



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

Proč e-Finance, a. s.?



1,6 miliardy Kč

je hodnota komerčních a bytových nemovitostí ve vlastnictví koncernu e-Finance, a.s.

181 milionů Kč

již vyplatil koncern e-Finance, a.s. na úrocích plynoucích z dluhopisů určených veřejnosti

22 let

Koncern e-Finance, a.s. byl založen v roce 2001 a již 22 let investuje v ČR do nemovitostních projektů

až 9% ročně

je nadstandardní zhodnocení z dluhopisů pro veřejnost

Bližší informace o nemovitostním portfoliu e-Finance, a.s. najdete na internetových stránkách www.e-finance.eu v záložce **Pro Investory**

Investujte do nemovitostí prostřednictvím dluhopisů e-Finance



Společnost e-Finance má nově ve svém portfoliu dluhopisů **tříleté dluhopisy s výnosem až 9 %**.

až **9%** roční výnos

ČNB schvaluje prospekt dluhopisů z hlediska toho, že splňuje normy, které ukládá nařízení (EU) 2017/1129. Konečné podmínky a prospekt dluhopisů schválený ČNB naleznete na www.e-finance.eu/dluhopisy-informace.

Dluhopisy nesou pevné zhodnocení ve výši **9 % p.a. za první výnosové období, 8 % p.a. za druhé a 5 % p.a. za třetí roční výnosové období**. Uvedený úrok je fixovaný po celé období a jeho výše se nemění bez ohledu na případný pokles bankovních úrokových sazeb, které podle předpokladu odborné veřejnosti začnou klesat již ve 2. pololetí tohoto roku.

Investice e-Finance jsou vidět! Tím, že společnost e-Finance investuje finanční prostředky svých investorů do investičních nemovitostí, které následně má ve své správě, tak investoři mohou tyto „investiční projekty“ sami navštívit.

Jedná se např. o tyto projekty:

- **EFI SPA Hotel**** Superior & Pivovar**, jejíž součástí je kromě luxusního hotelu s exkluzivním wellness i vlastní řemeslný EFI Pivovar či EFI Hostinec.
- **eFi Palace Hotel*****, který nabízí jak hotelové, tak dlouhodobé ubytování, parking, kongresové prostory, vlastní klubové fitness centrum, wellness centrum a v létě i SunBar s bazénem.
- **Zámek Račice v Račicích-Pístovicích**, který je tvořen hlavní budovou s nádvořím, předzámčím, podzámčím, okolními pozemky a lesy, které v úhrnu čítají přes 50.000 m². V hlavní budově v sezóně probíhají prohlídky ve dvou poutavých okruzích. Prostory Předzámčí a Podzámčí nabízí luxusní ubytování v apartmánech s terasami a pokojích. Od čer-

vence 2023 nabídne Předzámčí nově i moderní sál – Konírnu. Tento sál je vhodný pro pořádání svateb, firemních akcí, konferencí apod.

- **EFI Residence Holzova 28**, která nabízí krátkodobé i dlouhodobé ubytování v lukrativní čtvrti Brno-Líšeň
- **EFI ApartHotel Horní Lipová v Jeseníkách**. Tento horský apartmánový hotel disponuje 15 plně vybavenými apartmány vč. parkovacích míst. V současnosti e-Finance díky velké poptávce uvolnila apartmány do prodeje, které se takto stanou skvělou investiční příležitostí. Do budoucna se zde plánuje výstavba druhého apartmánového hotelu včetně kongresových prostor, fitness a wellness centra.

Další projekty e-Finance najdete přímo na webu e-Finance v záložce **PORTFOLIO INVESTIC**.

DOPORUČUJEME, aby si potenciální investoři přečetli základní prospekt spolu s jeho konečnými podmínkami, nežli učiní investiční rozhodnutí, aby tak plně pochopili potenciální rizika a výnosy spojené s rozhodnutím investovat do cenných papírů.



Zámek Račice

EFI SPA Hotel**** Superior & Pivovar

Dluhopisy e-Finance můžete objednávat přes internet, emailem, telefonicky, osobně.

www.e-finance.eu/dluhopisy

[@ info@e-finance.eu](mailto:info@e-finance.eu)

+420 515 555 555

Bratislavská 52, Brno

e-Finance
Reality

UVAŽUJETE O PRODEJI NEBO PRONÁJMU NEMOVITOSTI?

Postaráme se o prodej Vaší nemovitosti nejen v Brně, ale na celé jižní Moravě.
Ivo Škaroupka | 602 523 215 | skaroupka@e-finance.eu



CELOROČNÍ PROHLÍDKY, WELLNESS I UBYTOVÁNÍ NA ZÁMKU RAČICE



Zámek Račice
RAČICE - PÍSTOVICE



Zveme Vás na

Zámek Račice

Račice - Pístovice na Vyškovsku
30 km od Brna

NOVINKA

Nově zrekonstruované Podzámčí od letošní sezony nabízí 11 stylově zařízených apartmánů pro 2-4 osoby, společenskou místnost s krbem a kuchyní. Wellness se saunou, odpočívárnou, ochlazovnou a venkovním vyhříváním bazénem.

Prohlídkové okruhy v provozu celoročně.

- 📍 Pouhých 30 km od Brna a 10 km od Vyškova
- 🍷 Příjemné posezení s občerstvením
- 🍷 Společenský sál Konírna
- 🍷 Výborná řemeslná piva z EFI Pivovaru
- 🍷 Stylové party stan v předzámčí
- 🍷 Unikátní prostředí pro svatby a společenské akce
- 🍷 V Podzámčí venkovní vyhřívání bazén s terasami
- 🍷 Wellness se saunou, odpočívárnou, ochlazovnou



EFI Zámek Račice
člen e-Finance Group

Račice I. Račice - Pístovice
+420 515 555 549, info@zamekracice.cz
www.zamekracice.cz

Jedeme na
Life!

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



BVV
Veletřhy
Brno

čtvrtek 16. listopadu 2023 / č. 214

mojemetro @ denikmetro

metro 



**Dominantou
je obýván z 60. let**

V muzeu **ve Svatce** chystají retro výstavu, která připomene **Vánoce v šedesátkách**. Přístupná bude od **26. do 30. prosince**.

MUZEUM SVATKA

PATRON/KA

Přispějte klukům a holčám z děčáku na patrony a patronky.

Doprovodí je do samostatného života.



www.iPATRON.cz



Sametové akce

Zítra 17. listopadu, tedy v Den boje za svobodu a demokracii a Mezinárodní den studentstva, deník Metro nevychází. Proto jsme už dnes pro vás připravili pozvánky na některé akce, které se v den výročí sametové revoluce konají po celé České republice. Další vydání deníku Metro se vám dostane do rukou opět v pondělí.

STRANA 4

Pohodlí jsme prodali za zdraví

„Polsko je, co se znečištění ovzduší týče, z lékařského pohledu tragédie,“ říká přední plicní specialista Vladimír Koblížek. Ve vyhovujícím prostředí žije jen pět procent evropské populace. Ostatní přijímají do svých plic spíš více než méně škodlivin.

STRANY 6, 7

Voda zdarma

Na některých nádražích v Česku budou mít cestující možnost načerpat si z automatů filtrovanou vodu. Jeden z nich byl včera zprovozněn v Praze na hlavním nádraží. Provozuje jej startup Lokni. Cestující si mohou přes mobilní aplikaci načerpat půl litru vody denně zdarma. Bez aplikace stojí stejné množství šest korun.

STRANA 5

Dávno plus. Čte sám Petr Janda

Legenda české rockové scény, zpěvák, hudebník, skladatel a frontman kapely Olympic načel svou autobiografií. Velký příběh jedné výjimečné hudební kariéry vychází jako audiokniha s názvem Dávno plus. Janda své vyprávění proložil vlastními kytarovými sóly.

STRANA 13

Generál Československa zamíří za české mříže

Hledaného muže chytili Poláci.

„Musíme těm dobytčům ztuhnout tipec“ a „vyneseme je za rypáky a naházíme je do řeky a zbavíme se jich jednou provždy“. To jsou známá slova Tomáše Čermáka, který tak popisoval to, co chce provést české vládě za podporu Ukrajiny během ruské invaze. Čermák, který se na dezinformátorské scéně výrazně zapsal během covidové pandemie, od českých soudů dostal 5,5 roku vězení. K výkonu trestu nenastoupil, Česko proto na něj vydalo mezinárodní zatykač.

Čermák se na svém útěku skrýval v lesích na neznámém místě a natáčel videa, kde s ruskou vlajkou vyzýval k odporu proti vládě. Například Reflex.cz minulý týden napsal, že „disident a jediný

současný politický vězeň v České republice, který není ve vězení, Tomáš Čermák, se chystá osvobodit Československo. Pomoci mu k tomu má armáda, kterou aktuálně formuje v Rusku, odkud v dohledné době chystá invazi do České republiky“.

Včera česká policie oznámila, že byl zadržen polský kolegy. Podle nich měl namířeno do Běloruska. „Ač je

muž v rukou polských policistů, formálně zůstává stále v pátrání a bude tomu tak až do jeho předání zpět do Česka, které díky realizaci evropského zatykačového rozkazu bude možné provést velmi rychle,“ píše policie. „Lepší dárek k mým věrejším narozeninám jsem si ani nemohla přát,“ píše na svém profilu sítě X Barbora Mercury, která dezinformační scé-

nu a její „hrdiny“ dlouhodobě sleduje.

Po internetu koluje řada vtipů na adresu této scény. Ta samotná je rozdělena do několika skupin. Ani v jedné není jednotná. Velmi výrazná je třeba ta, která tvrdí, že Česká republika neexistuje a její policie je součástí korpore. A chce Československo díky Rusku osvobodit.

Prezidentem „Čechosláváků“, na které české zákony neplatí, je „občan v odporu“ Pavel Zítka, který mimo jiné kandidoval ve skutečné volbě na Pražský hrad. Podle médií je zadlužen a v exekuci. Údajně využívá své popularity k tomu, že se lidem pokouší prodávat různé produkty jako neexistující kryptoměny nebo fén, který má z obyčejné vody vyrábět studánkovou vodu. Zítka Čermákovi v boji za „osvobození Československa“ udělil hodnost generála.



Fórek z internetu a realita



STÁTNÍ INTERNETOVÁ BEZPEČNOST A POLICIA.PL

MAP

INZERCE

Proč mít sv. Václava nejen v mysli?

Paměťovky jsou vzácné tisky v podobě bankovky, které rozhodně neslouží jako platidlo v supermarketu. Jsou uměleckým dílem, sběratelským artefaktem. Pořizujeme si je jako vzpomínku či připomínku vzácných osobností či významných událostí. A v neposlední řadě jako investici s potenciálem nárůstu hodnoty. Pro potěchu duše i jako jistotu, kterou třeba jednou předáme potomkům...

Nyní byla vydána paměťovka nová – výjimečná. Může se totiž stát nejen dalším cenným příspěv-



kou ražbu českých zlatých florénů a následně dukátů, zavedenou již okolo roku 1325 českým králem Janem Lucemburským a ikonograficky ukotvenou jeho synem císařem Karlem IV. A co je češtějšího než sv. Václav! Proto byl na svatováclavských dukátech (sporadicky a prakticky tajně ražených i v dobách totality jen pro cizince) vyobrazen právě tento světec. Symbol, fenomén a historická osobnost, která se při zlomových dějinných událostech vždy objeví a český národ sjednotí. Stalo se tak i v novodobých dějinách po I. a II. světové válce, v roce 1968 i v roce 1989.

Není to „jen“ vzácný pamětní tisk, je to naděje!

Společnost ČESKÉ DUKÁTY, která na tradici ražby svatováclavských dukátů již od roku 2016 navazuje, se proto rozhodla při příležitosti významného jubilea připomenout morální sílu odkazu sv. Václava nejen na pamětní medaili, ale především formou paměťovky – vzácné bankovky, svébytného grafického díla –, která je přece jen širším vrstvám dostupnější než medaile z drahých kovů. Aby mohl sv. Václav nabít novou nadějí více zájemců. (Zájemci o zlaté, stříbrné a měděné medaile s portrétem světce si je ostatně mohou také pořídit pouze v sadě s paměťovkou, která v emisi hraje dominantní roli.) Ochrannou moc sv. Václava oživilo nejen mistrovské ztvárnění přední české ilustrátorky a grafičky Evy Haškové, ale také mistra rytce Martina Srba a nejnáročnější hlubotisk ve Státní tiskárně cenin. Na nejkvalitnějším papíře a se všemi ochrannými prvky, které známe z bankovek. Každá z paměťovek je díky tomu prakticky nepředatelným originálem – grafickým unikátem. Stejně jako například klenoty z limitované kolekce šperků... Vzácností, která nám může denně připomínat, že ještě ani zdaleka není nejhůře. Zakoupit ji můžete na stránkách www.ceskedukaty.cz.



kem do pokladnice našeho rodinného stříbra, ale také naší duševní oporou. Není divu, je na ní vyobrazen svatý Václav, po staletí patron naší země a její ochránce v nejtěžších časech. Kdo by neznal slova Svatováclavského chorálu: Nedej zahynouti nám ni budoucím, svatý Václave! Vyjadřují prostou modlitbu, prosbu, se kterou se ke světcům obracíme již od poloviny 12. století. Poslední nadějí věřících i nevěřících ve vyšší moc, duchovní a morální sílu, která v případech, kdy již cítíme, že jsme jako jedinci zcela bezmocní, zasáhne a zabrání nejhoršímu.

Proč se motiv svatého Václava a jeho odkazu objevuje na paměťovce ke 100. výročí ražby svatováclavských dukátů?

Spojitosť je logická. Mladička Československá republika si chtěla v roce 1923 k pátým narozeninám věnovat zlaté obchodní mince. Nejen jako pamětní, které by nahradily zejména německými obyvateli oblíbené dukáty s portrétem Františka Josefa I., ale také sloužící k platbám například při mezinárodních transakcích. Toužila po dukátech, které by byly skutečně české, navazující na historic-

KRÁTCE

Traktor autoškoly visel na kolejích

Provoz na trati mezi Přerovem a Břeclaví asi na dvě a půl hodiny přerušila nehoda

na železničním přejezdu, kde se střetl nákladní vlak s traktorem autoškoly. Podle informací hasičů na sociální síti X se nikdo nezranil. Podle policie měl traktor technickou závadu.

Kopřivnice posílá do aukce vrtačku

Lidé se mohou zúčastnit aukce, kterou spustilo město Kopřivnice. Mohou si kou-

pit například auto, vrtačku nebo sekačku na trávu.

VW za 490 tisíc?

Automobilka Volkswagen nepřijala rozhodnutí o výro-

bě elektromobilu za 20 tisíc eur (přibližně 490 tisíc korun). Šéf koncernu Oliver Blume ale řekl, že společnost by jej mohla začít vyrábět v druhé polovině desetiletí. **ČTK**

V postelích měli šváby a štěnice

Ubytovny bývají pro města problémovými místy. Přemnožení hlodavci, nebezpečný hmyz, hluk, nepořádek. Jablonec nad Nisou provedl kontroly některých ubytoven na svém území. Policisté, hasiči, hygienici, veterináři a místní úředníci odhalili také nedostatky v evidenci ubytovaných nebo požárním zabezpečení. „Rozhodně nezůstane jen u jedné kontroly, i nadále budeme sledovat, zda a jak se zjištěné nedostatky odstraňují. Je to jeden z mnoha kroků, jak zvyšovat bezpečí ve městě,“ doplnil primátor Miloš Vele. Kvalitu, a hlavně hygienické poměry ubytování kontrolovala i Krajská hygienická stanice v Liberci. Majitelé ubytoven už nedostatky napravují. **ČTK**

Další problém pro Redla



Kauza Dozimetr a Redl **MAFRA**


Policie navrhla obžalovat podnikatele Michala Redla v případě údajného úvěrového podvodu při dovozu pohonných hmot. Informaci přinesla Česká televize. Podle kriminalistů se Redl podvodu dopouštěl spolu s podnikatelem Radovanem Krejčířem. Případ se týká nezdaněných dovozů a prodeje pohonných hmot. Podle policie škoda dosahovala půl miliardy korun. Redlovo stíhání bylo kvůli duševní chorobě v roce 2007 přerušeno. Nyní lékařské posudky tvrdí, že Redl není až tak nemocný. Redl čelí obvinění i v korupční kauze Dozimetr, která se týká zakázek v pražském dopravním podniku. Redl byl s Krejčířem v roce 2002 vyšetřován ještě v jedné kauze, údajného tunelování České spořitelny. V tomto případě stíhání definitivně ukončila amnestie prezidenta Václava Klause v lednu 2013. **ČTK**

INZERCE

NEPORAZITELNÉ

~~289,-~~ **-41 %**


169,-



Vánoční kolekce rodinná
352 g, 100 g = 48,02 Kč,
vybrané druhy
▼ 289 Kč (-41%)*

21,90 **-31 %**


14,90



Albert Mozzarella
125 g, 100 g = 11,92 Kč

~~175,-~~ **-42 %**


99,90



Albert Lísková jádra
500 g, 100 g = 19,98 Kč
▼ 99,90 Kč (0%)*

~~44,90~~ **-55 %**

19,90




Banány Premium
1 kg


AKCE 24,90

14,90 **-46 %**

7,90



Fidorka Oplatka
30 g, 100 g = 26,34 Kč,
vybrané druhy
▼ 7,90 Kč (0%)*



*Nejvýhodnější cena na trhu za posledních 30 dní. Akce platí v prodejnách hypermarket Albert od 15. 11. do 21. 11. 2023 nebo do vyprodání zásob v jednotlivých prodejnách. Seznam všech prodejen na www.albert.cz

Koncerty, demonstrace. Česko se chystá na oslavy 17. listopadu

Česko se připravuje na Den boje za svobodu a demokracii. Lze ho oslavit na mnoha místech. Centrem dění bude tradičně Praha. Uskuteční se pietní a hudební akce i protesty.

V různých městech si Češi mohou připomenout události, které změnilý osud Československa. Před 34 lety se odehrály na pražské Národní třídě. V místech, kde studenti 17. listopadu dostávali obuškem. Česko si také připomene události, které se děly o několik let dříve. To nacisté v tehdejších protektorátech, který byl vyhlášen v březnu téhož roku, uzavřeli vysoké školy.

MAP

SAMETOVÁ AKCE

Pražská Národní třída se 17. listopadu promění v korzu pulzující bohatým společenským a kulturním děním již podzím. Návštěvníci se tradičně mohou těšit na bohatý program pro děti i dospělé, do kterého se zapojí řada významných osobností veřejného života.

- Na **Korzu Národní** nebude chybět Sametový brunch, výtvarná tramvaj, Obývák Václava Havla nebo Modlitba pro Martu, kterou doprovodí živě malovaný videomapping. Chystají se také debaty nebo koncerty. Hlavní program začne v 10.45. Více najdete na webu **Metro.cz**.

- **Světlo pro Kryla.** Tak se jmenuje tradiční pietní vzpomínková akce spojená s 34. výročí sametové revoluce a naby-



tím svobody, při které se zapalují svíčky u Expozice Karla Kryla v Kroměříži. Vstup je od 9 do 17 hodin zdarma. Večer 17. listopadu bude věnován oslavě výročí sametové revoluce a vzpomínce na Karla Kryla. V podání jeho příznivců tentokrát ze Slovenska na návštěvníky čeká pásmo nejen Krylo-

vých písní, ale také vlastní tvorba slovenských umělců Igora Cvacha a Ivana Cali Podolského. Karel Kryl se v Kroměříži narodil 12. dubna 1944. Psal vlastní hudbu i texty a stal se hlavním představitelem československého protikomunistického protestsongu v letech 1963 až 1989. Expozice Karla

Kryla sídlí v samém centru Kroměříže, v přízemí domu zvaného Starý pivovar.

- Bude tradičně otevřen i **Památník Vojna v Příbrami**. Návštěvní doba je od 9 do 16 hodin, poslední prohlídka začíná v 15 hodin. Připraven je také tematický doprovodný program. Tématu 17. listopadu 1939 a 1989 na Příbramsku se věnuje inovovaná výstava, kterou mohou návštěvníci Památníku Vojna v Lešetických zhlédnout. Její první část nabízí pohled do méně známé kapitoly našich moderních dějin a přiblíží likvidaci Vysoké školy báňské 17. listopadu 1939 nacistickými okupanty a odvětení 16 jejich studentů do KT Sachsenhausen. Druhá část výstavy pojednává o událostech po 17. 11. 1989 v Příbrami.

INZERCE

Manažer neživotního pojištění České podnikatelské pojišťovny Michal Šimon

Asistenční služby majetkového pojištění zajistí nejen instalatéra a elektrikáře

Na co je třeba dbát, aby měli lidé svůj majetek dobře pojištěn?

Abychom mohli hovořit o kvalitním pojištění, musí být splněno vždy několik věcí. Jednak musí pojistná smlouva pamatovat na všechna důležitá pojistná nebezpečí a současně musí být sjednány dostatečné pojistné částky. ČPP nabízí pojistný produkt Domex+, který umožňuje sjednat pojištění nemovitosti, domácnosti a odpovědnosti za škodu na jedné smlouvě. Jde o maximálně přehledné a jednoduché přehledné a jednoduché majetkové pojištění. S tímto pojištěním se lidem nemůže stát, že by ve své pojistné smlouvě zapomněli na nějaké pojistné nebezpečí. Dalším parametrem kvalitního majetkového pojištění jsou také asistenční služby, které fungují 24/7.

V jakých případech lidé využívají asistenční služby?

Obecně lze říci, že lidé mnohdy ani nevědí, na co všechno se dá pomoc pojišťovny

v rámci asistenčních služeb majetkového pojištění využít. Smyslem asistenčních služeb je poskytnout klientům pomoc při nouzové situaci. My kryjeme záda klientům v celé řadě situací, například i pokud vám nefungují garážová vrata nebo se rozbije myčka. V takovém případě vám zapůjčíme i náhradní spotřebič a zajistíme servis, a to v řádu hodin. Jsme schopni sehnat pro klienty elektrikáře, zámečníka, topenáře, sklenáře i instalatéra.

Jaké netradiční problémy dokáží asistenční služby vyřešit?

Naše asistenční služby vám dokonce pomohou i s likvidací vosích hnízd nebo s poruchou fotovoltaické elektrárny. Samozřejmě záleží, jaké asistenční služby máte sjednané. U Domácí asistence, která je automaticky zahrnuta v majetkovém pojištění, máme limit 7 tisíc na asistenční zásah a klient může čerpat dva zásahy v roce.



U Domácí asistence plus je to dokonce 15 tisíc korun a klient může čerpat zásahy celkem tři ročně.

Kdy volat asistenční služby?

Když se cokoliv stane, doporučujeme lidem volat na linku asistenční služby, která se

vším poradí. Doporučujeme také volat ještě předtím, než si lidé sami zajistí pomoc. Pojišťovny, respektive poskytovatelé asistenčních služeb, mají smluvené partnery, kteří jsou k dispozici. Asistenční služby jsou opravdu dobrou vychtávka, protože najít

v dnešní době rychle kvalitního řemeslníka není vůbec jednoduché. Nemusíte nikoho shánět, stačí zavolat asistenční službu a ta všechno zařídí.

Jaké další novinky nabízáte v produktu DOMEX+ nabízáte?

Naše produkty neustále inovujeme, takže pro podzimní kampaň jsme si připravili hned několik novinek. V pojištění staveb je limit nově až do výše 50 milionů korun a přibyla také nová pojistná nebezpečí, a to havárie rozvodů nebo ztráta nájemného. V pojištění domácnosti čeká na klienty rozšířená územní platnost – u kočárků, zdravotních pomůcek nebo věcí v uzamčeném automobilu se pojištění nově vztahuje na celé geografické území Evropy. V pojištění odpovědnosti přibyla pojištění odpovědnosti nájemce věci nemovitě a nové limity pojistného jsou ve výši 30, 40 a 50 milionů korun.

Novinka. Voda zdarma na nádražích

Do boje proti plastům se zapojí i některá vlaková nádraží. Správa železnic včera představila první automat na filtrovanou vodu do vlastní lahve. První z dvanácti filtračních stanic je na hlavním nádraží v Praze. Díky projektu vzniknou v nejbližších týdnech další automaty například v Hradci Králově, Plzni nebo v Děčíně.

Možnosti, jak si vodu načepovat, jsou oficiálně dvě. Je k nim potřeba buď aplikace v mobilu, nebo platební karta. Existuje však nemalá část populace, která kartu ani chytrý telefon nemá. Například senioři. Ti mohou s malou pomocí systém obejít. Automat totiž vodu zdarma vydává po naskenování QR kódu. Možností tedy je udělat snímek obrazovky a QR kód vytisknout.

Automaty na filtrovanou vodu provozuje startup Lokni. Cestující si mohou přes aplikaci denně načepovat půl litru zdarma díky tarifu Nádraží. Alternativou jsou například také placené měsíční nebo roční tarify, kdy si uživatel může načepovat i větší množství vody. Možností je také zmiňovaný jednorázový nákup vody platební kartou. V nabídce je neperlivá i perlivá voda za šest korun za půllitr. Litr a půl zase vyjde na 10 korun. Speciální tarify

mají ještě studenti. Ti si mohou zdarma načepovat denně až tři litry. Právě na vysokých školách síť stanic Lokni již nějakou dobu funguje. „Naši aplikaci už využívá zhruba 75 tisíc studentů,“ vy-

počítává Martin Václavík, zakladatel startupu Lokni. „V Česku máme kvalitní vodu z vodovodu, ale ve starých nebo rozsáhlých objektech, jako jsou školy či nádraží, se její senzoričké vlastnos-

ti mohou vlivem materiálu potrubí či stagnace zhoršovat. Lidé pak často preferují předraženou balenou vodu,“ říká Václavík. Ten také připomíná, že běžná pítka mohou být zneužívána nebo mohou

některé cestující z hygienických důvodů odrazovat.

Cílem projektu je motivovat cestující ke snižování množství odpadu a nabídnout jim alternativu balené nebo kohoutkové vody. **MAH**

INZERCE

Pá-Ne

super prodloužený víkend

OD 17. 11. DO 19. 11.



OPAVIA TATRANKY
Oplatka různé druhy
47 g
(=100 g 18,94)

VŽDY LEVNĚ
pouze **8,90**



VITANA
Instantní polévka
Do hrnečku různé druhy
15 g-27 g

VŽDY LEVNĚ
pouze **12,90**



MAGNUM
WHITE CHOCOLATE

MAGNUM
ALMOND MIGNOLE
MRAŽENÉ POTRAVINY

ALGIDA
Magnum nanuk různé druhy
85 ml-120 ml

VŽDY LEVNĚ
pouze **29,90**



KORUNNÍ
Minerální voda přírodní jemně perlivá/neperlivá
1,5 l PET láhev
(=1 l 7,27)

VŽDY LEVNĚ
pouze **10,90**



HARMONY
Papírové kapesníky
Gentlemen's/Ladies
10x10, 3vrstvé
1 balení

VŽDY LEVNĚ
pouze **29,90**



VÍKENDOVÝ KUPÓN NA SLEUV V APLIKACI

MARGARÍNY

+ Aktivovat za 10 bodů



V obchodě půllitr balené vody seženete i za 20 korun. **METRO**

PETICE

Pitná voda na nádražích musí být dostupná všem, s tímto požadavkem přišla Strana zelených.

- Zhruba před měsícem vznikla v rámci iniciativy také petice. Tu včera zástupci strany předali Správě železnic.
- Zelení v prohlášení upozorňují, že v zahraničí si lze vodu natočit také bez aplikace. Za příklad dávají Nizozemsko, Švýcarsko nebo Británii. **MAH**

Běžná otevírací doba: pondělí – neděle: 7.00 – 22.00 hodin

Mladá Boleslav, Písek: 6.00 – 22.00 hodin, Pardubice: 6.00 – 21.00 hodin

Akceptujeme tyto platební prostředky:



VŽDY LEVNĚ = zboží nabízené v našem letáku za výhodnou cenu opakovaně nebo mimořádně do vyprodání zásob. Prodej jen v množství obvyklém pro domácnost. Všechna foto jsou pouze ilustrace. Nabídka zboží se může lišit velikostí prodejny. Za tiskové chyby neručíme. Kompletní nabídka také na www.kaufland.cz

* KC – měrná cena platná s Kaufland Card, A – měrná cena platná pro akci.



Moje první volba

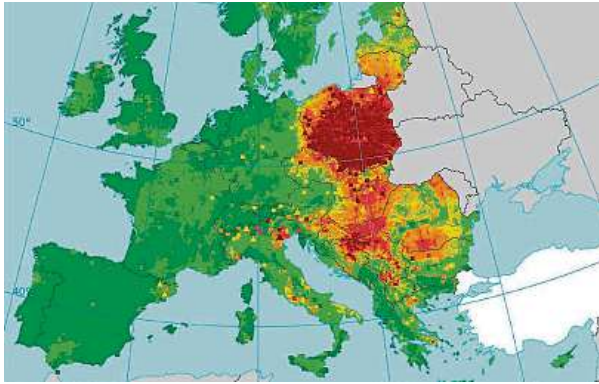
VYBERTE SI. POLSKÉ CENY,

Pohodlí jsme prodali za zdraví. Lidé, kteří ještě před pár lety chodili nakupovat, si teď všechno nechají vozit domů. Provoz zatěžuje města a ničí i jejich ovzduší.

Jen pět procent evropské populace žije v jakžtakž vyhovujícím prostředí. Všichni ostatní, v malých i velkých městech, přijímají do svých plic spíše více než méně škodlivin. Od ozonu přes benzeny až po prach v rozměrech nanočástic.

Když běhat, tak na Silvestra před půlnocí

Kdy si jít v Praze zaběhat a nedýchat přitom nejrůznější „sajrajt“? Přední český plicní specialista Vladimír Koblížek, přednosta Plicní kliniky Fakultní nemocnice Hradec Králové, má jasno. „Podívejte



Koncentrace vysoce karcinogenního benzo(a)pyrenu. Ten vzniká při nedokonalém spalování. I při grilování či kouření tabáku. 2x ČHMÚ

se na emisní mapu hlavního města v průběhu roku, kde jsou jak exhalace, tak polévatý prach, a vyjde vám, že je to na Silvestra mezi 21. a 23. hodinou,“ konstatuje šéf plicní kliniky. To je prý nálož škodlivin nejmenší, než se lidé vyhnou do ulic a do vzduchu začnou lézat rachejtle se vši náložemi emisí.

Vedle všech dalších látek je pro pobyt v zabydlených aglomeracích jedním z největších

nebezpečí právě polévatý prach. „Do pěti mikrogramů na metr krychlový můžeme hovořit o tom, že to není škodlivé, ale jak dokazují měření, koncentrace se pohybují třeba v Praze na ročním průměru 15 miligramů. V některých místech hlavního města ale překračují limity mnohonásobně,“ konstatuje plicník Koblížek.

Není-li na tom Praha různově, pak severní Morava v ob-

Pole roční průměrné koncentrace benzo(a)pyrenu, 2022



Benzo(a)pyren v Česku. Severní Morava a průmyslovější sever Česka jsou na tom hůř než „zemědělský“ jih.

lasti Slezské pánve, která tvoří jeden region i s Polskem, je na tom podstatně hůř.

Polská tragédie

Průmyslová aglomerace s hutěmi, tepelnými elektrárnami, povrchovými doly a silnou dopravou ničí plíce na obou stranách hranice. Zatímco české pomezí tvoří svým znečištěním jen relativně malou část rozlohy Česka, barvy škodlivin na polské mapě do-

slova září téměř po celém území našich sousedů. „Polsko je v tomto směru tragédie,“ uzavírá debaty o znečištění Vladimír Koblížek. Že k šíření třeba polévatého prachu přispívají kvůli nižším cenám v Polsku i čeští nakupující, asi jen tak někoho netrápí.

Měření ukazují, že celá střední Evropa je v porovnání se zbytkem kontinentu, hlavně tím severním a západním, pro plíce téměř nevyhovující.

INZERCE

VRACÍME VĚCI DO POŘÁDKU

NONSTOP ASISTENCE PLUS
k pojištění majetku

Nově s limitem až **15 000 Kč**
na jednu asistovanou událost

CO KDYŽ BUDU JAKO TÁTA?

Děti se učí od vás.
Zastavte kolotoč násilí!

www.kolotocnasili.cz

ANEBO POLSKÉ OVZDUŠÍ?

Emancipace a strach pacientů z diagnózy

Nejen poléťavý prach však ničí naše plicní sklípky. Lékaři specializující se na nemoci plic by teoreticky měli protestovat proti rovnosti pohlaví. Protože i kvůli tomu, že se ženy staví naroveň mužům, v právech i povinnostech, přibývá jim práce.

„Když se podíváme na křivku výskytu rakoviny plic od roku 1990, vidíme tam zcela jasný vzestup zhoubných nádorů plic u žen,“ konstatuje Martina Koziar Vašáková, předsedkyně České pneumologické a ftezeologické společnosti a současně přednostka Pneumologické kliniky 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy a Fakultní Thomayerovy nemocnice v Praze.

U mužské části populace se výskyt rakoviny plic zvýšil za posledních přibližně třicet let o necelých devatenáct procent. „U žen to ale narostlo o takřka sedmdesát šest procent. Je to odložený efekt emancipace v oblasti kouření,“ říká Koziar Vašáková.



Dálnice pod okny. Život v blízkosti rušné komunikace ohrožuje v Česku kvůli vyššímu riziku rakoviny prsu asi 57 tisíc žen. MAFRA

Jak vyplývá z dokumentace českých plicních lékařů, tři čtvrtiny jejich pacientů jsou kuřáci. „Pokud zachytíme nádor na plicích v prvním stadiu, je vysoká pravděpodobnost, že se ho podaří vyléčit. Ve stadiu dvě až čtyři je to ale už fatální,“ říká plicní lékařka Ivana Čierná Peterová. Problém je v tom, že pacienti se obvykle dostávají ke specialistovi, když už je pozdě. „Přitom praktičtí lékaři doporu-

čují kuřákům, aby absolvovali screening plic, který běží momentálně už rok a bude ještě několik let pokračovat. Více než padesát procent oslovených kuřáků ale na screening nedorazí,“ uvádí Čierná Peterová. Důvod? Pravděpodobně strach, že jim plicář sdělí nepříjemnou diagnózu.

Žijete u dálnice? Zpozorněte
Ostražitější by v případě plic měli být nejen kuřáci, ale i ti,

PLICNÍ REVIZE

24

Čtyřicetý listopad je vyhlášen jako Světový den CHOPN (chronická obstrukční plicní nemoc) aneb Zdravé plicce pro život. V Praze, v Brně a v Olomouci budou mít lidé 22. a 23. listopadu možnost nechat si plicce vyšetřit. PH

NAKOUŘÍ SI NÁDOR

Riziko rakoviny plic hrozí lidem, kteří kouří denně dvacet cigaret.

- Statisticky se kuřák prokouří k nemocným plicím za třicet až čtyřicet let.
- Rizikovou hranicí je proto věk kolem sedmdesáti let.
- Nejčastějšími nádory u kuřáků jsou v hrtnu a v plicích. PH

kteří žijí v blízkosti dálnic a rušných dopravních tepen. Například u žen se zvyšuje riziko rakoviny prsu. „Zpozornět by měli všichni, kteří žijí v kratší vzdálenosti než padesát metrů od dálnice,“ varuje plicní lékař Vladimír Koblížek. Podle údajů České lékařské společnosti Jana Evangelisty Purkyně žije v současnosti v této rizikové zóně v Česku přibližně 57 tisíc žen.

Plicní specialisté varují před nejrůznějšími náhražkami klasických cigaret. „Lidé si dávají elektronické cigarety jako dárky k Vánocům, z inhalace náhražek tabáku se stává norma,“ říká Koziar Vašáková. Nedostávají do sebe sice spaliny jako u klasických cigaret, ale inhalují ve velkých dávkách nikotin, který se řadí k toxickým látkám, a přibývají nemoci spojené s jeho inhalací. PAVEL HRABICA

INZERCE

SKODA
E-Shop

Navrstvěte svou zimní výbavu

Škoda Originální příslušenství se slevou až 30 %
Vybrané příslušenství od alu kol, přes sněhové řetězy až po dárkové předměty koupíte za zvýhodněné ceny až do 30. listopadu 2023, nebo do vyprodání zásob. Více na eshop.skoda-auto.cz

Tabák přináší miliardy korun

Na spotřební dani z tabákových výrobků se tento rok vybere 52,5 miliardy korun.

Suma přesahující 52 miliard korun, jež se letos vybere na spotřební dani z tabákových výrobků, je zhruba stejná jako v letech 2015–2016.

V rozpočtu na letošní rok stát plánoval, že mu kuřáci zaplatí 65,2 miliardy korun.

Výběr 52,5 miliardy korun vyplývá ze statistiky odběru tabákových nálepek, kterou

každý měsíc zveřejňuje Celní správa ČR. Statistika ukazuje, že tabákové firmy zaplatí do konce roku za odebrané doly ještě téměř sedm miliard korun. Prozatím rozpočet na spotřební dani z tabáku vybral 45,5 miliardy korun.

Dle ministerstva financí pokles inkasa způsobila změna preferencí kuřáků, kteří častěji namísto cigaret sahají k méně zdaněnému nahřívánému tabáku nebo k elektronickým cigaretám či k nikotinovým sáčkům. Z nich jejich uživatelé spotřební daň letos neplatí žádnou.

A právě to se má od února příštího roku změnit. Součas-

tí konsolidačního balíčku, který už schválila Sněmovna i Senát, je právě i rozšíření spotřební daně na všechny spotřební výrobky, jež obsahují nikotin. Ministerstvo navíc včas zachytilo i nástup nových nahřívávaných výrobků, ve kterých je místo tabáku například čaj nebo jiný základ napuštěný nikotinem, a i ty budou od Nového roku podléhat spotřební dani z nikotinu.

Pro příští rok tak ministerstvo financí plánuje získat z nikotinu 61,7 miliardy korun, skoro o deset miliard víc, než kolik kuřáci zaplatí letos.

Šefkuchař Kašpárek: Na Maggi nedám dopustit



Historik: Válčen a špionáž husitů

TÉMA

VAROVÁNÍ PROF. PAVLA KOLÁŘE:



- Ztrácíme intuici
- Ničíme staré vzorce sociálního chování
- O hledání příčin nemoc a cestě proti času

Naslouchejme tělu

Tlumočník řeči těla

Naše tělo si lze představit jako složitý hodinářský stroj, v němž vše souvisí se vším. Stačí posunout jedno ozubené kolečko a celý systém se přenastaví. A i když člověka někde bolí, ložisko problému může být někde úplně jinde v těle nebo také v psychice. Právě ve schopnosti nalézt prapříčiny bolesti je prof. PaedDr. Pavel Kolář, Ph.D., fenomenální. „Bolest má často i sociální kontext. Někdy je z ní nutné vyčíst i pacientův životní příběh, jeho sociální pozadí a vše ostatní, co může hrát roli při jeho onemocnění,“ tvrdí přednosta Kliniky rehabilitace a tělovýchovného lékařství 2. LF UK a FN Motol, který aktuálně vydal svou první beletristickou knihu. Proč se profesor Kolář vydal do úplně nového, nevyzpytatelného oboru? Čtete v novém vydání týdeníku Téma.

MET

KRÁTCE

Hrozba pro Asada

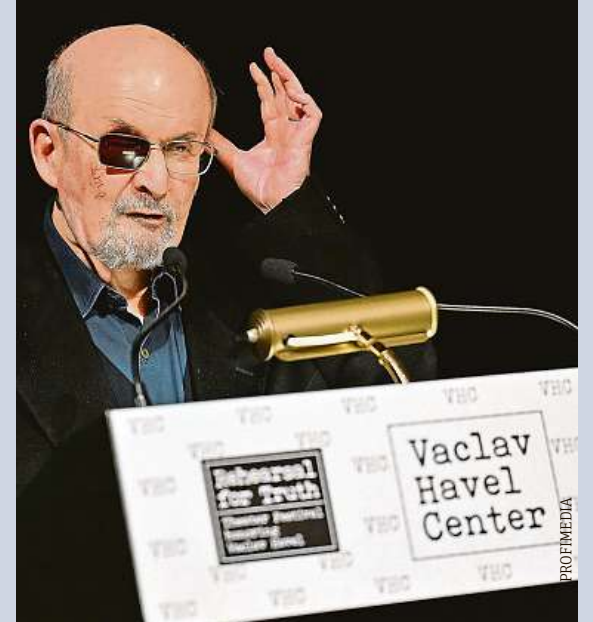
Francouzská justice vydala mezinárodní zatykač na syrského prezidenta Bašára Asada kvůli použití chemických zbraní v Sýrii v roce 2013. Zatykač se vztahuje také na Asadova bratra Máhira a dva jeho generály.

Pikantní rekord

O nový zápis do Guinnessovy knihy rekordů se postarala Nigerijka Helen Williamsová, autorka nejdelší ručně vyrobené paruky na světě, která měří 351,28 metru. Williamsová se výrobě paruk věnuje profesionálně osm let a zhotovení nejdelší paruky na světě jí trvalo 11 dní a vyšlo na 2493 dolarů, bezmála 60 tisíc korun.

Nemusí nazpět

Britský Nejvyšší soud rozhodl, že vládní plán deportací žadatelů o azyl do Rwandy není v souladu se zákonem. Rozsudek je porážkou pro konzervativní kabinet premiéra Rishiho Sunaka, jenž deportace prosazoval ve snaze snížit počet migrantů, kteří do Británie nelegálně připlouvají přes Lamanšský průliv. ČTK



Havlův „narušitel klidu“

Britsko-indický spisovatel Salman Rushdie v New Yorku obdržel cenu Nadace Knihovny Václava Havla nazvanou Disturbing the Peace (narušování klidu). Spisovatelova přítomnost na ceremonii byla známá až několik minut předtím, než vstal ze židle, aby ocenění přijal. Nadace cenu každoročně uděluje spisovatelům či spisovatelce, kteří „čelili nespravedlivé perzekuci pro své přesvědčení“ a sdílejí Havlovo odhodlání zasazovat se za lidská práva. Rushdie se loni v srpnu v New Yorku na literárním festivalu stal obětí útoku nožem a od té doby se držel spíše v ústraní. „Omlouvám se, že jsem tajemným hostem. Vůbec se necítím tajemně. Ale trochu mi to zjednodušilo život,“ poznamenal Rushdie, když cenu přebíral z rukou kolegy spisovatele Azara Nafisiho. Mezi laureáty Disturbing the Peace minulých let patří ukrajinský spisovatel, scenárista, novinář a předseda ukrajinského PEN klubu Andrej Kurkov, autor například románu Tučňák a smrt z roku 1996, uznávaný kubánský autor povídek Ángel Santiesteban Prats nebo turecká novinářka a spisovatelka žijící v exilu v Německu Asli Erdoganová. ČTK

INZERCE

PADAJÍ VÁM VLASY?

V poslední době se naši čtenáři stále častěji dotazují na přípravek, který by podle velkého ohlasu měl pomoci lidem trpícím vypadáváním a ztrátou vlasů. Většina čtenářů se ptá, zda vlasová kosmetika THERMAL je opravdu tak kvalitní, jak slyšeli. Chtějí se ubezpečit, zda za své peníze (ne zrovna malé) dostanou kvalitní zboží, které by mohlo vyřešit jejich problém.

Jelikož se nemůžu vyjádřit z vlastní zkušenosti (mé kadeře jsou zatím velmi husté), mohla bych ocitovat pouze z některých dopisů, které se hromadí a jsou vesměs kladné.

Tak např. paní L.K. z Prahy:

Po dlouhém rozmyšlení jsem si objednala vlasovou kosmetiku THERMAL. Měla jsem neuvěřitelné problémy s vypadáváním vlasů. Po každé koupeli zůstávaly ve vaně chuchvalce mých dlouhých vlasů. Tyto přípravky používám 4 měsíce a mé problémy

zcela zmizely. Můžu všem vřele doporučit.

Nebo nám píše pan Karel z Brna: Děkuji vám, že jsem se od vás dozvěděl kontaktní adresu firmy, která prodává vynikající preparáty THERMAL na obnovu růstu vlasů. Pomalu jsem se smířil s tím, že snad budu úplně bez vlasů. Padaly mi a začaly se tvořit kouty. S touto vlasovou kúrou jsem velmi spokojen, vlasy mi zhoustly a mé sebevědomí tím vzrostlo.

Jsmo rádi, že nám píšete o svých zkušenostech a doplňujeme, že vlasová kosmetika THERMAL se skládá z TH krému (330 Kč) a TH šamponu (330 Kč). Celá kúra – 2 ks TH krému a 1 ks TH šamponu – celkem 990 Kč. THERMAL si můžete zakoupit nebo objednat u firmy SENS, Komenského 606, 697 01 Kyjov, tel.: 518 615 091, www.thermal-sens.cz.

Připravila D.P. P



Účinek léčebné procedury
potvrdilo Zdravotní centrum
MedicReporters
 MedicReporters

Zavolejte na telefonní číslo **359 409 862** a získejte **100% uhrazené částky za léčbu, která odstraní bolesti a otoky kloubů během 8 minut**

Toto je jediná příležitost, jak získat ZDARMA inovativní přípravek, který působí na 43 různých onemocnění!

DOBŘÝ DEN,

jmenuji se Jiří Dvořák. Jsem odborník v oblastech revmatologie a ortopedie. Již 32 let provozuji ordinaci, ve které jsem pomohl tisícům lidí v boji proti artritidě. Vystudoval jsem v České republice a v Londýně, absolvoval jsem desítky kurzů a léta jsem spoluvytvářel a vyhodnocoval specifika, která mají lidem pomoci odstranit kloubní potíže. Souhlasil jsem s napsáním tohoto dopisu, abych vás informoval o nejnovějším speciálním přípravku, který je sice na trhu teprve 3 měsíce, ale už se mu podařilo způsobit revoluci v léčbě artritidy..

MÁTE UŽ DOST ODBORNÍKŮ A PŘÍPRAVKŮ, KTERÉ VÁM NEDOKÁŽOU POMOCI?

Uvědomuji si, že pokud jde o podporu léčby degenerativních onemocnění, je situace v České republice dramatická. Podle dat nemá 85% obcí snadný a rychlý přístup k odborníkům. Lékární neobjednávají moderní přípravky na podporu funkce kloubů, protože je nikdo nepožaduje. Uvědomujete si, že televizní reklamy ve skutečnosti propagují jeden a tentýž přípravek na klouby, jen pod různými názvy? Stačí se podívat na jejich složení! Jediné, na čem reklamním agentům záleží, je, aby se vám v hlavě usadil název konkrétního přípravku a vy jste si ho šla jako poslušná ovečka do lékárny nebo obchodu koupit. Koupit přípravek, který vám vůbec nepomůže. Není to jen váš problém, každý je ovládnán podobným způsobem. Proto chci dnes říci DOST. Dost bylo lži a zneužívání nevinných lidí. Dovoďte mi, abych vám nabídl účinné řešení, kterému pevně věřím.

I VY MŮŽETE ZVRÁTIT POŠKOZENÍ KLOUBŮ Z 97%

Jsem hrdý na to, že vám mohu nabídnout inovativní metodu, která byla doposud dostupná jen malé skupině lidí. Díky technologickému pokroku a nejnovějším objevům v oblasti přírodní medicíny se může váš život změnit k lepšímu. Tento inovativní speciální přípravek již pomohl mnoha lidem získat zpět plnou pohyblivost, zbavit je bolesti a otoků kloubů i ranní ztuhlosti. Jedná se o revoluční léčbu, jejímž cílem je dát každému v naší zemi šanci vrátit se do plné kondice a vyhnout se invaliditě ve stáří.

JEDEN SPECIÁLNÍ PŘÍPRAVEK JE PŘÍLEŽITOSTÍ PRO MILIONY LIDÍ

Úžasné výsledky, o kterých se dočtete níže, jsou možné díky inovativnímu švédskému přípravku na regeneraci kloubů, který vyvinul profesor Christopher Karlsson z Göteborg Arthritis Institute. Zde je úryvek z jeho prohlášení:

Dámy a pánové, s velkým potěšením vám představuji ocenění 7 let práce mého týmu. Výsledky našich testů nezvratně dokazují, že vhodně syntetizované účinné látky, které jsme získali z rostlin, jsou schopny aktivovat jednotlivé prvky pohybového aparátu k intenzivní autoregeneraci [...]. Studie provedená na kontrolní skupině 5 000 mužů a žen ve věku od 35 do 85 let ukázala, že již po necelém týdnu užívání našeho přípravku se zvýšila kloubní synoviální sekrece v průměru o 46% a produkce kolagenu se zdvojnásobila. [...] Tento přípravek dokáže především zcela odstranit bolesti zad, otoky a necitlivost končetin, praskání kloubů a pomáhá regenerovat kloubní chrupavky. Jedná se o bezprecedentní úroveň léčby kloubních onemocnění.

GÖTEBORG
ARTHRITIS INSTITUTE



POKUD CHCETE:

- Zbavit se bolesti zad, kolien, ramen a kyčlí během 8 minut
- Odstranit otoky a mravenčení kloubů, zmírnit svalovou ztuhlost
- Překonat necitlivost končetin a dvojnásobně zvýšit produkci kolagenu v těle
- Zlepšit pružnost kloubů
- Zvýšit produkci kloubního mazu o 46% během 7 dnů.
- Podpořit eliminaci záchvatů artritidy, artrózy a ischiasu
- Zmírnit revmatické a artritické bolesti
- Urychlit zotavení po úrazech, pohmožděninách a poraněních.
- Obnovit plnou pohyblivost nohou a rukou
- Zbavit se pálení a zánětů kloubů
- Eliminovat praskání v kolenou a loktech při ohýbání.
- Obnovit pohybový aparát z 97%.
- Získat zpět radost z každého kroku

... zavolejte a vyzkoušejte tuto průlomovou metodu zcela zdarma a vylepšete své pohodlí od 1. dne.

STOJÍ PŘED VÁMI ŽIVOT BEZ BOLESTÍ A OMEZENÍ POHYBU

Vědci, odborníci i uživatelé, kteří již měli možnost inovativní metodu vyzkoušet, potvrzují, že nový přípravek představuje naprostý průlom v regeneraci poškozených kostních buněk a kloubů. Pomůže vám překonat bolesti kloubů, svalů a posílí celý pohybový aparát během 8 minut. Pocítíte, jak se vaším

nohám vrací dřívější lehkost, přestane vás náhle píchat v zádech a díky tomu získáte zpět svou plnou kondici. Zvedněte telefon a zavolejte - nic neztratíte a můžete mnoho získat. Je to jediný způsob, jak získat tento skvělý přípravek, protože jej nekoupíte v žádném obchodě ani lékárně. Rozhoduje pravidlo „kdo dřív přijde, ten dřív mele,“ tak si pospěšte. Hodně štěstí!

*Důvěřujte mým znalostem
a zkušenostem, jsem přesvědčen, že
tento přípravek změní váš život.*

Jiří Dvořák
odborník v oblastech
reumatologie a ortopedie

Jak je možné, že si výrobce inovativního přípravku může dovolit rozdat 100 balení zcela zdarma?

Je to snadné. Místo toho, aby výrobce utrácel miliony za reklamy v televizi a rádiu, dává vám možnost produkt zdarma vyzkoušet. Na vlastní kůži se tak můžete přesvědčit o jeho fantastických účincích a neutrátejte za něj ani korunu!

Zavolejte a získejte 1 balení revolučního přípravku na klouby za 0 Kč.

**Tato nabídka platí do 02.12.2023
a nebude se již nikdy opakovat.**

359 409 862

Po-Pá 08:00-20:00, So 8:00-20:00.
Běžný místní hovor bez dalších poplatků.

KULTURA



Pro milovníky saunování

Do Aquapalace Praha opět zavítá Sauna Herbal Cup. Festival proběhne v Čestlicích od 23. do 26. listopadu. Účastníci se mohou těšit na netradiční saunové ceremoniály. Na akci se chystá hned 24 špičkových saunérů, kteří předvedou svá originální vystoupení. Závěrem si během festivalu mohou zároveň dopřát oblíbené metličkování, vyzkoušet nápadité peelings a chybět nebudou ani silné přírodní výluhy, voňavé čaje a koření. K dispozici budou dále třeba kouřové rituály, muzikorelaxace a zajímavé workshopy. Bohatý doprovodný program přinese pohled na tradiční a netradiční přístupy v saunování, žhavé novinky a trendy. Více informací najdete na webu www.aquapalace.cz.

MET

Zapomenuté fotografie

Projekce připomene zlomové události.

Pouze od zítřka do neděle bude v pražském Centru architektury a městského plánování k vidění unikátní projekce s názvem Přidušené město 68–89. Závěrem zde mohou zhlédnout zapomenuté snímky Karla Bucháčka a Miroslava Hlaváčka, z nichž většina byla vytvořena mezi dvěma společensky zlomovými událostmi. Fotografie zachycují každodenní život v ulicích Prahy, oslavy, demonstrace i sametovou revoluci. Projekce je vytvořena k příležitosti oslav dne za svobodu a demokracii na základě stejnojmenné knihy fotografa a historika Tomáše Pospěcha.

Autoři nemožili za svého života, v době komunistického Československa, svoji práci představit veřejně. Jejich foto-

grafie, které byly znovuobjeveny v rodinné garáži, zaznamenávají, jaký život ve městě byl. Kniha je rozdělena do šesti tematických celků: 1968–1969, Praha v závorkách, Zraňované město, Nový svět, Narovnání, 1988–1989. Stejně tak je poskládána i téměř patnáctiminutová projekce.

MET



Na Vinohradské ulici v srpnu roku 1968
KAREL BUCHÁČEK

INZERCE

Halóóóóóó,

tady Impulsovi

Milionové zlaté prasátko

Stačí jedna správná věta do telefonu a i Vy můžete „kvičet“ radostí a chrochtat blahem. Na Impulsu teď hrajeme o milionové prasátko plné zlatých mincí.

Přihlaste se na www.impuls.cz a do telefonu se vždy po ránu ohlaste: „Halóóóó, tady Impulsovi!“

 **IMPULS**
Rááááadio

EVROPSKÝ PROGRAM ZDRAVÍ

NÁRODNÍ KOMUNIKACE:

Volejte **569 812 987** a získejte přípravek na podporu žilního oběhu a cév **za 0 Kč**

Pocit studených rukou a nohou zmizí do 24 hodin, a po 4 týdnech se zbavíte křečových žil.

Toto by mohla být nejdůležitější informace, kterou si tento týden přečtete. Zabere vám to 3 minuty

Využijte speciální refundační fond

Bolest, otok a tíha nohou - zde to obvykle začíná. Pak už se to jen zhoršuje: necitlivost končetin, křeče a křečové žíly. Tyto příznaky nesmíte ignorovat! Pečujte o své zdraví dříve, než bude pozdě.

Speciálně pro vás byl vytvořen jedinečný program, díky kterému si můžete ZDARMA vyzvednout přípravek, který zlepšuje celý oběhový systém.

Pokud tedy:

Žijete v České republice
Je vám více než 30 let

Obratě se na specializovanou linku pomoci a získejte balíček, který je pro vás připraven. **Pozor: k rozdání je 1 000 přípravků.** Zásada „kdo dřív přijde, ten dřív mele“. Nemusíte nic podepisovat ani posílat žádné certifikáty.

Pouhý 1 den stačí, abyste se zbavili bolesti a otoků

Nastal okamžik, kdy neinvazivní regenerace oběhového systému dosáhla nové úrovně, a tak máte i vy možnost získat zpět dřívější lehkost svých končetin, překonat křečové žíly, pavoučí žíly, bolesti, otoky a křeče, aniž byste museli podstupovat nebezpečné procedury. Inovativní přípravek je bezkonkurenční jedničkou na evropském trhu, který funguje 6 x účinněji než jiné metody. Během pouhých 24 hodin odstraňuje nepříjemné příznaky, jako je bolest, nepohodlí, pálení, otoky, křeče nebo necitlivost. A během jednoměsíční kúry odstraňuje fialové pavučinky, křečové žíly, hemoroidy a vředy. Výsledkem jsou hladké a světlé nohy bez jakéhokoli kazu.

Je to díky inovativnímu složení specifického přípravku. A v něm až o 370 % silněji koncentrované účinné látky než v levných náhražkách! Brzy se zbavíte bolestivých boláků, které skrýváte pod oblečením. Nepromarněte tuto příležitost - nezapomeňte, že vás to nic nestojí.

HIT pro silné žíly a zdravé srdce NYNÍ V ČESKU

Za vznikem tohoto revolučního vzorce stojí **profesor Oliver Miller**, americký vědec, který za svůj objev získal řadu ocenění a cen. Přípravek, který vyvinul, podporuje od prvního dne funkci žilních chlopní, které jsou zodpovědné za správný krevní oběh, a navíc zvyšuje pružnost cév a utěšňuje žíly. Zde je to, co o svém přípravku říká jeho tvůrce:

Hlavním rozdílem mezi mým specifickým přípravkem a jinými prostředky je to, že proniká hluboko do kapilár, zlepšuje průtok krve a zpružňuje buňky, které vytvářejí oběhový systém. V důsledku toho mohou žilní chlopně pracovat efektivněji. Proto až 98/100 osob zaznamenaná již v 1. týdnu léčby snížení bolesti, odstranění tvrdých podkožních ztlustěnin, otoků a namodralého zbarvení a především zmenšení pavoučích a křečových žil.

prof. Oliver Miller

Již příští týden můžete znovu získat „lehký“ krok

Více než 2 830 400 žen a mužů z celého světa si již zamilovalo vzorec profesora Millera pro jeho mimořádně rychlý a účinný efekt. Nyní je čas pro vás! Zlepšete i vy průtok krve ve svých žilách, zlepšíte funkci svého srdce, upravíte svůj krevní tlak a bolesti a křeče se stanou pouhou vzpomínkou. Neztrácejte už svůj život nemocemi, nepohodlím a komplexy. Již za několik dní se můžete zbavit bolestivých otoků, nevzhledných boláků a dušnosti. Volba je na vás.

Doporučuje ho již každý třetí odborník!

Profesionální přípravek na křečové žíly nedostanete v žádném obchodě ani lékárně. Můžete ho získat pouze prostřednictvím speciální infolinky. Neváhejte a zavolejte a získejte měsíční zásobu přípravku již od 0 Kč. Čím dříve tak učiníte, tím větší je šance, že to stihnete, než dojdou zásoby ZDARMA.

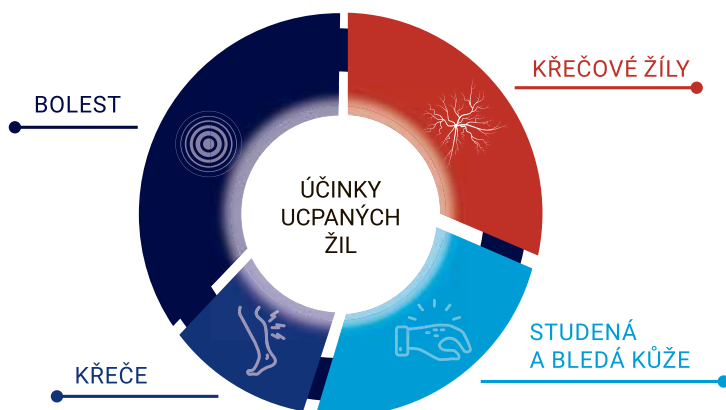
Rozdáváme zdarma 1 000 balení produktu, který vám pomůže porazit křečové žíly a podpoří váš kardiovaskulární systém.

Volat: 296 330 787

Po-Pá 08:00-20:00, So 08:00-20:00. Běžné místní hovory bez příplatku.

Prvních 1000 lidí, kteří se ozvou do 02.12.2023, OBDRŽÍ OD VÝROBCE 100% NÁHRADU.

Podmínky: 1 osoba si může vyzvednout 1 balení přípravku



Účinky, které můžete očekávat po 24 hodinách:

- ✓ Odstranění pocitu „těžkých nohou“
- ✓ Odstranění bolesti a pálení
- ✓ Eliminace otoků
- ✓ Vymizení křečů a necitlivosti končetin
- ✓ Zbavení se dušnosti

Účinky, které můžete očekávat po 4 týdnech:

- ✓ Zpevnění stěn žil a tepen
- ✓ Obnovení normálních žilních chlopní
- ✓ Zbavení se modrých pavoučích žilek
- ✓ Snížení křečových žil a hemoroidů
- ✓ Zlepšení funkce srdce



Neviděné! Country opera

Katastrofální bouře, neposkrvněné početí, vražda, milostný trojúhelník, falešná poprava, narození, invaze vetřelců, únos. To vše nabídně speciální host Národního divadla v rámci vrcholícího festivalu Pražské křižovatky. Jedná se o country operu Burt Turrida: An Opera amerického souboru Nature Theater of Oklahoma. Pořadatelé slibují také jistou porci humoru. Představení newyorských divadelníků bude k vidění dnes a zítra od 18.30 na Nové scéně Národního divadla. **MET**

JESSICA SCHÄFER

Červený trpaslík na Comic-Conu

Fanoušci sci-fi se budou moci na festivalu setkat i s ikonickým Arnoldem Rimmerem.



Chris Barrie ARCHIV COMIC-CON

Praha se na jaře znovu promění v ráj fanoušků komiksů, filmů a seriálů, kostýmů, videoher i společenských her nebo knih a obrazů. Festival Comic-Con Prague se uskuteční od 5. do 7. dubna v pražském O2 universu. Letos oslaví páté výročí a láká na první potvrzené hvězdy.

„Na pátý ročník Comic-Con Prague dorazí Chris Barrie, britský herec, který se nejvíce proslavil ztvárněním role Arnolda Rimmera v seriálu Červený trpaslík. S dalšími hvězdami jednáme a jejich jména budeme zveřejňovat postupně. Dáváme si na seznamu obzvláště záležet, protože pátý ročník, to už je malé jubileum. Věřím, že nás čeká zatím největší český Comic-Con,“ říká Pavel Renčín, marketingový ředitel společnosti Active Radio, která akci pořádá.

Na Comic-Con Prague se také znovu vrátí David Nykl, kanadský herec českého pů-

vodu, nyní známý především jako dr. Radek Zelenka z televizního seriálu Stargate Atlantis. „Z komiksových tvůrců se těšíme na Stjepana Šejiče, legendárního chorvatského spisovatele a výtvarníka komiksů, známého mimo jiné díky práci na seriálech Witchblade, Afrodita IX, Sluneční kámen a Temnota,“ doplňuje Václav Pravda, programový ředitel festivalu.

Pokud jde o Chrise Barrieho alias Arnolda Jidáše Rimmera, jak zní celé jméno tohoto milovníka nařízení, direktiv a také nadgalaktického blba, kromě Červeného trpaslíka jsme ho viděli také v dalších filmech. Hrál třeba v Laře Croft – Tomb Raider. Znalci britských komediálních seriálů ho zaznamenali také v roli francouzského revolucionáře v seriálu Černá zmije. **IDNES.cz**

INZERCE

ZAPŮJČENÍ
KÁVOVARŮ
ZDARMA

KANCELÁŘE - GASTRO

...OD 5 KÁV DENNĚ



SC
SWEETCOFFEE

HLEDÁTE KÁVOVAR
I NA KRÁTKODOBOU AKCI?

KONTAKTUJTE NÁS:
Tel.: +420 739 304 227
Email: info@sweetcoffee.cz

120
1903 2023

ZAŽIJTE NÁVRAT
HOKEJOVÝCH LEGEND

UTRÁNÍ LEGEND SPARTY PROTI VÝBĚRU ČESKOSLOVENSKEHO HOKEJE.

9. PROSINCE, HOLEŠOVICE

VSTUPENKY NA 120LETHCS.CZ/NAV RATLEGEND



Velký příběh Petra Jandy jeho hlasem

Audiokniha je proložena kytarovými sóly.

Legenda české rockové scény, zpěvák, hudebník, skladatel a frontman kapely Olympic načelil osobně svou autobiografií. Velký příběh jedné výjimečné hudební kariéry vychází jako audiokniha s názvem Dávno plus. Petr Janda své vyprávění proložil vlastními kytarovými improvizacemi.

Ačkoli osobu Petra Jandy nelze oddělit od jeho profese, v audioknize odhaluje i své soukromí, posluchači ho tak mohou poznat jako člověka, jenž vzpomíná na dětství, rodiče i svoji vlastní rodinu, na hezké i tragické chvíle, zkrátka na vše, co mu život v průběhu času dal i vzal.

„Rozhodně je to zajímavá zkušenost. Nikdy předtím



Petr Janda SUPRAPHON

jsem nic takového nedělal. Myslel jsem si, že je to brnkačka, ale seděl jsem ve studiu tři dny a namluvil 250 stran textu. Hlasivky držely. Vzpomněl jsem si na to, jak mně, jako chlapečkovi, četla pohádky moje tetička,“ říká sám Janda a dodává: „Kytarové předěly jsem nijak moc nevyvíšlel, zahrál jsem to, co mi prsty na hmatník přinesly. Je to takový předěl mezi kapitolami nebo odstavci.“

VÝROČNÍ KONCERT

60

Tolik let na hudební scéně působí kapela Olympic. Oslavy vyvrcholí koncertem v pražské O2 areně 18. prosince.

Audiokniha Dávno plus vychází na albu i digitálně a její celková stopáž je téměř devět hodin.

Součástí audioknihy je také 25 hitů od Olympicu i ze sólových projektů, které vycházejí též samostatně na digitálním kompilačním albu Dávno plus – Písníčky ze stejnojmenné audioknihy a jsou rovněž k dispozici na všech streamovacích platformách.

MET

KRÁTCE

Oheň a popel

První premiéru jubilejní 30. sezony Divadla Bolka Polívky, inscenaci Oheň a popel v režii Romana Poláka, uvidí diváci v sobotu v Dělnickém domě v Brně-Zidenicích. Martin Huba a Jiří Dvořák se představí ve hře britského dramatika Christophera Hamptona podle novely Sándora Máraie. Komorní příběh o přátelství, stáří a lásky patří k vrcholným

dílům světové literatury 20. století.

Do Rudolfiny

Festival Prague Sounds zakončí v sobotu první vystoupení kapely Bert & Friends v pražském Rudolfinu. Pro sál využívaný především pro koncerty vážné hudby připravila česká formace okolo frontmana Alberta Romanuttiho speciální program nazvaný Klasirdo.

MET

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, palác koruna, Praha 1

Práce - nabídka

• Přejmeme strážné na HPP i brigádu. HPP je vyhrazen pro OZP. Místo výkonu práce: Brno, Moravany, Modřice, Šlapanice, Syrovice nebo Pohořelice. Nepřetržitý provoz, možné pracovat pouze denní směny. Tel.: 735 171 157.

Auto-moto - poptávka

• Sbíráám auta, motorky, traktory, voj. techniku, díly, vraky, technické průkazy, typové osvědčení, vybavení dílen a garáží, vše do r. 1990. T. 734843403

Nemovitosti - poptávka

Vyplatíme Vaše dluhy!

Vy koupíme Vaši nemovitost a nadále můžete v nemovitosti bydlet
737 352 730

Nemovitosti - nabídka

Se spolujednatel není řeč?



774 301 409

Vy koupíme váš podíl za víc, než myslíte. Nepotřebujete souhlas spolujednatelů.

skayocapital.cz

INZERCE

NAŠI MILÍ ČTENÁŘI, PROSÍME, DO KOŠE NEPATŘÍME!

Magnet na prach

Prachovky z pravých pštrosích per prach nevíří, ale díky elektrostatické přitažlivosti jej přitahují.

Poddajné, měkké pštrosí perí je krásně načechrané, obsahuje miliony jemných vláken a díky tomu zachytí i ty nejmenší prachové částice.

Oprašte svůj nábytek, policičky, obrazy či vaše elektronická zařízení. **Budete se divit.**

Prachovky se snadno čistí, stačí venku vytřepat nebo umýt ve vlažné mýdlové vodě.

Prachovky můžete zakoupit v různých velikostech a barvách na stránkách.

shop.pstrosi.com



ŠIROKÝ SORTIMENT DEKORAČNÍHO PERÍ

NAŠI MILÍ ČTENÁŘI, PROSÍME, DO KOŠE NEPATŘÍME!

Děkujeme

našim obchodním partnerům za spolupráci v letošním roce a těšíme se na další, třeba i prostřednictvím naší novinky

→ e-bigmedia.cz



BIG MEDIA

Platba kartou je efektivní také pro drobnější firmy

Výdělek obchodníka, který přijímá karty, stoupá průměrně o dvanáct procent.

Otázka bezhotovostních plateb v menších obchodech opět rezonuje napříč celou republikou. Číslo přitom mluví jasně – obliba placení kartou roste a s ní také průměrný výdělek malých a středních podniků. Zavádění terminálů podporuje i platforma Česko platí kartou, která kromě finančního profitu zdůrazňuje také bezpečnostní a organizační výhody.

Možnost platby kartou za nákup či službu je v současnosti pro většinu Čechů samozřejmostí, přičemž podle průzkumu více než polovina Čechů platí v obchodech pouze kartou. Trend bezhotovostních plateb už se dávno netýká pouze velkoobchodců, naopak jejich obliba stoupá také u malých a středních podniků (SMB), které tvoří 99 procent všech společností v Evropské unii.



Přiložit a hotovo! Bezhotovostní placení je hlavně pro zákazníka velmi pohodlné.

2x VISA

Částečnou zásluhu na digitalizaci plateb v těchto podnicích má projekt s názvem Česko platí kartou, díky němuž se za tři roky fungování podařilo nainstalovat více než 25 tisíc platebních bran a terminálů. V současnosti je tedy díky tomuto projektu aktivních pět procent všech platebních terminálů v České republice.

Tato spolupráce státu a soukromého sektoru firmám s měsíčním obrátem do 50 tisíc korun nabízí terminál na šest měsíců zdarma. Podle dat si obchodníci, kteří přijímají karty, vydělají v průměru o dvanáct procent více, než pokud přijímají jen hotovost. Obliba bezhotovostní platby roste u zákazníků hlavně díky pohodlnosti, kdy si

čím dál více lidí oblíbilo platbu pomocí nositelné elektroniky, jako jsou mobilní telefony či chytré hodinky. Často lidem k platbě za oběd při spěcháání z polední pauzy stačí přiložit hodinky k terminálu. Není náhoda, že oblast gastronomie je sektorem, v němž je díky iniciativě Česko platí kartou v aktivním provozu 13 procent všech terminálů.

ČESKO PLATÍ KARTOU

Iniciativa s názvem Česko platí kartou vznikla v březnu roku 2020 pod záštitou ministerstva průmyslu a obchodu a ve spolupráci s Asociací malých a středních podniků a živnostníků České republiky a dalších soukromých subjektů.

- Zaměřuje se na podporu bezhotovostních plateb a zlepšení platební kultury v České republice prostřednictvím edukace, osvěty a podpory elektronických platebních metod.
- Projekt mimo jiné umožňuje bezplatné šestiměsíční zapůjčení terminálu pro malé a střední podniky do měsíčního obrátu 50 tisíc korun, čímž přináší benefity obchodníkům i zákazníkům.

Petr Polák z Visa: Češi vedou v platbách mobily a hodinkami, je to pohodlné

Česko v oblasti digitálních plateb nezustává pozadu. Počet karet stejně jako množství platebních terminálů rok od roku stoupá. Oblíb se těší platby hodinkami nebo mobilními telefony. Pohodlí zákazníků se snaží vyjít vstříc firmy napříč republikou, bezhotovostní platby jsou efektivní také pro malé a střední podniky.

Jak je na tom Česko a jaké výhody tento způsob plateb přináší drobnějším firmám, prozradil Petr Polák, ředitel společnosti Visa pro Českou republiku.

Čím to je, že jsou digitální platby v poslední době tak oblíbené?

Z pohledu zákazníka jde asi hlavně o pohodlnost, zvláště pokud mluvíme o možnosti mít kartu v telefonu či chytrých hodinkách, tedy zařízeních, která má člověk vždy po ruce. Podle našich prů-

zkumů se téměř čtyřicet procent transakcí děje právě pomocí těchto zařízení, což je opravdu vysoké číslo. V tomto směru mluvíme o takzvané virtualizaci, kdy z plastové karty uděláme zástupný obraz do mobilu či hodinek. To znamená, že dojde k jakémusi naklonování karty, která je pak pevně svázána s daným zařízením. Je to i velmi kvalitní bezpečnostní prvek.

Terminály se vyplácí velkým firmám. Co ale menší obchodníci, netratí na tom, jak se často spekuluje?

Když se na to podíváme v číslech, debetní karty tvořily v loňském roce 92,6 procenta všech bezhotovostních plateb. Zároveň se potvrdilo, že tržby obchodníků, kteří přijímají karty, jsou zhruba o desetinu vyšší. A to nemluvíme o případech, kdy obchodník ztratí zákazníka úplně kvůli tomu, že karty nepřijímá.

Všechny tyto aspekty se promítají do rozhodnutí, zda jít jako malý obchodník populárně cestou bezhotovostních plateb. Společnost Visa dlouhodobě digitalizaci u těchto drobnějších subjektů podporuje.

Jakým způsobem?

Jsem například partnerem projektu Česko platí kartou, který umožňuje bezplatné zapůjčení terminálu na šest měsíců. Během tří let jsme navíc globálně podpořili 53,8 milionu malých a středních firem a v zahraničí jsme zahájili třeba spolupráci s IFundWomen financování a vzdělávání pro malé podniky vlastněné ženami prostřednictvím grantového programu Visa She's Next. V České republice jsme navázali partnerství s organizací Ženský Byznys na podporu žen podnikatelek prostřednictvím webinarů a networkingových eventů.



Country manažer Petr Polák pracuje ve společnosti Visa přes 10 let. Dlouhodobě se zabývá tématem digitálních plateb.

PLAY

O banánech

Jak mluvit s dětmi o svobodě, když nezažily, co to znamená ji nemít? Jak jim vysvětlit, že to, že můžeme jít na náměstí a skandovat, že se nám něco nelíbí, je právo, nikoli samozřejmost? Jak s nimi mluvit o tom, že někteří lidé – a není to tak daleko v čase ani v prostoru – taková práva a svobody nemají, když ony si nesvobodný svět dokážou jen těžko představit? Někdy se uchýlíme k tomu, že dáváme příklady z oblasti hmotných požitků. „Zase tu hnijou banány. Proč to nejíte?“ rozčiloval se muž, když se nad mísou s ovocem začaly vznášet

„ Já se budu opět dojímat, že žijeme v demokracii a právním státě.

mušky. „To my, když jsme byli malí...“ začal vzpomínat na všudypřítomný nedostatek, na fronty na ovoce a prázdné obchody. Svoboda samozřejmě znamená mnohem víc než dostupné exotické ovoce nebo cestování (na které často mnohým z nás nezbyvají peníze). Za minulého režimu bych nemohla své děti vychovávat v tom, že mohou být, kým chtějí, že mohou studovat, co si vyberou, že je v pořádku se sebevědomě postavit za sebe nebo za někoho slabšího. Zítřka si to zase budeme připomínat. Já se budu na výročí sametové revoluce opět dojímat, že můžeme SVOBODNĚ jít na náměstí, že žijeme v demokracii a právním státě. A naše děti to nejspíš zase úplně nepochopí. Nejen proto, že jsou to pro ně ještě příliš abstraktní hodnoty, ale hlavně proto, že je to pro ně naprostá samozřejmost. Jako vzduch, který dýcháme. Moc bych si přála, aby své životy prožily ve světě, kde se svoboda ani vzduch nikdy nezkaží.

DOBŘÝ DEN, JMENUJI SE
JULIE ČERVENÁ,
BYLO MI PĚTATŘICET A MÁM DVĚ MALÉ DĚTI



@mojemetro



Milí čtenáři, co si o těchto klikyháčích myslíte? Co se asi odehrává v mozku jejich autora? Pohotový @fotojukl přišel do počmáraného vlaku číslo 4423 a hned zmáčkl spoušť.
#czechgraffiti #praguegraffiti #praguestreetart #prahagrffiti #grafflife #aerosolart #Prague #Prag #Praga #Prago

#METROTAG

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

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

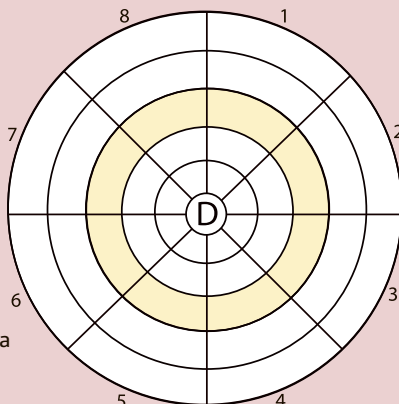
8	3	1	7	2	9	5	4	6
5	9	7	6	8	4	1	3	2
2	4	6	5	3	1	7	9	8
6	7	4	2	9	5	3	8	1
9	8	3	1	6	7	2	5	4
1	5	2	8	4	7	3	9	6
4	2	5	3	7	8	6	1	9
7	1	8	9	5	6	4	2	3
3	6	9	4	1	2	8	7	5

ŘEŠENÍ SUDOKU:
LUŠTĚNKA: KOMINČI

LUŠTĚNKA

Výrazy vpisujte od středového písmene D ke kraji kruhu. Tajenka je od čísla 1.

- atlet s diskem
- nezkrotný
- jm. herečky Havlové
- vesnice (nářeč.)
- míchané nápoje
- litím doplniti
- dvacetikoruna (hovor.)
- trestný čin



SUDOKU

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

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



POČASÍ

DNES	ZÍTRA	SOBOTA	NEDĚLE
6/10 °C	4/8 °C	3/7 °C	7/11 °C

Teplotní rekordy: ↓ -6,8 °C (1858) ↑ 16,2 °C (2015) Bio: ❤️❤️❤️

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

FOTO: 2x AP

ČT1	ČT2	NOVA	PRIMA	ÓČKO
 20.15 Vyprávěj Au-pair. Seriál (ČR, 2009-2013). Hrají: R. Vojtek, A. Kerestešová 21.10 Toulky Českem budoucnosti III Nábytkářský průmysl 21.35 Máte slovo s M. Jilkovou 22.34 Výsledky losování Šťastných 10 a Extra Renty 22.35 Na stopě 23.00 Komisař Montalbano Krimiseriál (It., 2017) 00.55 AZ-kvíz	 20.00 Krásné země z výšky Irsko 21.05 České počasí (9/10) Snih a led 21.30 Bedekr IX Sevilla, Málaga 22.00 Šest smyslů Berlína (3/6) Zrak 22.30 Litviněnko (3, 4/4) Dramatický seriál (VB, 2022) 00.05 Dědictví levhartí královny 01.00 Bitvy 2. světové války v barvě	 20.20 Zlatá labuť (34) Romantický seriál (ČR, 2023). Na Báru padne falešné obvinění. Alena objeví šokující informaci. Dokáže Báře pomoci? Hrají: K. Ryška, A. Vacula, M. Dancingerová 21.40 Šéfka (4) Lži. Krimiseriál (ČR, 2022). Karla se svým týmem vyšetřují smrt kolegy. Hrají: K. Winterová, P. Konáš, J. Holík, T. Richtrová 23.00 Kriminálka Las Vegas II (14) Prst. Seriál (USA, 2001) 23.55 Dr. House V (19, 20)	 20.15 Zoo (150) Čas na pravdu. Rodinný seriál (ČR, 2023). Sid se ocitne v ohrožení. Kristýna se dozvídá tajemství Hubáčkové. Hrají: M. Pecháčková, Š. Bilina, E. Burešová, S. Milfajtová 21.40 Inkognito V zábavné show se čtveřice osobností snaží uhodnout profesi jednotlivých hostů nebo jejich identitu. Hádejte společně s nimi a pobavte se nečekanými myšlenkami 22.50 Inkognito 23.55 Ano, šéfe!	 14.45 Óčko hity 15.00 Kítkat Óčko chart 17.00 Óčko hity 17.30 DESPERADOS DJ No. 1. FINÁLE 17.45 Óčko hity 20.30 Top 4 Kítkat Óčko chart 20.45 Óčko hity 22.00 Naked Attraction Poland Nové premiérové díly 22.30 Óčko flirt



Sítě „trhá“ Fotbalová láska

Oficiální míč pro mistrovství Evropy v Německu v příštím roce se jmenuje Fussballliebe, tedy Fotbalová láska. Výrobce adidas jej představil na Maifeldu v Berlíně nedaleko Olympijského stadionu, kde se 14. července odehraje finále. Na míči je zvčetněno všech 10 pořadatelských měst. Vedle Berlína budou Euro od 14. 6. hostit Mnichov, Dortmund, Stuttgart, Hamburk, Lipsko, Kolín nad Rýnem, Frankfurt nad Mohanem, Gelsenkirchen a Düsseldorf. **ČTK**

KRÁTCE

Čech bude chytat elitní soutěž

Bývalý fotbalový brankář Petr Čech si vyzkouší angažmá v nejvyšší britské hokejové soutěži. Na hostování ho získali obhájci titulu Belfast Giants.

Další otazníky

Pitva prokázala, že bývalý hokejový brankář Roman Čechmánek, který zemřel ve věku 52 let, nespáchal sebevraždu. Na jeho smrti

se nepodílel ani žádný další člověk. Přesnou příčinu úmrtí někdejšího reprezentanta policie neuvedla.

NHL v Evropě

Zápasy NHL se opět vrací do Evropy a letošní Global Series ve Stockholmu má být rekordní. Poprvé se totiž bude hrát na jednom místě ve čtyřech dnech za sebou a představí se dokonce čtyři kluby slavné zámořské soutěže – Ottawa, Detroit, Toronto a Minnesota. **ČTK**

Kdo nahradí Prahu?

Ode dneška se v pražské O2 areně uskuteční parkurové Prague Playoffs. Pátý ročník prestižní soutěže, v níž bude bojovat také domácí tým Prague Lions, se uskuteční v libeňské areně naposledy. „V příštím roce se Playoffs stěhuje do jiné destinace,“ potvrdil ředitel organizačního výboru Jan Andrlik. V doprovodných pětitřídčkových

soutěžích se představí každý den Anna Kellnerová. Soutěž vyvrcholí finálovými jízdami šesti týmů v neděli.

Výběr Lions chce navázat na loňský ročník, kdy prošel „doma“ poprvé do finále. Zatímco před rokem měl účast v semifinále jistou, po letošním šestém místě v dlouhodobé části bude bojovat už dnes ve čtvrtfinále. **ČTK**

INZERCE

iDNES.cz

S námi víte víc

OKNOSERVIS®

Český výrobce a realizátor
oken a dveří

+420 778 736 600
www.oknoservis.cz

TOM RACHEL PETER HUNTER JASON JOSH VIOLA
BLYTH ZEGLER DINKLAGE SCHAFFER SCHWARTZMAN ANDRÉS RIVERA AND DAVIS



HUNGER GAMES

BALADA
O PTÁČÍCH A HADECH

V KINECH
OD 16. LISTOPADU

MAX

EVROPA 2

abc

PEVNOST

ÓČKO

TOTALFILM

refresher

SHOCK!

FF
FORENTILM