



martinus



Knihkupectví, ze kterého nebudete chtít odejít



Vstupte do kouzelného světa knižních hrdinů
a do **31. prosince** získáte ke každému nákupu
nad 300 Kč **dárkovou poukázku v hodnotě 100 Kč.**



NOVÉ KNIHKUPECTVÍ S KAVÁRNOU MARTINUS NAJDETE V PŘÍZEMÍ
OC VELKÝ ŠPALÍČEK, 10 METRŮ OD HLAVNÍHO VCHODU.



martinus



Hvězdárna
a planetárium
Brno

HLEDÁNÍ OŘÍŠKOVÉ

PLANETY



Program a vstupenky

www.hvezdarna.cz



Jihomoravský kraj



VEŠMIRU



VEŠMÍR
CITY BRNO



deník

opportunity
AUTOCENTRUM
BRNO, s.r.o.

CityTools

Eur-Zprávy.cz

TECHNOLOGY
PARK BRNO

Hvězdárna a planetárium Brno je příspěvkovou organizací zřízenou statutárním městem Brnem.

Jedeme na
Life!

24.-26. 11. 2023
Výstaviště Brno
www.festivallife.cz



BVV
Veletřhy
Brno

středa 15. listopadu 2023 / č. 213

mojemetromojmetro @ denikmetro

metro 



V přístavbě jsou dva bazény

Modernizovaný a rozšířený **plavecký komplex za Lužánkami** v Brně už slouží veřejnosti. K padesátimetrovému bazénu přibily **pěťadvacetimetrový a šestnáctimetrový** pro děti.

Nabídka platí pouze do vyprodání zásob. Sleva platí pouze na vybrané položky.

SLEVA 20 %
s kódem **SKLAD20**

chladservis
Odborník na **DOMÁCÍ SPOTŘEBIČE**

KŘENOVÁ 19, BRNO | 543 235 156 | CHLADSERVIS.CZ



DALŠÍ KROK K NOVÉM

BRNO



Takto měl vypadat Zemský stadion Za Lužánkami. Na ten v areálu výstaviště vypíše město architektonickou soutěž.

ARCHITEKTI HRŮŠA & SPOL.

Moderní fotbalový areál by měl splňovat české i mezinárodní standardy.

Jen pár týdnů poté, co v areálu brněnského výstaviště začala výstavba multifunkční arény, se opět začíná mluvit i o novém fotbalovém stadionu. Ten by měl rovněž vyrůst v lokalitě výstaviště na místě současného cyklistického velodromu. Nově se projektu bude věnovat pracovní skupi-

na, v níž kromě zástupců města, kraje, Fotbalové asociace ČR či fotbalové Zbrojovky nechybí ani brněnská fotbalová legenda Petr Švancara. Nová pracovní skupina by měla pomoci k tomu, aby v Brně vznikl moderní fotbalový areál, který splní české i mezinárodní standardy. „Nejdříve pracovní skupina nachystá základní parametry stadionu pro zadávací studii. Snahou posléze bude zařadit stavbu mezi strategické projekty města Brna pod vedením projektového manažera. Jeho tým připraví podmínky pro

vypsání architektonické soutěže na studii fotbalového stadionu a bude se na projektu podílet. Při přípravách mohou tým doplnit také další odborníci, jako jsou zástupci policie, hasičů a podobně,“ představuje plány brněnský radní pro sport a vedoucí pracovní skupiny Tomáš Aberl.

Na poloze stadionu v Křížkovské ulici se nedávno shodlo vedení města i klubu FC Zbrojovka Brno. Mezi plusy zvolené oblasti podle města patří především skutečnost, že se nachází poblíž centra a současně mimo obyde-

né území. V místě se navíc už nyní buduje dopravní infrastruktura pro multifunkční arénu. „Rozumím tomu, že původní záměr zachovat fotbal za Lužánkami je kvůli všem komplikacím prakticky nemožný. Vítám snahu města stavět tam, kde je to reálné,“ souhlasí s novým místem pro fotbalový stadion i dlouholetý zastávce návratu fotbalu do areálu za Lužánkami Petr Švancara. Podobně se na situaci dívají i zástupci fotbalové Zbrojovky. „Jsem rád, že po čtrnácti letech, kdy jsem u toho, jsme se společně

metro

Vydává: MAFRA, a. s., Karla Engliše 519/11, 150 00 Praha 5, IČ: 45313351, www.metro.cz. Kontakty: 225 065 111, dopisy@metro.cz, jmeno.prijmeni@metro.cz. Redakce: šéfredaktor - Petr Holeček, zástupce šéfredaktora - Šimon Merta. Tištěný náklad ověřuje ABC ČR, člen IF ABC. Inzerce: sales@metro.cz, 225 065 120. Tisk: mafraprint - Praha a Olomouc
• Evidenční číslo MK ČR E 16400, ISSN 1211 - 7811. Distribuce: PNS, a. s. Vychází denně v pracovních dnech. © MAFRA, a. s., 2022 nebo uvedení dodavatelé obsahu. Jakékoli užití a šíření částí nebo celku obsahu deníku METRO (včetně jejich překladu) bez písemného svolení vydavatele je zakázáno. Vydavatelství MAFRA, a. s., je členem koncernu AGROFERT.

INZERCE

IB-MET

EKOLOGICKÁ LIKVIDACE VOZIDEL

přijedeme, naložíme, zaplatíme, odhlásíme

608 333 308, 731 566 786 • www.ib-met.cz



U FOTBALOVÉMU STÁNKU

s městem konečně začali vybudováním nového stadionu seriózně zabývat. Zvolená lokalita je navíc z hlediska časové náročnosti jediná správná," říká spolumajitel Zbrojovky Václav Bartoněk.

Pokud se skutečně podaří fotbalový svatostánek na místě velodromu postavit, přijde Brno po lužáneckém stadionu o další historické sportoviště. Historie brněnského velodromu, který by měl stadionu ustoupit, totiž sahá až do roku 1889, kdy byla na jeho dnešním místě zřízena hliněná cyklistická dráha. Cyklisté však zkrátka nepřijdou. Nový velodrom by měl vyrůst na jihu Brna v Komárově.

„Těší nás, že se Brno aktivně zabývá i řešením výstavby nového velodromu, který je z hlediska nároků na dnešní dráhovou cyklistiku nezbytný. Jsme připraveni poskytnout maximální součinnost a hledat řešení, aby ve městě mohla vzniknout dvě nová sportoviště," říká zástupce Českého svazu cyklistiky Luďek Telecký.

O fotbalovém stadionu se naposledy výrazněji mluvilo v roce 2009. Tehdy se ještě počítalo s výstavbou v areálu Za Lužánkami. Architekt Petr Hruša dokonce navrhl jeho podobu inspirovanou římským Koloseem. Počítalo se navíc s kapacitou hlediště pro přibližně 30 tisíc sedících diváků.

„Vláda i Českomoravský fotbalový svaz si uvědomují, že Česká republika potřebuje minimálně dva kvalitní stadiony na fotbal. Jeden národní v Praze a jeden, řekněme zemský, v Brně. Brno má již vytyčené území včetně hoto-ové projektové dokumentace. Řekl bych, že jsme dále než Praha," prohlásil tehdejší brněnský primátor Roman Onderka.

O téměř patnáct let později je však výstavba velkého moderního stadionu v obou českých městech stále v nedohlednu.



**RADEK
BABIČKA**
dopisy@metro.cz



Fotbalový stadion by měl vyrůst na místě velodromu.

BRŇENSKÝ ARCHITEKTONICKÝ MANUÁL

INZERCE



**BLACK
PRICE
DAYS.**

Olympia
BRNO

**U LOV
SI SVOJE
SLEVY**

24.-26. 11.



Vlaky na vídeňské letiště se osvědčily, vedení Brna je bude nadále podporovat



Vlaky na vídeňské letiště by měly z Brna jezdit i po roce 2025.

M. SCHMERKOVÁ

Se společností Gepard Express panuje spokojenost.

Vlakové spojení z Brna na vídeňské letiště má za sebou první rok fungování. Vzhledem k vysokému zájmu plánuje vedení Brna linku podporovat i nadále.

Přímé vlakové spojení mezi brněnským hlavním nádražím a vídeňským letištěm zajišťuje město Brno od konce loňského roku. Smlouva na provoz dvou každodenních spojů nyní platí do prosince roku 2025. Vedení města však už nyní pracuje na jejím prodloužení. „Vlakové spojení na vídeňské letiště se nám osvědčilo, o čemž vypovídají i statistiky přepravených osob. Jen o prázdninách převezly městem podporované spoje více než deset tisíc cestujících. Například brzký ranní vlak na letiště využilo v červenci průměrně 125 ces-

tujících denně. Je vidět, že lidé mají chuť cestovat a dostupnější doprava na letiště a následně domů je neocenitelná,“ pochvaluje si radní města Brna pro dopravu Petr Kratochvíl. Jelikož administrativní úkony pro udržení spoje mohou trvat až dva roky, uveřejnilo město už teď formulář se záměrem linku provozovat i po roce 2025. Tento krok však v tuto chvíli ještě k ničemu nezavazuje.

Vlakové spojení nyní zajišťuje společnost Gepard Express. Ta vystřídala od 11. června Regiojet, jelikož nabídla magistrátu nižší cenu. Město bude příští rok spoj dotovat částkou osmadvacet a půl milionu korun. Pro cestující, kteří potřebují nechat auto v Brně, nabízí zvýhodněné parkování u areálu Zetoru v Líšni. Týden parkování tu po předchozí registraci vyjde na 500 korun a lze si zároveň zarezervovat odvoz autobusem z parkoviště na vlakové nádraží. **BAB**

INZERCE

LR LOHMANN & RAUSCHER

Společnost Lohmann & Rauscher, s. r. o. patří mezi přední světové dodavatele zdravotnických a hygienických výrobků

hledá do svého týmu vhodné kandidáty / kandidátky na pozice

- dělník/dělnice ve zdravotnické výrobě
- skladník/skladnice

Co vám můžeme nabídnout:

- zázemí prosperující mezinárodní společnosti
- čisté pracovní prostředí
- pracovní poměr na dobu neurčitou
- každoroční navyšování mezd
- možnost osobního rozvoje, jazykové vzdělávání
- dovolená nad rámec Zákoníku práce
- příplatky nad zákonnou výši
- kooperativní prémie
- prémie na letní dovolenou a Vánoce
- věrnostní odměny
- dotované stravování
- vitamínové balíčky
- tábory pro děti zaměstnanců
- firemní akce a benefity

Bližší informace k pozicím najdete na

<https://www.lohmann-rauscher.com/cz-cs/kariera/nase-nabidka-volnych-mist/>

Neváhejte a kontaktujte nás:

email: Erika.Fejfusova@cz.LRMed.com;

tel.: +420 544 425 879; + 420 731 141 123

email: Radka.Jirkova@cz.LRMed.com; tel.: +420 544 425 844

Lohmann & Rauscher, s.r.o., Bučovická 256, 684 01 Slavkov u Brna.

Moravské pověsti Zdeňka Junáka

Kniha přináší výběr 63 nejlepších a nejzajímavějších pověstí z různých koutů Moravy, které zazněly v oblíbeném rozhlasovém pořadu Srdcovky Zdeňka Junáka. Srdcovky jsou jedním z nejposlouchanějších pořadů ve vysílání Českého rozhlasu Brno a Zlín. **MET**

Life! – festival, kde nic není nemožné

Představte si, že všechna oblíbená sportoviště vměstnáte do několika hal. Fotbalové hřiště, posilovnu, zápasnickou arénu, work-outovou zónu, tančení sály, lezeckou stěnu a k tomu ještě sjezdovku. Nevěříte? Pak zamiřte od 24. do 26. listopadu na festival Life! na brněnské výstaviště.

Ať už jste věční začátečníci, hobby sportovci nebo si nedokážete bez sportu představit život, určitě si přijdete na své. S výběrem vhodných aktivit i správnými technikami vám poradí profesionálové. A chybět nebudou ani olympionici.

Přijďte si zalyžovat pod střechu

Světovou premiéru bude mít na festivalu Life! unikátní projekt, který pochází z dílny české rodinné firmy. Pod názvem SKI365 aréna vyroste v pavilonu F dvousetmetrová testovací lyžařská dráha a třicetimetrová sjezdovka. Na umělém povrchu s jedinečnou technologií si můžete vyzkoušet sjezd na lyžích či snowboardu, běžky, skialp nebo biatlon. Přípraveny jsou workshopy, které začátečníky povedou prvními krůčky a zkušenějším nabídnou kondiční tréninky.

Potkejte se se zápasníky MMA

OKTAGON MMA je největší česko-slovenská organizace, která pořádá turnaje bojových sportů v těch největších českých a slovenských arénách či městech. Zajímá vás záklisi zápasů, tréninků a celkové přípravy nejlepších bojovníků? Máte jedinečnou možnost se se vším seznámit v pavilonu G1. Najdete zde nejen zápasnickou klec, ale také „tělocvičnu“, boxovací stroj nebo opičí dráhu pro ty nejmenší. A koho z bojovníků potkáte? Vlado Lengála, Radka Roušala, Matěje Kohouta, Andreje Kalašnika, Jakuba Dohnala, Matěje Kuznika, Davida Kozmu či Patrika Kincla.

Projedte se po Masarykově okruhu

Další novinkou letošního festivalu je Automotodrom Aréna. Ta nabídne zmenšeninu Masarykova okruhu, po které projedete na kolech, koloběžkách, elektrokoloběžkách či minibicích. Pokud máte závodního ducha, vyzkoušíte si i simulátor formule 1 a prohlédnete si závodní motorku, Mercedes-Benz i safety car.

Family Hall, běžecké závody a Fitness zóna letos i pro nejmenší

V pavilonu G1 bude vyžití pro celou rodinu. Najdete tam nafukovací překážkovou dráhu Bootcamp, florbalové, basketbalové, volejbalové a další hřiště, lezeckou stěnu nebo baseballové odpaliště. Přípraveny jsou také stoly na stolní tenis a Headis, boulder, cyklistická a inline dráha.



V nabitě Fitness zóně, kterou připravuje brněnský prémiový klub ZONE4YOU, si vyzkoušíte posilovací pomůcky i stroje, poradíte se s fyzioterapeuty či osobními trenéry a čeká vás i množství soutěží. Pro nejmenší je po celou dobu festivalu připravená fitness dráha, kterou si můžou proběhnout na čas.

Festival Life! je tradičně spojený s běžeckými závody a nejinak tomu bude i letos. Running zone Life! run poměří v neděli 26. listopadu síly dospělých i dětí. Připraveno je několik tratí od 100 metrů do 8 kilometrů.



Zajeďte si na kolech, skočte si do obřího polštáře

V hale F vás čeká freestyle BMX závod s dvacetiletou historií o třicet tisíc korun. Soupeři se utkají ve VSA dvojitě minirampě s funboxem uprostřed. Na Sazka pumptracku si můžete také zajezdit, kola i koloběžky budou na místě zdarma k půjčení. Ve stejném pavilonu si také vyzkoušíte HIGH JUMP, tedy skok do obřího airbagu. Nejprve si skočíte ze sedmi metrů, pak vás pustí i na desetimetrovou plošinu. A je jedno, kolik vám je.

Na své si přijdou i příznivci šplhu, které čekají závody i možnost vyšplhat se až ke stropu pavilonu V. A síly si poměří i parkouristé, a to přímo na Mistrovství České republiky.

Ve zdravém těle zdravý duch

Nový projekt HEALTHY Life!, který zastřešují odborníci z Fakultní nemocnice u svaté Anny, zase prověří



váš zdravotní stav. Zjistíte svou krevní skupinu, získáte cenné rady o tom, jak se zbavit akné, a čeká vás i kontrola kožních znamének.

Ve víru tance s DANCE Life!

Těšte se na to nejlepší z české a zahraniční taneční scény – uskuteční se přes padesát workshopů v šesti studiích a zhlédnete desítky vystoupení. Čeká vás třeba GALA profesionálních tanečních souborů a GALA tanečních konzervatoří z celé republiky i ze zahraničí.

Chybět nebudou soutěže a talentované mladé tanečnický čeká konkurz do prestižní baletní školy The Royal Ballet School. A jako každý rok se pokusíme překonat taneční rekord, kdy si společně s návštěvníky zatančí i známé tváře v čele s ambasadory festivalu Ondřejem Sokolem a Alešem Hárou.

Game Hall prověří um hráčů

Game Hall se letos uskuteční v největším pavilonu P. Na pódiu se odehrají finálové zápasy Tipsport MČR CS, přičemž vítězný tým si odnese milion korun. Finále navíc svým vystoupením zahájí hvězdný rapper Marpo. A na návštěvníky čekají špičkové herní počítače, konzole a simulátory.

Festival Life! se uskuteční od 24. do 26. listopadu na brněnském výstavišti. Otevřeno má od 9 do 18 hodin, poslední den zavírá už v 16 hodin. Některé části programu (například workshopy či Game Hall) pokračují do pozdějších večerních hodin. Nejvýhodnější vstupné za 200 korun koupíte on-line. Více informací najdete na www.festivallife.cz.

Polívka uvádí první premiéru sezony a vrací se na Jakubák



Martin Huba a Jiří Dvořák

DAVID KONEČNÝ

První premiéra jubilejní 30. sezony se jmenuje Oheň a popel. V režii Romana Poláka se v hlavních rolích představí Martin Huba a Jiří Dvořák.

Divadlo Bolka Polívky se častěji vrací do svého původního sídla na Jakubské náměstí. Foyer se přemění ve variabilní prostor pro komornější program a výstavy. Ponese název U dvou Polívků.

Foyer je na rozdíl od divadelního sálu, který zůstává nadále zavřený, z pohledu statické zcela bezpečné, protože se nachází ve stavebně jiné části objektu. První akcí bude 20. listopadu od 17 hodin vernisáž výstavy fotografií z ka-

lendáře Proměny. Výtěžek z jeho prodeje každoročně putuje na podporu Nadace Archa Chantal. Herečky Daniela Zbytovská, Barbora Seidlová a Nikol Zbytovská z Divadla MALĚHRÝ zde 28. listopadu své Čtení ke kafi na téma Zápisky z cest spojí se křtem své stejnojmenné knížky. V neděli 17. prosince pak ve foyer čeká na malé diváky představení Aby se děti divily.

Nutné úpravy v Bílém domě, po nichž se sál B. Bakaly promění v plnohodnotný prostor pro divadelníky i diváky, sice potrvají až do jara, už nyní tam však režisér Martin Čičvák zkouší s herci inscenaci Židle od Eugena Ionesca.

Díky vstřícnosti židenické radnice však Divadlo Bolka Polívky dál hraje v Dělnickém domě. Tam také uvede 18. listopadu první premiéru své jubilejní 30. sezony Oheň a popel. V režii Romana Polá-

ka se v hlavních rolích představí Martin Huba a Jiří Dvořák. „Přál bych každému, aby mohl být na první čtené zkoušce tohoto představení. Kolem stolu naši vzácní hosté v čele s režisérem. Velikáni, nenapodobitelní, výjimeční, skvělí herci i herečky, které doplňují dramaturg Vladimír Procházka, skladatel David Rotter, scénograf Jaroslav Milfajt. A my z našeho divadla. Obdaření štěstím, že jsme je mohli seznat, shromáždit, uhostit. A sledovat, jak vzniká z Oheň a popela dým. Řečeno s klasikem: Nevíte se, prosím vás. V takové krásné společnosti,“ říká Bolek Polívka. Oheň a popel je dramatem přátelství, lásky a zrad. Neobvyklé je řešení scény situované doprostřed hlediště, která umožňuje divákům ocitnout se v těsné blízkosti hlavních hrdinů a prožít s nimi jejich příběh ještě intenzivněji. **RADEK BABIČKA**

INZERCE

MINERÁLY BRNO předvedou kamennou přírodní krásu



Mezinárodní prodejní výstava minerálů, fosilií, šperků a přírodnin MINERÁLY BRNO proběhne na brněnském výstavišti od 18. do 19. listopadu. Výstava proběhne tradičně v pavilonu B.

Letošní listopadový ročník Minerálů Brno hostí přes 260 vystavovatelů z tuzemska i zahraničí. Vystaveno bude vše, co mohou návštěvníci na podobných akcích očekávat – minerály a výrobky z nich, sběratelské kameny, šperky, přírodniny, dekorace, bytové doplňky a užitkové předměty. MINERÁLY BRNO jsou skvělou příležitostí pro nákup vánočních dáreků. Nákup přímo od výrobců nebo dovozců je zárukou hodnoty a pravosti nakoupeného zboží. Z unikátních exponátů se dá zmínit například ametystová geoda, která váží 180 kg. Ve vedlejším pavilonu C je umístěn dobrodružný park Šmoulové.

Doprovodná výstava na galerii pavilonu B je

jako vždy zajímavá. Jejím tématem jsou uhličitany. S nimi se setkáváme při mnoha příležitostech – jsou základem mnoha stavebních surovin, například cementu nebo vápna. Uhličitany jsou také důležitou součástí mramoru. Tento dekorativní kámen je součástí staveb, pomníků nebo uměleckých děl. Významná ložiska mramoru najde-

me i v Čechách a na Moravě. Na výstavě najdeme také vzorky ze Slovenska a dalších zemí.

Vstup na MINERÁLY BRNO je buď branou číslo 1 nebo u pavilonu E. Základní vstupné stojí 120 Kč, zlevněné 60 Kč, levnější při nákupu přes web. V sobotu je výstava otevřena od 9 do 18 hodin, v neděli do 16:30.



MINERÁLY BRNO

47. mezinárodní prodejní výstava
minerálů, fosilií, šperků a přírodnin

18.- 19. 11. 2023

Výstaviště Brno, pavilon B

Doprovodná výstava:

Karbonáty

sobota: 9 – 18 hod.
neděle: 9 – 16:30 hod.
vstupné: 150 Kč, zlevněné 80 Kč
(při on-line nákupu sleva)

www.mineralybrno.cz



1928 — 2023



BVV
Veletřhy
Brno



Kuchyňská sůl. Na první pohled zcela obyčejná...

RADEK BABIČKA

Třináct a půl gramu denně

Čeští lékaři brojí proti nadměrnému solení.

Zatímco v Evropě se spotřeba soli snižuje, Češi si denně dopřávají soli téměř třikrát více, než doporučuje Světová zdravotnická organizace. Pokud by Češi snížili spotřebu soli o třetinu, ubylo by podle odborníků až 30 procent kardiovaskulárních příhod.

Pomocí tomu má Národní program snížení příjmu soli, který představili lékaři na listopadovém republikovém kongresu internistů v Brně. Vysoký příjem soli zvyšuje krevní tlak, způsobuje srdeční selhání a cévní mozkové příhody, podílí se i na rozvoji demence, obezity, rakoviny žaludku nebo osteoporózy. Kardiovaskulární onemocnění, k nimž vede i nadměrná konzumace soli, jsou v České republice nejčastější příčinou smrti.

„Každý rok tady umírá na onemocnění srdce, mozku či cév téměř padesát tisíc lidí – často bohužel úplně zbytečně. Až osmdesát procentům kardiovaskulárních příhod se totiž dá předem zabránit. I z toho důvodu vznikl Národní program snížení příjmu soli. Právě sůl má totiž na orgány řadu nežádoucích dopadů,“ vysvětlil na kongresu profesor Jan Václavík, přednosta Interní a kardiologické kliniky Fakultní nemocnice Ostrava a Lékařské fakulty Ostravské univerzity.

Češi průměrně spotřebují téměř třináct a půl gramu soli denně, což výrazně převyšuje její konzumaci v ostatních evropských zemích, kde se její příjem pohybuje kolem deseti

gramů na osobu a den. Světová zdravotnická organizace doporučuje denně přijímat méně než pět gramů soli.

„Pomocí Národního programu bychom chtěli v Česku do roku 2030 snížit příjem soli průměrně o čtyři gramy na den,“ uvedl profesor Jan Václavík.

Většinu soli, kterou Češi přijímají, obsahují nakupované potraviny. Sůl přidávaná do jídla během vaření nebo přímo při jídle se na celkové spotřebě podílí jen z patnácti až dvaceti procent. „I když u nás jídlo poměrně hodně solíme, tři čtvrtiny soli přijímáme z potravin, které si kupujeme v obchodech. Sůl totiž obsahují téměř všechny potravinářské výrobky, často ve velkém množství. Hlavním opatřením, které bude zapotřebí, je proto omezení obsahu soli v pečivu, uzeninách a dalších výrobcích,“ naznačuje cestu profesor Václavík. Výrobky by se podle něj měly začít lépe označovat – zřetelně by se na nich měl uvádět nejenom obsah soli, ale i procento, kterým se daná potravinová podílí na denní doporučené dávce pro dospělé osoby. To vše by pak podle plánu lékařů měla provázet velká edukační kampaň, která by lidem pomohla pochopit, v čem jim sůl může škodit a proč je důležité, aby si vybírali potraviny s menším obsahem soli.

Při přípravě Národního programu snížení příjmu soli se odborníci inspirovali v zahraničí, kde obdobné programy významnou měrou přispěly k poklesu krevního tlaku populace a snížení úmrtnosti způsobené kardiovaskulárními příhodami. V Evropě to bylo například Finsko nebo Velká Británie.

RADEK BABIČKA

VIDA! After Dark: INTIMITY

Poslední VIDA! After Dark v letošním roce bude s názvem Intimity. Vydejte se na cestu k intimitě a sebepoznání. Ve čtvrtek 23. listopadu od 19:00 se uskuteční ve VIDA! akce pro dospělé návštěvníky, kde můžete odhalit, jak vaše pocity a touhy ovlivňují hormony nebo mozkové vjemy. „Prozkoumáte, jak je důležité samovyšetření pro vaše zdraví. Získáte praktické rady, jak na něj. Budeme se věnovat i tématu sexuálních preferencí i takzvaných „kinks“ a objevíme, jaké části těla jsou pro vás nejcitlivější,“ pozval na akci její garant Tomáš Gabrhelík.

Lidská sexualita úzce souvisí i s chemií a proto nahlédneme do tajů chemických procesů, které se odehrávají ve vašem těle během sexuálního vzrušení. „Rozklíčujte, jak vaše pocity a touhy ovlivňují hormony a mozkové vjemy. Bude se zabývat vědeckými základy



a praktickými tipy, jak lépe porozumět těmto procesům. Přijďte a připravte se na nezapomenutelnou noc plnou objevů a inspirace,“ doplnil pozvání Tomáš Gabrhelík.

Vstupenky na VIDA! After Dark: Magic koupíte online za 120 Kč. Od listopadu měníme otevírací dobu. Naše expozice potřebuje pravidelnou větší údržbu, a proto budeme první tři pondělky v měsíci mít zavřeno. Poslední pondělí v měsíci zůstává vyhrazeno pro veřejnost a mateřské školky.

Více na www.vida.cz

**Otevírací doba VIDA!
v listopadu**

Pondělí 6., 13. a 20. listopadu
máme zavřeno

Pondělí 27. listopadu 9:00–14:00

Úterý až pátek 9:00–18:00

Víkendy 10:00–18:00



18+

VIDA! AFTER DARK

INTIMITY

23. 11. 2023
19.00–23.00

VEČER S TÉMATEM
SEXUALITY A SEBEPOZNÁNÍ

INZERCE

ZPĚTNÝ ODBĚR PNEUMATIK







VEŘEJNÉ MÍSTO
ZPĚTNÉHO ODBĚRU
ODPADNÍCH PNEUMATIK

Podle § 13 zákona č. 542/2020 Sb.
o výrobcích s ukončenou životností

Váš výrobce pneumatik
www.bertholdbrno.cz



Americký politik John William Gardner: „Život je (tajenka).“

	POTŘEBA ORÁČE	HEREC JOSEF ?	VYSTRÍDAT		JMÉNO PSA	STÁTNÍ VĚDECKÁ KNIHOVNA (ZKR.)	CHODBY VELKÝCH BUDOV	PRACOVNÍ KOMBINEŽY		KŮLNA (NÁREČ.)	NÁKLADNÍ AUTO (ZN.)	ŠÍCÍ VLÁKNO	VYNÁLEZCE NOBEL (INIC.)	PASTÝŘSKÁ PÍŠTALA	PATŘÍCÍ ATĚ	SPORTOVNÍ POTŘEBA
VÝZVA K TICHU (TEŽ PSSS)				SÍŤ PRODEJEN NÁBYTKU					POVLAKOVÁ TKANINA							
POVRCHOVÝ DŮL				MĚSTO NA UKRAJINĚ NEBO (KNIŽ.)					OMOTANÁ VKLÁDÁNÍ DO PŮDY							
1. DÍL TAJENKY													OPAK "JANG" MILE (KNIŽ.)			
ŠÁLEK						JMÉNO KACÍRKOVÉ PÍSNE K USPÁVÁNÍ						SAMICE JELENŮ LESNÍ ZVÍRATA				
	ŘÍŠE INKŮ	INICIÁLY BARTOŠOVÉ OZIMEK (ŘIDČ.)			UDATNÝ ČLOVĚK (ZŘ.) OVANOUT						ANGLICKÝ TITUL LAKOTA				BÝT V NEJISTOTĚ	NAŘÍKATI ACH
ZNOJ				KRAJ KOLEM SOUBOJ						SHRBENÁ NEMNOHO						
ATLET ZÁTOPEK (INIC.)			MÍSTA U DOMŮ NÁTĚK						SAMOVOLNĚ (ŘIDČ.) POKRMOVÝ TUK						DLOUHÝ POVZDECH NAKUPITI	
OBŘADNÍ ÚKONY								OBRUBY OBRAZŮ PLAT					BELGICKÉ LÁZNĚ METROPOLE KOREJE			
SEMLETÉ						BARMSKÝ OSTROV PÍSMENA L (HOV.)							ZN. ŠPÁNĚLS. AUT VERNŮV KAPITÁN			
	ZVUK LETÍCÍ MOUCHY (BZZ)	HLINÍK (CHEM. ZN.) MADRIDSKÝ KLUB			2. DÍL TAJENKY MENŠÍ SAKA											
BRKO (KNIŽ.)				ZŮSTATKY (NA ÚČTE) POTAHOVAT PAPIR FOLII						NEDOUK (ŘIDČ.) POKRÝVKY					VÁNEK (BÁSNIC.)	AFRICKÝ SLON
ZEVNITŘ			PŘECHOD PŘES POTOK DOKONČITI LÁMÁNÍ						DOHOVORY BAREVNÁ TUŽKA							
HRÁČKA ZADNÍ ŘADY								PLATIDLO MEXICA PĚKNÝ (HOV.)					POVEL KE STŘELBĚ CESTY VZDUCHEM			
ČÍSLA LOMENÁ (MAT.)							SKUTEČNOST ABRAHÁMŮ V SYNOVEC						LINOLEUM (HOVOR.) OBYVATELÉ SASKA			
	? ERWIN KISCH	LIANA (DOMÁC.) ZVĚŠŤOVACÍ SKLO				POROSTY STROMŮ CESTOVNÍ VAKY					TENISOVÁ SADA TYP OSOBNÍHO AUTA				KDO ZPÍVÁ RAP	VÝTAŽKY Z BYLIN
ZÁPAL					ČÁST GRILU VOLTAMPÉR (ZN.)					VÝSMĚŠNÁ DÍLA BOJ S MEČEM						
3. DÍL TAJENKY								JÍDELNÍ MISKY (VOJ.) SLOVESNÁ KATEGORIE							ASI (ZASTAR.) EJHLE	
OBYVATEL OPAVY							NALEVO 6 (ŘÍMSKY)						HEKTOPASCAL (OZN.) TV MIMOZEMŠTÁN			
NATÁLIE (DOMÁC.)					BRÝLE NA NOS											DÁVAT POVELY
POMŮCKA: REAL, SPA		ITÁLIE (CELNÍ KÓD)			TVRDÝ SÝR											TEKUTINY K NARKÓZE



**MOBIL
.CZ**

**Kup SIM
a zavolej si
o odměnu!**

**Získáš 5 GB
a 80 min. navíc
zdarma!**



1. Kup SIM nebo eSIM MOBIL.CZ za 150 či 200 Kč a aktivuj ji.
2. Zavolej do 10 dnů od této aktivace na infolinku (3333) a řekni si o balíček **Kombi L**.
3. Získáš tím balíček Kombi L jako bonus a s ním **5 GB + 80 minut** na prvních 30 dní **zdarma**.

Platí od 1. 10. 2023 do 4. 1. 2024. Balíček Kombi L se po uplynutí prvních 30 dní bude obnovovat za běžných 349 Kč. Více na www.mobil.cz

LEVNÉ KNIHY

Vydejte se na vzrušující cestu filmem
Fantastická zvířata: Brumbálova tajemství



Objevte magický svět filmu

Knihu zakoupíte v síti prodejen Levných knih

Masarykova 37 | OC Futurum | Globus Ivanovice

NC Královo Pole | OC Olympia

nebo na www.levneknihy.cz