Velký obrat Rakušana

Tenisové US Open ovládl v New Yorku Dominic Thiem.



Rakušan Dominic Thiem **AP**

První grandslamový titul získal sedmadvacetiletý Rakušan, který ve finále US Open zvítězil nad Němcem Alexanderem Zverevem. Druhý nasazený Thiem sice už prohrával 0:2 na sety, ale nakonec po čtyřech hodinách a minutě využil třetí mečbol a vyhrál 2:6, 4:6, 6:4, 6:3 a 7:6.

Thiem uspěl v grandslamovém finále na čtvrtý pokus. Loni a předloni prohrál v boji o titul na antukovém Roland Garros a letos na Australian Open. Po Thomasi Musterovi, králi Paříže 1995, je druhým rakouským grandslamovým šampionem. „Přál bych si, aby tady dnes mohli stát dva vítězové, protože si to oba zasloužíme,“ řekl Thiem při

slavnostním vyhlášení na kurtu Arthura Ashe. Thiem dokázal vyhrát finále US Open ze stavu 0:2 jako první hráč po 71 letech. V roce 1949 předvedl stejný obrat Američan Pancho Gonzalez.

Thiem zůstal ve světovém žebříčku třetí a získal stejně jako královna dvouhry žen Naomi Ósakaová z Japonska šek na tři miliony dolarů. **ČTK**

Plážový volejbal. Na ME mohou uspět také Češi

Čeští reprezentanti v plážovém volejbalu se zkusí vrátit na evropském šampionátu na stupně vítězů. O medaile budou ode dneška v lotyšské Jurmale usilovat Barbora Hermannová a Markéta Nausch Sluková, Michaela Kubíčková s Michalou Kvapilovou a Ondřej Perušič s Davidem Schweinerem. Na hattrick útočí Anders Mol a Christian Sørum z Norska, mezi žena-

mi jsou favoritkami Švýcarky Tanja Hüberliová a Nina Betschartová. Hermannová a Nausch Sluková se vrací na ME po roční pauze. O dvě postupová místa do play-off ze skupiny F začnou dnes proti domácí dvojici Anete Namičková, Varvara Brailková. Ve hře jsou odměny ve výši sto tisíc eur, ale i body do žebříčku, který slouží jako kritérium v olympijské kvalifikaci. **ČTK**

INZERCE

MEZINÁRODNÍ
HUBEBNÍ
FESTIVAL
ČESKÝ KRUMLOV

18. 9. – 3. 10. 2020

29. ročník

Český Krumlov s českými umělci

PAVEL ČERNOCH // PAVEL ŠPORCL
IVO KAHÁNEK, ČESKÁ FILHARMONIE & SEMJON BYČKOV
JÍŘÍ BÁRTA // ŠTĚPÁN RAK // KATTA a další

ČESKÝ VEČER: MAREK ZTRACENÝ, ONDŘEJ G. BRZOBOHATÝ,
ONDŘEJ RUML & BIG BAND GUSTAVA BROMA
BALADA PRO BANDITU // FILMOVÝ VEČER // SLAVNÉ BAROKNÍ ÁRIE

GENERÁLNÍ PARTNER
Kooperativa
WIENNA INSURANCE GROUP

#SvětovéČesko
festivalkrumlov.cz

VŽDY NĚCO NAVÍC

JEDNEJTE RYCHLE A UŠETŘÍTE

Neřešíme, jestli jste fyzická nebo právnická osoba, ani jak velkým máte odběr, jestli máte plynový sporák či plynový kotel, vytápíte chatu, byt nebo rodinný dům.

Pro všechny teď máme bezkonkurenční nabídku s cenou*

590 Kč/ MWh

+ 25 Kč stálý plat/měsíc

*cena je uvedena bez DPH a distribuční složky ceny

- ✓ nabídka je časově omezena do **16. 10. 2020**
- ✓ nabídka platí **pro prvních 500 nových odběrných míst** po celé ČR
- ✓ cena je garantována až do **31. 12. 2023**

Navštivte www.ppas.cz/VN590.

PRAŽSKÁ
PLYNÁRENSKÁ

Spojení energií i služeb

Hlavní partneri
ČEPS

Oficiální partneri
Czech Republic
ČESKÝ KRUMLOVSKÝ ROZVOJOVÝ FOND

Hlavní mediální partneri
ČESKÝ KRUMLOVSKÝ ROZVOJOVÝ FOND

Festival se koná za láskavé podpory
MINISTERSTVO KULURNÍHO DĚDIČSTVÍ
Jihočeský kraj
ČESKÝ KRUMLOV



Vše pro kancelář



Bleskové **doručení**

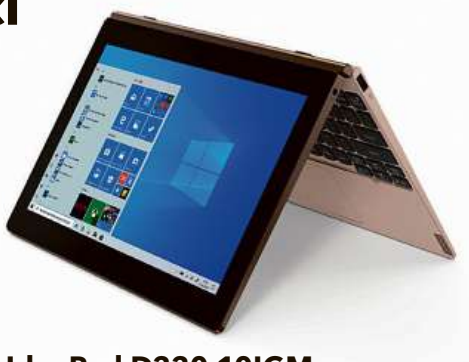


Množstevní **slevy**

a **alza.cz**
pro firmy

 **Windows Pro**

Každý úkol bude lehčí



Lenovo

Lenovo IdeaPad D330-10IGM

Operační systém Windows 10 Pro
Dotykový 10,1" displej, RAM 8 GB, HDD 128 GB
Výdrž baterie až 13 hodin, hmotnost: 1,1 kg obj. kód: NT356n7m2j

Hrdina pracující třídy



Lenovo

Lenovo ThinkPad E15-IML

Operační systém Windows 10 Pro
15,6" displej, RAM 8 GB, SSD 256 GB
Čtečka otisků prstů, šifrovací čip TPM obj. kód: NT206fc

Notebook hledá profíka



HP ProBook 450 G7

Operační systém Windows 10 Pro
15,6" displej, RAM 8 GB, SSD 256 GB
Odolné tělo, softwarová a firmwarová ochrana obj. kód: HPBN1067g

Pracujte na Vostro



Dell Vostro 5590 Grey

Operační systém Windows 10 Pro
15,6" displej, RAM 8 GB, SSD 256 GB
Hliníkové provedení, podsvícená klávesnice obj. kód: ADC256h32e2

Speciální ceny pro firmy na



alza.cz/pro-firmy



B2B@alza.cz



225 340 610