

# Netlač se. Klikni!

PÁTEK 16. PROSINCE 2022 Č. 238 • WWW.METRO.CZ

metro®

  
alza.cz

Alzákův  
vánoční  
obchodák



9 771211 781002 2 2238



# Jak Němci ušetří 50 % na účtech za topení?

Nová německá termokeramická technologie spotřebuje 2x méně energie než tradiční radiátory, ohřívače a topidla. Díky ní rychle a snadno vytopíte každou místnost v domě a snížíte účty za vytápění minimálně o 50 %!

**N**emůžete spát v ledově studené ložnici? Třesete se, když vylezete z vany? Nosíte tlusté svetry a je vám pořád zima? Z tím je konec! Nyní může každý ušetřit tisíce za topení – aniž by vypínal radiátory, aniž by se oblékal jako eskimák a seděl pod dekou. Jedná se o nejjednodušší a nejúčinnější způsob, jak vytopit místnost s nízkými náklady. Díky termokeramickému mini radiátoru s turbínou můžete snadno a rychle:

- 🔥 **vytopíte bodově** jakoukoli místnost (bez radiátorů, olejových radiátorů a topidel),
- 🔥 **ušetříte** peníze bez obětí,
- 🔥 každou chladnou místnost můžete okamžitě **změnit** na teplý, útulný interiér,
- 🔥 **konečně přestanete mrznout!**

Stačí zapojit do zásuvky a je hotovo! Radiátor využívá **termokeramickou technologii s vírovou turbínou**, díky které přeměňuje elektřinu na teplo 2x efektivněji než topná zařízení starého typu. Navíc je tichý, lehký, ekologický, bezpečný pro děti i domácí mazlíčky. Vynálezce, inženýr a producent vám poví více o jeho výhodách.

## Kolik mohu ušetřit?

„Tento termokeramický mini radiátor s vírovou turbínou šetří energii, a tím výrazně snižuje účty za vytápění. To vše díky tomu, že za hodinu jeho používání zaplatíte pouze 1 Kč. Pro srovnání: hodina používání elektrického radiátoru starého typu stojí 3x více – až 3 Kč. Za použití energeticky náročného topidla zaplatíte v průměru 10 Kč za hodinu – což je 10x více než při použití termokeramického mini radiátoru!“

Můžete ušetřit ještě více. Díky termokeramické technologii a vírové turbíně radiátor ohřeje až 3 m<sup>3</sup> vzduchu za minutu, což umožňuje vytvořit zónový oblak teplého vzduchu na vyžádání tam, kde ho potřebujete. A protože je lehký a přenosný, můžete tepelnou zónu nosit doslova s sebou a během chvilky ji mít teplo jinde. Už nemusíte utrácet peníze za vytápění prázdných místností, kde nikdo není.“

## Jak to funguje?

„Termokeramický mini radiátor s vírovou turbínou je vybaven nastavitelným termostatem, který umožňuje přesně nastavit teplotu ohřevu (od 15 do 32 °C). Když dosáhne nastavené teploty – automaticky se vypne, čímž získáte další úspory. Vortexová turbína má 2 režimy proudění vzduchu: normální a okamžitý. Vestavěný časovač umožňuje nastavit hodiny provozu – aby zbytečně nevytopil prázdnou místnost – ušetříte tak ještě více.“

Stačí zapojit termokeramický mini radiátor do zásuvky, nastavit rychlost proudění vzduchu, teplotu a čas. Díky účinné turbíně promění keramické topné těleso o **výkonu 350W** během pár minut každou chladnou místnost o ploše do 23 m<sup>2</sup> v útulný, teplý interiér. Váží pouhých 0,7 kg, je levný, malý a tichý. Můžete ho nosit s sebou nebo ho mít v každém pokoji.“

## Je to bezpečné?

„Samozřejmě! Olejové radiátory a topidla jsou velké a těžké, vyhřívají místnosti pomalu, způsobují přetížení a zkratky. Oproti nim můžete termokeramický mini radiátor bezpečně zapnout i v dětském pokoji. Je to bezpečnější než

ohřívače a olejová topidla, která vás mohou popálit. Keramické topidlo je chráněno pevným odolným pouzdem z tepelně odolného plastu – můžete jej používat bez obav o nejmladší členy domácnosti.“

## Proč je tento termokeramický mini radiátor lepší než ostatní zařízení?

„Je vždy po ruce, když ho potřebujete. Je **malý, lehký a přenosný**. Můžete ho použít kdekoliv a vzít si ho i do práce a při přenášení těžkého olejového radiátoru nebo velkého topidla si můžete namáhat páteř a poškrábat podlahu.“

Stačí jej zapojit do nejbližší zásuvky. Vestavěný časový spínač a tepelné čidlo způsobí, že se zařízení automaticky vypne v nastavený čas nebo když teplota vzduchu v místnosti dosáhne nastavené hodnoty.

Okamžitě vytopí místnost a **spotřebuje méně elektřiny** než zastaralá topná zařízení. Díky němu snížíte své účty za vytápění o polovinu (i více)! Koneckonců, každý nerad platí velké účty...“

## Zahřejte se a nepřelácejte!

Termokeramický mini radiátor s vírovou turbínou je vše, co potřebujete, abyste se konečně zahřáli! Radiátor připojíte k elektrické síti a příjemné teplo okamžitě zalije celou místnost. Představte si, jak příjemné bude vstávání i za chladných

rán. Mini radiátor v mžiku promění studený obývací pokoj, kuchyň, koupelnu, ložnici nebo dětský pokoj v teplé a útulné místo a tlusté deky a svetry skončí ve skříni.

Je také ideálním řešením pro seniory a lidi, kteří nechtějí (nebo nepotřebují) vytápět celý dům či byt. Termokeramický mini radiátor s vírovou turbínou příjemně večer u televize za chladných podzimních a zimních večerů. Zahřejte koupelnu před koupelí nebo ložnici před spaním. Zapomeňte na zastaralé, energeticky náročné olejové radiátory a topidla. Nyní můžete mít **levné teplo na přání** – bez ohledu na to, kde jste!

## PODZIMNÍ AKCE

Pouze do 19.12.2022 můžete získat termokeramický mini radiátor s vírovou turbínou místo 2100 Kč, **jen za 499 Kč.**  
**Nenechte si ujít tuto příležitost!**

**Volejte teď: 296 849 640**

Od pondělí do pátku 8:00–20:00, sobota–neděle 09:00–18:00  
Běžný místní hovor bez příplatku





# S MOZARTEM A SALIERIM STRÁVIL NEJVÍCE ČASU

OPERNÍ PĚVEC ADAM PLACHETKA MÁ PO DVOU LETECH NOVÉ ALBUM STRANA 7



# metro



Pátek, 16. prosince 2022

Č. 238, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Albína

[mojemetro](#) | [denikmetro](#)

# „Svůj sen si splníte, pouze když vytrváte“

**Pavel Berky.** Ze světa módy si odskočil do říše vůní a chutí. **Netradiční dobroty.** Milují sladké, ale cukroví nemusím, říká slovenský návrhář. **Vánoce 2022.** Sýrové hvězdičky, sladové perníčky či slaná vánočka STRANA 6



## Jelení příkop. Terén je náročný, nazujte si vhodnou obuv

Pražský hrad otevřel i přes zimní sezonu Jelení příkop. Přírodní rokle bude přístupná každý den od 10.00 do soumraku. Některé vchody budou otevřeny pouze za příznivého počasí, kdy nebude v Jelením příkopu sníh. Hrad zároveň upozornil na náročný terén a návštěvníkům doporučil zejména vhodnou obuv. Kvůli otevření Jeleního příkopu a nového přístupu do hradního areálu zřejmě policie bude muset zřídit nové stanoviště, na kterém bude kontrolovat návštěvníky. ČTK

## Brambory vs. rakovina

Polští vědci tvrdí, že glykoalkaloidy obsažené v bramborách by mohly být klíčem k boji proti rakovině. Předpokládají, že tato sloučenina bude mít méně vedlejších účinků než chemoterapie. STRANA 5

## Na bundu do autosedačky zapomeňte

Mnohé děti rádně usazené do autosedačky necestují bezpečně. V huňaté bundě pás nese dobře na těle, nehledě k tomu, že dítěti bude vedro, může se začít vztekat a rozptylovat tím řidiče. STRANA 8

## Argentina proti Francii

O víkend se rozhodne o medailistech fotbalového mistrovství světa v Kataru. Už zítra se v duelu o třetí místo utkají Chorvaté s týmem Maroka, v neděli pak ve finále Messi a spol. vyzvou v boji o zlato úřadující šampiony z Francie. STRANA 13







## Další otevřou

Na horách se o víkendu otevřou další skiareály. Už se lyžuje v Říčkách v Orlických horách nebo v Beskydech (na foto zcela vpravo). **ČTK**



3x ČTK

JURIS REAL

# Ihned vykoupíme,

zprostředkujeme prodej rodinného domu, bytu nebo chaty. **Vyřešíme právní vady, dluhy nebo exekuce. Okamžitá výplata zálohy! Již 23 let zkušeností.**

Volejte zdarma **800 22 33 88**

[www.prodejtojinak.cz](http://www.prodejtojinak.cz)

# „Babišův syn trpí schizofrenií“

**V kauze Čapí hnízdo se také řeší podpisy, které jsou ve smlouvách.**

Andrej Babiš mladší, syn obžalovaného předsedy hnutí ANO a prezidentského kandidáta Andreje Babiše staršího, trpí paranoidní schizofrenií. Tvrdí to nový posudek, který si na žádost obhajoby dal vypracovat pražský městský soud v rámci kauzy Čapí hnízdo. Ten však současně do-

dává, že v současnosti svědek nemoc zvládá. Tvrdí to expertka z oboru psychiatrie Gabriela Lebllová a psychologka Jindřiška Záhorská.

Lebllová však současně doplňuje, že nemoc Babiše mladšího je „aktuálně ve stavu dobré kompenzace“, tedy že ji v současnosti zvládá.

Andrej Babiš mladší v minulosti uvedl, že s diagnózou schizofrenie sice nesouhlasí, ale bere na ni léky. V září před soudem popřel, že by podpis pod zmíněnými smlouvami o převodu akcií byl jeho. Až později podle

svých slov připojil své podpisy v sídle Agrofertu pod listinu, s jejímž obsahem se neseznámil. „K podrobnostem ohledně zdravotního stavu svého syna se nehodlám jakkoli vyjadřovat,“ uvedl nyní pro server Novinky.cz v reakci expremiér a prezidentský kandidát Andrej Babiš.

Znalkyně, které posudek vypracovaly, by měly u soudu svědčit příští týden. Kromě toho by ve svých výpovědích mohli pokračovat také obžalovaní, Babiš starší a jeho někdejší poradkyně Jana Nagyová. **IDNES.cz**

**Krátce**

## Češi a charita

Na dobročinné účely letos přispěly dvě třetiny Čechů. Peníze nejčastěji posílali na pomoc nemocným dětem a na podporu Ukrajiny. Naopak nejméně podporovali oblast týkající se psychologie a psychiatrie.

## Všude sníh

V noci na dnešek na většině území Česka intenzivně sněžilo. Během dne může napadnout dalších deset centimetrů. Ustávat bude sněžení od západu až v odpoledních a večerních hodinách. Tvrdí to meteorologové. **ČTK**

INZERCE

## PlayStation 5 skladem a ihned k odběru!

### PLAYSTATION 5 + 2 HRY

II PlayStation 5 Standard Edition

II Bezdrátový ovladač DualSense

II God of War Ragnarök a Horizon: Forbidden West



**17.490,-**



Tak klikni hned na [Mironet.cz](http://Mironet.cz)

# Podílejte se na výnosech z nájmu

a růstu hodnot nemovitostí ve vlastnictví realitní skupiny e-Finance, a.s.

## INVESTICE DO DLUHOPISŮ OD 50 000 Kč

roční výnos  
**inface + 1 %**

Čtyřleté proti-inflační  
dluhopisy

roční výnos  
**8 %**

Tříleté dluhopisy s vysokým  
výnosem

roční výnos  
**7 %**

Dvoutleté dluhopisy zajištěné  
zástavním právem k areálu  
Zámku Račice-Pístovice

Objednávat můžete:



[www.e-finance.eu](http://www.e-finance.eu)



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



+420 515 555 555



Bratislavská 52, Brno

Schváleno Českou národní bankou. ČNB schvaluje prospekt dluhopisů pouze z hlediska toho, že splňuje normy, které ukládá nařízení (EU) 2017/1129. Konečné podmínky a prospekt dluhopisů schválený ČNB naleznete na [www.e-finance.cz/dluhopisy-informace](http://www.e-finance.cz/dluhopisy-informace).

Portfolio dokončených a pronájemných nemovitostí skupiny e-Finance, a.s. již přesahuje hodnotu 1,2 miliardy korun. Hodnota všech realitních projektů včetně těch, které jsou v přípravě a výstavbě, přesahuje hodnotu 2,2 miliardy korun.

## Portfolio nemovitostí realitní skupiny e-Finance, a.s.:

- přes 1,2 miliardy Kč hodnota nemovitostí
- více než 150 bytů k pronájmu
- 4000 m<sup>2</sup> kancelářských ploch



eFi Palace Hotel, Brno,  
dokončené 2 etapy



EFI Pivovar,  
Brno



EFI SPA Hotel, Brno,  
Nám. 28. října



Zámek Račice,  
Račice-Pístovice - podzámčí



Zámek Račice,  
Račice-Pístovice - předzámčí



Zámek Račice,  
Račice-Pístovice - hl. budova



eFi Obchodní Galerie,  
byty a kanceláře - Jihlava



eFi Obchodní Galerie, byty  
a kanceláře, Jihlava - nástavba



Bytové domy Břeclav,  
ul. Charvátská



Bytový dům, Brno,  
ul. Holzova



Rezidence Pěkná, Brno,  
nebytové prostory



EFI Mlýn, EFI Motorest  
a rybníky - Hodonín u Kunštátu



eFi ApartHotel, Horní Lipová,  
Lipová lázně



eFi Palace Hotel, Brno,  
3. etapa, přístavba



Rezidence Bílovice,  
Bílovice nad Svitavou

Již 21 let investujete s e-Finance, a.s.

[www.e-finance.eu](http://www.e-finance.eu)



# „V aplikaci bude možné novinky zavádět častěji“

Co je pro sportovce mistrovství republiky, to je pro banky na českém trhu žebříček Mastercard Banka roku. V hlavní kategorii letos zvítězila Komerční banka (KB). Ta se na medailová umístění dostala i v dalších kategoriích. Čím si KB vysloužila titul Banka bez bariér a které aktivity jí přinesly body v kategorii Zodpovědná banka, ví Jitka Haubová, členka představenstva a ředitelka KB, která má na starosti mimo jiné provoz, platby, účty i například zpracování transakcí. Mimočodem, Komerční banka byla vyhlášena i jako Inovátor roku 2022. Veřejnost ocenila její spolupráci s MONETA Money Bank. Díky ní došlo ke vzájemnému sdílení bankomatových sítí.



Jitka Haubová nastoupila do Komerční banky v roce 2006.

ARCHIV KB

## O kolik přístrojů se po spojení s Monetou rozšířila vaše bankomatová síť?

Aktuálně má MONETA Money Bank 542 bankomatů, Komerční banka jich má 848. Dohromady je to téměř 1400 bankomatů, ze kterých si mohou klienti KB i Monety vybírat svou debetní platební kartou zcela zdarma. Dřív měl takový výběr cenovku 39 korun. Hlavním cílem této spolupráce bylo zvýšit dostupnost bankomatů pro klienty. Vedlejším efektem je i zamezení zbytečnému plýtvání energií. Však v nákupním centru u sebe nemusí stát hned pět bankomatů. Jeden takový přístroj má totiž spotřebu jako rodinný dům. Navíc, aby v bankomatu byly prostředky, musí je tam někdo vozit, přepočítávat, odvážet a tak dále. To jsou v podstatě zbytečné úkoly.

## Kam jste přesunuli bankomaty, které byly kvůli zmínované spolupráci najednou duplicitní?

O tom rozhodli klienti. Na stránce Mamenavyber.cz mohli hlasovat, kde bankomat chtějí. Zároveň nyní na webu vidíte, kam už jsme bankomaty doposud přesunuli. Tady musíme doplnit, že bankomat je v podstatě malá stavba. Je potřeba na něj mít stavební povolení a další razítka. K instalování nových bankomatů proto dochází postupně. U tohoto projektu jsme se inspirovali v zahraničí. V západní části Evropské unie existuje dvakrát tolik bankomatů. U nás je jich rela-

tivně málo a jsou koncentrovány hlavně do velkých měst. To se nyní mění a díky nám teď lidé mají bankomaty i v menších obcích. U bankomatů musím zmínit i jednu perličku. Jsme totiž vůbec prvním státem v celém post-sovětském bloku, který měl bankomat. Nedávno jsme slavili 30. výročí prvního bankomatu na našem území.

## Bude se síť bankomatů rozšiřovat i dál?

Možnost připojit se k projektu je otevřená pro všechny další banky, přičemž některé z nich již o této spolupráci uvažují a my s nimi již jednáme. Zatím byla řeč jen o výběrech peněz, v příštím roce se ale plánuje i sdílení přístrojů pro vklady hotovosti. Vkladové bankomaty jsou v rámci Evropy velkou unikát. Je vidět, že 60 procent našich klientů vkládá peníze přes bankomat, nikoli přes pobočku. Což velmi podporujeme.

## Trendem je nyní digitalizace služeb. Lidé „chodí“ do banky často přes mobilní aplikaci. Chystá KB v této oblasti nějaká rozšíření?

Ano, je to tak, lidé stále více preferují mobilní bankovníctví, a ano, chystáme velkou změnu. V Komerční bance aktuálně probíhá rozsáhlé přepisování a obměna systémů. Plánujete přechod na nový bankovní „core systém“, což nyní již rok běží v testovacím režimu. Jinými slovy: staré srdce, na němž běží hlavní bankovní opera-

ce, se bude měnit za nové. První touto technologickou změnou pro klienty byla výměna našeho hlavního systému pro karty. Všichni klienti KB, to znamená 2,4 milionu karet, běží na nejmodernější technologii Prime od společnosti Tyses. To je důležité hlavně z hlediska bezpečnosti. Po útoku Ruska na Ukrajinu narostl počet hackerských útoků. Výsledkem celé technologické transformace bude nové internetové a mobilní bankovníctví. Momentálně ho testujeme interně na první skupině zhruba 600 zaměstnanců.

## Pokud byli klienti ale na něco zvyklí, nebude pro ně novinka šok?

Určitě ne, pozitivní novinkou bude, že mobilní i internetové aplikace budou vypadat stejně. Výrazně by ale mělo ubýt papíru. Další zásadní novinkou bude i to, že nový bankovní systém nám umožní výrazně zkrátit inovační cyklus. Novinky tak budeme moci zavádět častěji. Doposud to bylo tak, že jsme mohli nabídnout nové funkce maximálně třikrát za rok.

## Mohou mobilní aplikaci využívat i lidé se zrakovým postižením? Ptám se proto, že KB byla zvolena jako nejlepší v kategorii Banka bez bariér.

Snažíme se být bankou otevřenou pro zaměstnance, klienty i veřejnost. Naše mobilní aplikace umí jak předčítat text, tak zvyšovat kon-

trast a zvětšovat písmo a umí také například naučit klávesy vibrovat různě. To všechno bude umět i naše nová aplikace. Mimočodem, v Česku žije zhruba 10 tisíc osob s praktickou nebo úplnou hluchotou odkázaných na využití českého znakového jazyka. My jsme realizovali právě proto, aby aplikace byla intuitivní, výzkum s několika nedoslýchavými a neslyšícími klienty. Překvapivým zjištěním, respektive uvědoměním, pro nás bylo, že český znakový jazyk je zcela odlišný od klasické češtiny. Jde v podstatě o cizí jazyk. A právě proto znakoví neslyšící rozumí běžnému textu jen obtížně. V bankovníctví proto musíme komunikovat jednoduše v krátkých větách a s použitím běžných slov. Jako příklad uvádíme nevhodné slovo „platba“, které někteří neslyšící čtou jako „plavba“. Mnohem srozumitelnější je jim výraz „zaplatit“.

## Jaké další „vychytávky“ dělají KB přívětivou k handicapovaným klientům?

Některé naše pobočky jsou zcela bezbariérové a bude jich v budoucnu ještě víc. Například i jednání mezi klientem a bankovním poradcem je v on-line režimu převáděno do písemné formy. Neslyšící klienti tak mohou samostatně komunikovat se svým poradcem. Službu zajišťuje ve spolupráci se sociální firmou Transkript online, která je úspěšným zaměstnavatelem nevidomých rychlopísa-

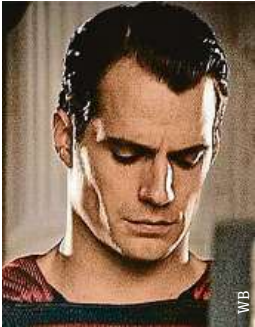
řů. V rámci nové digitální banky chceme jít ještě dále, a to tím, že přizpůsobíme aplikace i pro klienty neslyšící od narození.

## Medailové umístění KB získala také v kategorii Zodpovědná banka. Na které vaše aktivity jste nejvíce hrdí?

V Česku je udržitelnost kontroverzní téma, mnoho lidí to vnímá jako vnučenou věc, která akcentuje jen ochranu životního prostředí. V Komerční bance se snažíme být zodpovědní hned v několika sektorech. Dost jsme investovali do optimalizace práce, meziročně jsme snížili o 18 procent spotřebu například lepší diagnostikou nebo využíváním méně budov. Ta, v které naše banka sídlí ve Stodůlkách, je navíc energeticky úsporná. Také dost digitalizujeme, díky novým technologiím potřebujeme méně papíru. Instalujeme i fotovoltaické elektrárny nebo jsme nakoupili firemní elektroauta. Nové pobočky jsou odhlučňeny z recyklovatelného plastu, osvětlení je řízeno dle intenzity denního světla a podobně. V souladu s platnými právními předpisy, při respektování doporučení české vlády, v rámci celé skupiny Sociétés Générale zvýšíme teplotu klimatizace na minimálních 25 °C v období letních měsíců a zároveň teplota nebude vyšší než 21 °C v zimě. Tím snížíme energetickou spotřebu o zhruba 15 procent. Nové nastavení platí od srpna na všech našich klientských i zaměstnaneckých místech po celém Česku.

## Jaké plány ohledně elektromobility ještě banka v dohledné době má?

KB se rozhodla, že v budoucnu už nenakoupí žádné auto na fosilní palivo. Jedná se o postupnou obměnu, kdy od roku 2030 budeme mít v KB i v dceřiných společnostech pouze elektromobily. V současné době máme 131 elektromobilů a 65 nabíječek. Máme zatím ještě i zhruba 550 klasických aut. Sama elektrovůz využívám. Takže vím, že je pro jeho provoz potřeba víc plánovat cesty, a to zejména v zimě. V Česku není infrastruktura nabíječek zatím tolik rozsáhlá. To se ale postupně mění.



## Hrdina mění tvář

Herec Henry Cavill končí v roli Supermana. Studio Warner Bros. informací oznámilo poté, co se na vedoucí pozici dostal režisér James Gunn. A jeho prvním úkolem bylo udělat radikální změny. Cavill opouští roli i přesto, že se nedávno vrátil k ikonické roli ve snímku Black Adam u Warner Bros. Navíc kvůli supermanovskému filmu opustil seriál Zaklínač.

JAR

## Ukrajinská genocida. Znepokojivé paralely

Europoslanci včera uznali hladomor, který na Ukrajině ve 30. letech minulého století vyvolal sovětský režim, za genocidu. Pro rezoluci se vyslovila převážná většina ze 705 členů Evropského parlamentu, podle nichž se Rusko 90 let od konce události, které si podle odhadů historiků vyžádaly 3,5 milionu až šest milionů Ukrajinců, znovu dopouští hrůzných činů.

Europoslanci dále odsoudili současnou ruskou agresi vůči Ukrajině včetně ruských úderů na energetickou infrastrukturu, které začaly na podzim. Paralely mezi hladomorem z 30. let a současným konfliktem vidí také v celosvětové potravinové krizi způsobené blokadou černo-mořských přístavů a v „ruském drancování ukrajinských obilných zásob“. ČTK

### Krátce

#### Kyjev trápí obavy

Šéf ukrajinského generálního štábu je přesvědčen, že ruské jednotky se znovu pokusí o dobytí Kyjeva. Valerij Zaluzhnyj to prohlásil v rozhovoru pro The Economist. Ukrajinská armáda podle něj nyní nové ofenzivy není schopná, od Západu žádá 300 tanků a 500 houfnic.

#### Dobrotivá vdova

Sedmadevadesátiletá bezdětná vdova Henriette Fieuová odkázala veškerý majetek vesnici Plans na jihu Francie, kde strávila značnou část svého života. Každá ze 159 místních domácností dostala šek na 100 eur, 2400 korun, které je možné utratit v místním koloniálu. ČTK



## Harry se přel do bulváru

Manželka britského prince Harryho Meghan v posledních třech dílech dokumentární série streamovací platformy Netflix popisuje, jak zvažovala sebevraždu. „Cítila jsem se tak, že jsem měla pocit, že to všechno skončí, když tu nebudu,“ popsala Meghan tlak, který cítila ze strany tisku a královské rodiny. Harry dále v dílech, které měly premiéru včera, našel bulvární média, že jsou zodpovědná za to, že Meghan v minulosti potratila. „Víme najisto, že ten potrat byl způsoben tím tlakem? No jistě že ne, ale když zvažím ten stres, nedostatek spánku a načasování těhotenství, mohu říct, že potrat způsobilo to, co se jí snažila média provést,“ řekl Harry a konkrétně jmenoval bulvární deník Daily Mail. ČTK

# Léčivé hlízy z Poznaně

**Že by obyčejné brambory mohly vyzrát na hrůznou rakovinu? Polští vědci doufají, že je tomu lidstvo blízko.**

Klíčem k záchraně mnoha životů by měly být glykoalkaloidy, přirozeně se vyskytující chemické látky v rostlinách z čeledi lilkovitých, kam patří brambory, rajčata a lilky.

„Vědci z Univerzity Adama Mickiewicze v Poznani se domnívají, že bioaktivní sloučeniny v lilkovité zelenině mohou pomoci pacientům vyhnout se brutálním vedlejším účinkům stávající léčby, jako po chemoterapii,“ uvádí se ve studii zveřejněné v časopise Frontiers. „Je to proto, že léky vedle rakovinných buněk neúmyslně zabíjejí i zdravé buňky v jiných částech těla,“ vysvětluje Magdalena Winkielová, vedoucí poznaňského týmu, jenž se zaměřil na pět glykoalkaloidů – solanin, chakonin, solasonin, so-

lamargin a tomatin. Nejslibnější je solanin. „Naše studie na jednom konkrétním typu leukemických buněk prokázaly, že je v malých dávkách solanin zabíjí,“ uvádí Winkielová. Doplňuje, že chakonin má protizánětlivé vlastnosti s potenciálem léčit sepse. Výzkum dále naznačil, že třeba solamargin může zastavit množení buněk rakoviny jater.

Winkielová uvedla, že její tým potřebuje minimálně jeden rok na další testy nezbytné pro potvrzení toho, které ze zmíněných glykoalkaloi-

dů jsou „dostatečně bezpečné a slibné pro testování na lidech“.

Odborníci z Poznaně svou studii uzavřeli slovy: „Vědci na celém světě stále hledají léky, které by byly smrtelné pro rakovinné buňky, ale zároveň bezpečné pro zdravé buňky. Není to snadné navzdory pokroku v medicíně a mohutnému rozvoji moderních léčebných technik. Proto by možná stálo za to vrátit se k léčivým rostlinám, které se před lety s úspěchem používaly při léčbě různých onemocnění.“ HAL

### Škrtnou staletý svátek

## 11

Nová dánská sociálnědemokratická vláda zruší jeden z 11 státních svátků, aby posílila obranný rozpočet. Informoval o tom včera zpravodajský server BBC. Volba padne na takzvaný velký modlitební den, který se v Dánsku slaví vždy v pátek před čtvrtou nedělí po Velikonocích. Státním svátkem se stal v roce 1686, píše BBC. Chystané opatření vyvolalo v zemi kritiku, zvláště pak ze strany dánské náboženské komunity. ČTK

INZERCE

# BAUHAUS®

## DÁRKOVÉ KARTY

Volitelná hodnota 100 až 15.000 Kč.  
Vhodné jako dárek nejen pro vaše blízké, ale i pro zaměstnance.



*Darujte tišice produktů v jedné kartě.*





Pavel Berky a netradiční vánoční dobrotý HANA KOŽUŠŇÍKOVÁ

### Sýrové hvězdičky k pivu

#### Suroviny:

130 g hladké mouky  
100 g čedaru  
50 g parmazánu  
60 g másla  
40 ml piva  
10 g lahůdkového droždí  
1 čajová lžička mleté  
červené papriky  
sůl

- Do mísy nastrovejte nejmenší oba sýry, přidejte změkčené maslo, prsty vše zpracujte do vlhké drobenky. Poté přidejte mouku, droždí a papriku. Osolte podle chuti a vše znovu prsty zpracujte. Tentokrát do sypané drobenky. Nakonec přilijte vychlazené pivo a vytvarujte těsto. Nezpracovávejte ho příliš dlouho, stačí, aby vám pod rukama vzešla kompaktní hmota. Poté těsto zabalte do potravinové fólie a dejte na 30 minut do lednice odpočívat.



- Troubu předehřejte na 190 °C. Odpočaté těsto vyválejte přes pečicí papír na tloušťku přibližně jeden až dva milimetry. Pomocí vykrajovátek vykrojte libovolné tvary, dejte

je na plech vystlaný pečicím papírem a pečte v dobře vyhřáté troubě zhruba 12 až 15 minut. Na povrchu by měly být krekry krásně zlatavé. Po upečení je nechte zcela vychladnout.

# „Na Vánoce dělám pouze salát“

Slovenský návrhář Pavel Berky si ze světa módy odskočil do říše vůní a chutí. Do povědomí veřejnosti se dostal díky soutěži MasterChef, ve které obsadil třetí místo. Pro letošní Vánoce vytvořil tři netypické recepty, jimiž si lze zpestřit sváteční mlsání. „Miluji sladké, ale moc nemusím cukroví. Proto mě napadlo, že vytvořím jiné varianty dobrot pro ty, kdo také nemusí na Vánoce sladké,“ říká Berky pro deník Metro.

## Co pro vás znamenají Vánoce?

Stresy, napětí... (smích) Předvánoční období je sice hektické, ale pak Štědrý den je jediný čas v roce, kdy opravdu vypnu, odložím mobil a neřeším nic, takže je to oddech.

## Jak vypadá váš advent?

Celý prosinec je jeden velký kolotoč, během kterého se nezastavíme, protože máme i e-shop a lidé před Vánocemi nakupují nejvíce, takže to tam frčí. Do 23. prosince se nezastavíme a jedeme opravdu bomby.

## Stiháte napéct?

Já pro sebe nepeču, o to se postarají moje máma, sestra a Matějova rodina (Matěj Parđus je manželem Pavla Berkyho – pozn. redakce). To jediné, co dělám, je bramborový salát. A pak nakupuji dárečky. Ale cukroví a všechno to pečení u mě našťásti odpadá. Ale moc rád zkouším různé nové druhy cukroví a často si je pak rodina převezme a na



Vaření kuchař miluje stejně jako módu. MET

svátky je napečou podle mých receptů. Takže ideální!

## Dáváte si předsevzetí?

Nedávám si nikdy žádná, dokonce jsem se rozhodl, že už ani nebudu dělat žádné velké plány. S Matějem to teď máme nastavené tak, že vždycky, když jsme nějaký plán měli, nakonec nevyšel zcela podle našich představ, jak je tomu zvykem, ale místo toho se podařilo nějaký jiný. Takže necháváme dveře otevřené novým možnostem. Spíš bych si přál dokázat víc myslet na sebe, víc odpočívat, ale obávám se, že to se zatím nepodaří.

## Nestýská se vám po návrhářství?

Móda musela jít na chvíli stranou, sice jsem primárně návrhář, ale už se módě nevěnuji tolik, kolik bych chtěl. Čas spíše věnuji vaření a vymýšlení nových receptů. Ale byl bych rád, kdybych se k módě mohl vrátit, protože

je to něco, co jsem si vybral jako životní cestu, a strašně by mě mrzelo, kdybych se k tomu nevrátil. Věřím, že nový rok přinese do mého života módy více. Ale vaření samozřejmě miluji také a nechci od něj upustit úplně.

## Kdy se zlomilo, že víc vaříte?

Asi po soutěži MasterChef. Ani jsem nečekal, že to nabere takové obrátky, a musel jsem naskočit do toho rozjetého vlaku. Málokdo ví, že vaření miluji od dětství, vařil jsem vždycky a miluji ho stejně jako módu. Takže jsem si na chvíli odskočil ze světa módy ke své další vášni, kterou je právě gastro.

## Podobá se v něčem vytváření návrhů oblečení a receptů?

Pro mě je princip tvoření úplně stejný. Vždy mám nějakou vizi, poté musím vymyslet v módě látku, při vaření suroviny. Pak servírování, u módy

třeba focení nebo hledání správné modelky, na které se to nafotí. Podobnosti tam jsou, obojí je kreativní proces, i vaření, a snažím se ho tak vždycky dělat.

## Pro čtenáře jste vymyslel tři vánoční recepty, dva z toho slané. Řeknete nám k nim víc?

Vymýšlení nových receptů mě baví, a tak jsem si řekl, že vymyslím něco pro ty, kteří raději sáhnou po slaných pochutinách. Tak vznikly sýrové krekry, které jsou super na uzobávání třeba k pivu. Pak jsem chtěl udělat slanou vánočku, která bude vypadat úplně stejně jako sladká verze, a napadlo mě, že místo rozinek dám škvarky. Poslední recept je sladký, je to perník, který mám rád, ale vždycky mi vadilo, když jsem někde jedl nějaký suchý a drolivý, takže jsem vytvořil vláčnější verzi. Zajímavostí je, že jak v perníku, tak v krekrech je pivo, konkrétně jsem použil jedno, které se u nás na Slovensku pije o něco více než tady v Česku. Výhodou piva je, že pomůže těsto provzdušnit, a perníku dodalo vláčnost.

## Jak jsou tyto recepty obtížné na přípravu?

Sýrové krekry jsou velmi jednoduchá záležitost, je to smíchání několika surovin dohromady, vykrajování z těsta a pečení. Vánočka už je poměrně složitější a tím proplétáním a perníková buchta je o jeden level dál, při šlehání vás může potrápit

máslu s vajíčky. Ale ani jeden z receptů není megasložité.

## Najdeme podobné kreativní recepty i ve vaší kuchařce?

Kuchařka je směsí velmi pěkných tradičních i inovativních receptů. Sestavil jsem ji z jídel, která dobře znám, která mám od mámy, která máme rádi s Matějem, ale vymyslel jsem i nějaké nové recepty. Všechno to jsou má oblíbená jídla. Sám z ní vařím a miluji ji, i když je divné to říkat. (smích) Je rozdělena na čtyři roční období, takže člověk může vařit i sezonně. Je i pro úplného začátečníka, ale najde si tam inspiraci i profík, který se vařením třeba i živi. Takže je to taková směs. Sám jsem ji navíc ilustroval a myslím, že jsme si na ní dali opravdu záležet. Moc nás také potěšilo, že jsme za ni letos získali ocenění Nejkrásnější kniha roku od ministerstva kultury a Památníku národního písemnictví. Navíc se jednalo o jedinou oceněnou kuchařku v této soutěži za poslední roky, takže za nás obrovský úspěch a radost. Rok práce stál tedy opravdu za to!

## Jaké je vaše nejoblíbenější jídlo?

Zapečené brambory. Je to klasika, na kterou mám hezké vzpomínky. Je to moje dětství, miloval jsem je a doteď si je dělám přesně tak, jak mi je dělala máma, recept najdete úplně na závěr kuchařky. Ale miluji i francouzskou kuchyni. VERONIKA REICHELTOVÁ



# Salieri Mozartovi záviděl? Nebyl k tomu důvod, říká Plachetka

Operní pěvec, basbarytonista Adam Plachetka vydal po dvou letech nové album. Po poslední muzikálové desce se vrátil k žánru, který je mu nejbližší – Mozartovým operám. Album Molieri je kompilací operních árií Wolfganga Amadea Mozarta a Antonia Salieriho, spolupracoval na něm s Czech Ensemble Baroque pod taktovkou dirigenta Romana Válka.

„Hudba na tomto albu je mému srdci blízká a je mi velmi drahá. Strávil jsem většinu své dosavadní kariéry zpíváním Mozartových oper,“ říká Plachetka a dodává, že lidé se jej často ptali, proč z těchto árií nenatočil desku. „Odpověď je celkem jednoduchá: už existuje tolik Mozartových nahrávek a já jsem nechtěl udělat jen další z nich. Cesta se ukázala, když jsme s Romanem Válkem zvažovali nový recitálový program, kde bychom mohli vystupovat s jeho orchestrem,“ vysvětluje operní pěvec.

## Povězte mi, v čem je specifické album, které teď vydáváte?

Jednoznačně v tom, že mají posluchači šanci slyšet hudbu Mozarta a Salieriho. Posluchači jistě znají z uměleckých děl zpracování, že Salieri Mozartovi záviděl, ale není pro to žádná historická opora. Naopak, v té době neměl Salieri co závidět, protože on byl slavnější, měl prestižnější místo u dvora a jeho opery se hrály více. Ač Mozartova hudba lépe uzrála staletími, v té době neměl Salieri proč být zapřklý. Chtěli jsme z jejich vztahu tedy



Slavnostní křest alba se konal v Mozartově salonku Stavovského divadla.

LUKÁŠ PROCHÁZKA

sejmout tuto nálepku a dát posluchačům možnost si jejich skladby poslechnout vedle sebe. Jejich díla se na albu střídají pravidelně. Ale vlastně se nad tím můžete zamýšlet, ale nemusíte. Záleží spíš na tom, jestli ta hudba posluchače osloví.

## Je vám jejich hudba tedy hodně blízká?

Rozhodně jsem s nimi doposud strávil nejvíce času. Poslední dobou se posunuji trochu dále, ale nerad bych se jich vzdával, dokud to jenom trochu půjde, a rád bych zpíval jejich skladby.

## Na albu, stejně jako na koncertech, vás pod taktovkou dirigenta Romana Válka doprovází Czech En-

## semble Baroque, kteří hrají na dobové nástroje. Je to v něčem pro zpěváka jiné?

Jejich dobové nástroje se k této nahrávce skvěle hodí. Nejedná se přitom o běžný hudební doprovod, je to velmi náročná věc a jiný způsob práce. V žádném případě nechci urážet moderní orchestry, naopak technicky se na moderní nástroje hraje lépe a na nahrávání jsou i výhodnější, protože se nemusí tolik řešit ruchy a že se nástroje rychle rozladují. Ale čistě pro souhru, dobové orchestry bývají bezprostřednější a víc vnímají, co se na jevišti děje. Zpívá se mi proto s nimi velmi dobře, protože v tu chvíli víte, že jste jedno těleso a děláte hudbu společně.

## Námět alba byl napřed koncertním programem a deska vznikala za covidu. Byla v plánu, nebo jste využili volný čas?

Už když jsme program hráli na koncertech, tak jsme si říkali, že je to zajímavá myšlenka a přetavit ji v album by bylo fajn. Ale nikdy na to nebyl čas. Nicméně covidová situace nám potom dala prostor proměnit tento několik let starý záměr v realitu.

## Budou si to moci lidé opět někde poslechnout i naživo?

Určitě bychom rádi. Lidé z Czech Ensemble Baroque říkají, že je to jejich dosud nehranější projekt. Což ale zároveň znamená, že už se hrál na hodně místech, a je otáz-

ka, kam si nás ještě vezmou. Něco už je ale v jednání.

## Co vás nyní čeká?

Ještě mám před sebou nějaká představení v Česku, v půlce prosince odlétám do amerického Texasu, konkrétně do Houstonu, kde budu hrát Figarovu svatbu, tam jsem do konce ledna. Hned poté se vrátím a s Romanem Válkem a Ensemble Baroque začínáme připravovat operu od Antonia Caldary pro Znojemský hudební festival. A koncertně zazní předtím v Brně a ve Španělském sále Pražského hradu na začátku února.

## Když jsme spolu dělali rozhovor před třemi lety, mluvil jste také o tom, že máte i malý vinný sklípek na Moravě. Ještě se tam dostanete?

Teď jsem tam déle nebyl, ale letos v létě jsme tam několik týdnů s rodinou strávili, právě i v době zmiňovaného znojemského festivalu. Příští rok to plánujeme udělat stejně.

## Takže jste po covidové pauze naplno zpět v práci s veškerým cestováním?

Snažím se nevracet se úplně do tempa, které jsem měl předtím, a mít víc volného času. Ale ježdění mimo Prahu je i tak komplikovanější. Nejen kvůli představením mým či mé ženy, ale třeba i kvůli dětem, které mají v týdnu školu a různá vystoupení.



IVETA BENÁKOVÁ  
iveta.benakova@metro.cz

## Životní sny

Ben Cristovao a polský DJ a producent TRIBBS natočili ke skladbě Future Champ klip o životních snech. První ideou, která zažehla motiv textu Future Champ, byl podle Bena Cristovaa sport, konkrétně jeden z důležitých turnajových zápasů tehdy ještě budoucího UFC šampióna Jiřího Procházky. „Při poslechu songu Future Champ mi došlo, že není primárně jen o sportu jako spíš o snících a aspiracích obecně. O lidech poháněných vášní a láskou k práci jejich života,“ vysvětluje režisér Andrii Lagutin. MET



## Krátce

### Světová premiéra na Berlinale

Animovaný film Deniska umřela, který režíroval Philippe Kastner z Katedry animované tvorby FAMU, bude mít světovou premiéru na festivalu Berlinale v soutěžní sekci Generation Kplus. Ta představuje ve světové premiéře celovečerní i krátké filmy pro děti. Každoročně do této soutěže pořadatelé vyberou 12 krátkých filmů z celého světa. Festival proběhne od 16. do 26. února v Berlíně.

### Koncert zdarma?

Mexický prezident Andrés Manuel López Obrador poprosil portorického zpěváka Bada Bunnyho, aby uspořádal v Mexiku koncert zadarmo, uvedla agentura AP. Na koncert Bada Bunnyho se minulý týden nedostaly tisíce lidí, protože měli koupené zfalšované duplicitní vstupenky. Hudebník by tak podle López Obradora mohl obětem podvodu prokázat solidaritu. Zástupci portorické hvězdy reggaetonu doposud nereagovali. **čtk**



INZERCE

Televize Seznam

SOBOTA 20:15

**VÍTEJ DOMA**

Televize Seznam

SOBOTA 20:15

**ELLIOT: NEJMENŠÍ SOBÍK**

# Do autosedačky bunda nepatří. Na podsedač raději zapomeňte

**Nejen u dětí by se nemělo zapomenout na nastavení opěrky. Ta má být v úrovni temene.**

Mnozí se stanou spolujezdci už cestou domů z porodnice. Ač jsou řádně posazeni do autosedaček, ne vždy to znamená, že se vezou bezpečně. Nejčastější chybou je například to, že dítě je při jízdě příliš obléčené.

„Huňaté bundy sice ve voze zajistí teplo, ale pokud dojde k nehodě, představují velké nebezpečí. Platí: čím méně vrstev, tím lépe. Zejména v zimním období dospělí často zapomínají na to, že by svou ratolest nikdy neměli zapínat do autosedačky v tlusté bundě nebo několika

vrstvách oblečení, a to i když jedou krátkou vzdálenost. Aby dítě bezpečnostní pás chránil, musí být co nejvíce na těle,“ říká koordinátor bezpečnosti silničního provozu Libereckého kraje Jan Polák.

Ratolest, která je během cesty navlečená do péřovky, se nebude po chvíli cítit dobře. Začne se vztekát, ošívát, jejím chováním může být rázem rušen řidič a ohrožena bezpečnost jízdy. Ideální je proto podle Týmu silniční bezpečnosti auto před cestou nastartovat a trochu předejřát nebo mít ve voze připravenou deku. Pokud je dítěti chladno, po správném připoutání je nejjednodušší, a bezpečné ho přikrýt.

„Pravidlo oblékání platí ostatně i pro dospělé. Bez příliš teplého oblečení se bude za volantem cítit lépe řidič i ostatní spolujezdci. Pás přes hladký povrch bundy může



Zimní bundu bychom měli svléci dětem i sobě. TSB

sklouznout a neudrží tělo tam, kde by měl. Nejlépe funguje, když ho máme na svém těle,“ říká Polák a dodává, že pod pásem by neměly být umístěny žádné pevné nebo ostré předměty jako propisky, klíče a podobně.

Autosedačky jsou základním bezpečnostním prvkem a pro cestování autem s dětmi jsou nutností. Parametry pro novorozence a pro starší děti jsou rovněž rozdílné. Jakmile povyroste, z prvních sedaček, obvykle takzvaných vajíček, přeseďadí do autosedaček další kategorie. „Ze zákona v autosedačkách děti při jízdě musí být umístě-

ny do tělesné hmotnosti nižší než 36 kilogramů a výšky menší než 150 centimetrů. Začínají ve vajíčku, pokračovat by měly ideálně v sedačkách umístěných proti směru jízdy a končit ve velkých sedačkách. Měli bychom se úplně vyhnout zažitým podsedačkám,“ varuje Markéta Novotná za krajské pracoviště BESIP Ministerstva dopravy pro Liberecký kraj. Podsedačky totiž nechrání trup a oblast hlavy, zejména v případě bočních nárazů.

„Existují různé typy, ale bezpečné jsou jen tehdy, když jsou správně použité. V první řadě musí být dětská

autosedačka řádně připevněna v automobilu. Při výběru je potřeba si pohlídat, zda autosedačka pasuje a vejde se do auta. Ne každá je vhodně připevněna v každém automobilu,“ radí Novotná.

Totéž platí i pro děti. Každé je při stejné váze jinak vysoké a naopak. Každé dítě nebude vhodně usazené v každé sedačce.

„Vybrat si sedačku podle doporučení influencerů není tou nejbezpečnější variantou,“ upozorňuje Patrik Lang z Týmu silniční bezpečnosti. Výběru je potřeba věnovat čas. Ovšem ani nejkvalitnější sedačka neochrání naše ratolesti, nebudeme-li dodržovat zásady.

„V první řadě musí být správně věst, v případě tříbodového pásání přes klíční kost, hrudní kost a boky. Musí být dotažený do těsné blízkosti s tělem a narovnaný. Nejen u dětských sedaček by se nemělo zapomínat na nastavení hlavové opěrky, která by měla být vždy minimálně v úrovni temene hlavy, lépe však alespoň dva centimetry nad,“ popisuje Lang. U sedaček proti směru jízdy se řídíme dvěma prsty mezi rameny a dolní hranou hlavové opěrky. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

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

Cestování - nabídka

222 231 210, 602 330 913

**AGL travel**

Děkujeme Vám za důvěru  
a přejeme krásné Vánoce  
a šťastný nový rok



**SLEVA  
500 Kč**

s tímto kuponem  
do 31.1.2023  
v CK AGL travel

- exotika v teple
- lyžování
- léto u moře
- poznávací zájezdy

**JEĎTE JINAM NEŽ KAŽDÝ**  
[www.AGLtravel.cz](http://www.AGLtravel.cz)

CK AGL travel, Ploskovičká 19, Praha 8



INZERCE

Portmonka

TVOJE DIGITÁLNÍ  
PENĚŽENKA NA  
VĚRNOSTNÍ KARTY

TEŠCO

dm

Lidl Plus

BILLA

Dr.Max

PENNY

PRO ZÍSKÁNÍ APLIKACE  
NASKENUJTE QR KÓD

Nyní na Google Play

Stáhnout v App Store



ROZDÁVÁME 100 BALENÍ ZDARMA!!!

# 8 minut a je po bolesti

## Léčivá epsomská sůl vás zbaví zdravotních obtíží

400 let stará receptura bojuje proti zánětům, otokům kloubů a svalů účinněji než ibuprofen nebo steroidy

Už žádný ischias, artritida, otoky, hematomy a revmatismus. Již 2 miliony osob se zotavilo a vyhnulo se operaci, díky léčbě solným roztokem, který byl poprvé použitý... v roce 1618. Chcete se také zbavit léků proti bolesti, rehabilitačních pásů a berlí? Do České republiky právě dorazilo 100 bezplatných balíčků léčivé soli z anglického lázeňského města Epsom. Zajistěte, aby byl jeden z nich váš. Zavolejte na telefonní číslo uvedené v dolní části stránky.

### Tato sůl doslova čistí tělo od bolesti.

400 let stará přírodní směs soli si poradí s bolestí, zraněními a dnou 200x účinněji než speciální přípravky uměle vyrobené v moderních laboratořích. Takový je závěr odborníků z Evropského institutu pro obnovu pohybu v Surrey. „Pouhá čtvrt hodina koupele v epsomské soli stačí k tomu, abyste znovu získali → pevné nohy → schopné ruce → pružnou páteř a šlachy“ - říká profesor Gabriel Meier. Již 40 let zkoumá pozoruhodné vlastnosti staroanglické léčby. „Stejně vynikajících výsledků dosáhnete, když na postižená místa přiložíte obklad namočený v tomto přípravku. Bolest, hematomy, otoky a pálení ustupují beze stopy již po 8 minutách“ - ujišťuje. Doslova na vlastní kůži to poznaly již 2 miliony lidí: hořká epsomská sůl vás postaví na nohy i po vážných nehodách a vyléčí roky přetrvávající degeneraci během 8 minut.

### Záchrana, když moderní pilulky selžou

Mimořádné účinky léčivé soli byly objeveny již na počátku 17. století ve městě Epsom. Pastýři a tovaryši, kteří se koupali v místních minerálních pramenech, okamžitě získali sílu do



I vy se můžete plně zotavit a to zcela ZDARMA, pokud si nyní zavoláte o jedno ze sta refundovaných balení epsomské soli. Pospěšte si, rozhoduje pravidlo, kdo dřív přijde, ten dřív mele

nohou a rukou. Ještě téhož dne se jejich záněty, parézy končetin a bolesti z vykloubení a zlomenin začaly hojit. I starší lidé, kteří léta trpěli bolestmi beder a páteře, získali elán jako dvacetiletí. Stačilo jim 15 minut relaxační koupele. Zmizelo píchání v zádech nebo praskání v kolenou. Krk a ramena získávaly zpět plnou pohyblivost. „Léčba solí byla účinná při zmírnění bolesti, deformací kloubů a svalů v dobách, kdy neexistovala ortopedie a pilulky nebo injekce nebyly běžné. A dnes překonává chemická specifika. Proč? Protože se nevstřebává ze žaludku, ale přes kůži. Největší část lidského těla! Při tomto způsobu podávání zůstávají prospěšné složky epsomské soli v lidském těle až 9 hodin. Za tak dlouhou dobu udělají mnohem víc než pilulky, která doslova proletí trávicím systémem a navíc ho podráždí,“ vysvětluje profesor Meier.



### Účinnější než rehabilitace



#### Léčba epsomskou solí po 8 minutách:

- ✓ Ulevuje od bolesti rukou, nohou a zad
- ✓ Zmírňuje příznaky RA po 1 použití
- ✓ Hojí rány 6x rychleji
- ✓ Bojuje proti necitlivosti a ztuhlosti
- ✓ Odstraňuje otoky a hematomy z 98%
- ✓ Navrací tělu lehkost

### Záleží nám jen na vašem zdraví

Proč rozdáváme balíčky se skvělým léčivým solným přípravkem Epsom ZDARMA? A proč se o něm dozvídáte až nyní, přestože v moderní době pomohl od zdravotních obtíží již tolika lidem? Připravte se na šok: „Velkým farmaceutickým společnostem nezáleží na tom, aby lidé dostali lék, který jim pomůže od obtíží jednou a navždy,“ přiznává profesor Meier. „Opakující se bolesti a stále nepříjemnější degenerace mají zoufalého zákazníka přimět, aby se vrátil pro další tablety a pudry. A obchod prosperuje.“

„Výsledky mého výzkumu byly léta blokovány, až jsem si nakonec řekl: dost! Nemohu už před lidmi skrývat, že nemusí jít pod nůž nebo utrácet miliony, aby mohli svobodně chodit, běhat, ohýbat se a tančit. Každý má právo na život bez bolesti a omezeného pohybu! Našel jsem poctivého distributora, který poskytl BEZPLATNÝ balíček léčivé epsomské soli těm nejpotřebnějším. Žádné umělé přidávání marží, žádní chamtiví zprostředkovatelé. Zároveň však nejsme charitativní institucí a nemůžeme tento cenný přípravek rozdávat neustále. Pokud chcete získat jeden ze 100 bezplatných balíčků, zavolejte neprodleně na níže uvedené telefonní číslo. Je to vaše jediná šance“.

### Po třech dnech jsem hodila berle do kouta!

První účinky této soli jsem pocítila již v průběhu koupele. Bolest v kyčlích zmizela asi za 10 minut. O tři dny později jsem byla schopna chodit po bytě bez berlí! Myslela jsem si, že už budu mít bolesti napořád, protože mám silně vyvinutou rezistenci na léky. Navíc má tato léčba antibakteriální účinky, takže jsem se během ní nemusela potýkat s žádnými plísněmi ani podrážděním (jak jsem byla zvyklá u klasických pudrů).



Kristýna, 76 let, Hradec Králové



Bud'te znovu fit a to ZDARMA - zavolejte si pro léčivou epsomskou sůl

Prvních 100 lidí kteří zavolají do 07.01.2023 obdrží 100% náhradu výrobce!

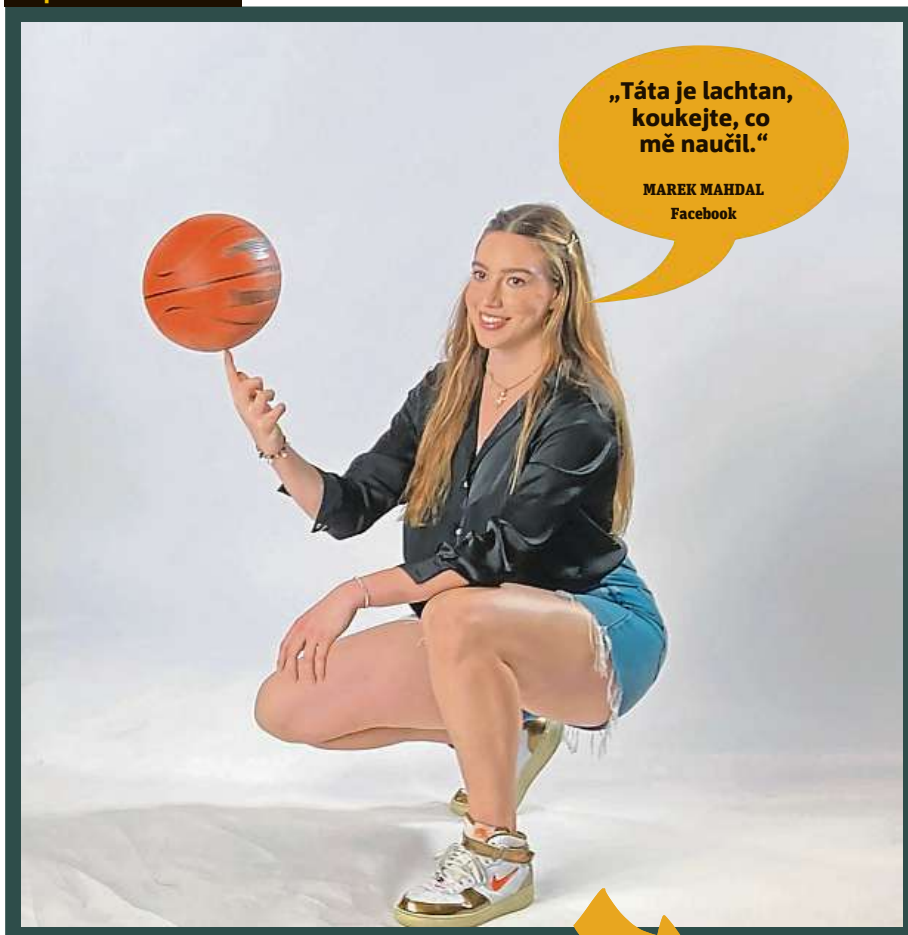
Zavolejte: 352 579 603

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

**Sudoku**

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

**Napište svou bublinu**



**Luštěnka**

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

1. pracovní rozprava
2. připraven (pomoci)
3. tajenka
4. ostrov v pásu atolu
5. dekorace (kniž.) mn. č.
6. neznámý autor

	1	2	3	4	5	6
1						
2						
3			K			
4						
5						
6						

**Počasí**

DNES	ZÍTRA	NEDĚLE	PONDĚLÍ
* * *			* *
-3/1 °C	-5/-1 °C	-7/-3 °C	-4/0 °C

Teplotní rekordy: ↓ -19,1 °C (1808) ↑ 15,2 °C (1989) Bio: ❤️❤️❤️



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

FOTO: 2x AP

**TV tipy**

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>15.55 Úsměvy Václava Trégla</p> <p>16.35 Polopatě</p> <p>17.30 AZ-kvíz</p> <p>18.00 Události v regionech</p> <p>18.25 Kde domov můj?</p> <p>19.00 Události</p> <p>19.56 Branky, body, vteřiny</p> <p>20.10 Princezna a pisarř</p> <p>Pohádka (ČR, 2014)</p> <p>21.35 Všechnopárty</p> <p>22.35 Světáci</p> <p>Komedie (ČR, 1969)</p> <p>00.15 AZ-kvíz</p> <p>00.45 Toulavá kamera</p> <p>01.15 Objektív</p> <p>01.45 Rajske zahrady</p> <p>02.05 Dobré ráno</p> <p>04.35 Bydlení je hra</p> <p>05.00 Pod pokličkou</p>	<p>15.50 Četník ve výslužbě</p> <p>Komedie (Fr./It., 1970)</p> <p>17.30 Firma roku a Živnostník roku 2022</p> <p>18.50 Boží dar – příběhy českých potravin (9/9)</p> <p>19.10 Ostrovy Malajsie (2/2)</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Četník a četnice</p> <p>Komedie (Fr., 1982)</p> <p>21.45 Pomsta Černého korzára</p> <p>Komedie (It./Sp., 1971)</p> <p>23.25 Americká Arktida – ohrožená země</p> <p>00.15 Konec hry, mlčení prolomeno</p> <p>01.15 Na houby (13/13)</p>	<p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.25 Na lovu II</p> <p>18.25 Ulice (4390)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>Tří bratři</p> <p>Pohádka (ČR/Dán., 2014)</p> <p>22.25 Kameňák 4</p> <p>Komedie (ČR, 2013)</p> <p>00.15 Kriminálka Miami II (3)</p> <p>Potíže. Krimiseriál (USA, 2004)</p> <p>01.15 Kriminálka Miami II (4)</p> <p>01.55 Specialisté (120)</p> <p>02.45 Novashopping</p> <p>03.00 Na lovu II</p> <p>03.50 Ordinace v růžové zahradě (2)</p> <p>04.45 Novashopping</p>	<p>15.50 Policie v akci</p> <p>16.50 Policie v akci</p> <p>17.50 Prostřeno!</p> <p>18.55 Hlavní zprávy</p> <p>19.40 Krimí zprávy</p> <p>19.55 Showtime</p> <p>20.15 Máme rádi Česko</p> <p>22.05 Máme rádi Česko</p> <p>23.50 Jak to bylo, šéfe?</p> <p>00.25 Policie v akci</p> <p>01.25 Námořní vyšetřovací služba XI (20)</p> <p>Stránka nenalezena.</p> <p>Krimiseriál (USA, 2013)</p> <p>02.25 Rizzoli &amp; Isles: Vraždy na pitevně VII (5)</p> <p>Stín pochybnosti. Krimiseriál (USA, 2016)</p> <p>03.20 Komisař Rex VII (15)</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 1CHARTED</p> <p>11.00 Óčko hity</p> <p>14.30 Top 3 Óčko Chart</p> <p>14.45 Óčko hity</p> <p>15.00 Hitrádio desítka</p> <p>15.50 Óčko hity</p> <p>17.00 Novinky</p> <p>22.00 Amsterdam Dance Event</p> <p>Vlog ze světového tanečního eventu</p> <p>22.05 Party ride</p> <p>Dance music pro všechny na páteční mejdan</p> <p>23.30 Amsterdam Dance Event</p> <p>Vlog ze světového tanečního eventu</p> <p>23.35 Party ride</p> <p>1.00 Óčko flirt</p>



# Ford Tourneo Connect - Rodinný týpek

Trh s SUV modely stále roste a na jejich oblíbenosti nic nemění ani fakt, že svým menším prostorem nemohou nijak konkurovat dříve tak žádaným rodinným velkoprostorovým MPV jako třeba Fordu Galaxy, a tak časem i bestsellery nejen díky emisím, ale i designovým trendům z trhu mizí. Důkazem je ukončení výroby již zmiňovaného Fordu Galaxy, který společně s neméně oblíbeným Fordem S-Max již příští rok přestanou sjíždět z výrobních linek španělského závodu ve Valencii. Není divu, že roli rodinných vozů tak stále častěji přebírají osobní verze dodávek jako třeba „fordácké“ Tourneo Connect. Možná si říkáte, proč jsem dal uvozovek slovo fordácké, ale věřte, že to má svůj význam.

V rámci emisního balíčku se totiž americký Ford před dvěma roky dohodl na alianční spolupráci v oblasti užitkových vozů s Volkswagenem. Jejich společný vývoj a výroba

Pokud nejste zarytým fandou výhradně zaměřeným na automobilku Ford, mohl by vás nový Connect zaujmout. Interiér nabídne neuvěřitelně prostornou a skvěle konfigu-



však nejsou nic neobvyklého, vždyť zrovna výše zmiňované Galaxy mělo také společnou základní techniku s koncernovými modely Sharan a Alhambra.

Výsledkem nově zmiňované spolupráce je vedle nové generace pick-upů Volkswagen Amarok a Ford Ranger, také námi testovaný Ford Tourneo Connect. Všestranný vůz, který uspokojí řemeslníky, velké rodiny nebo třeba dobrodruhy, kteří potřebují prostorný vůz pro své dobrodružné výlety.

rovatelnou kabinu se sedáčkami až pro sedm cestujících. Sedadla ve druhé a třetí řadě lze sklopit, překlápnout celá dopředu nebo zcela vyjmout, čímž vznikne velmi rozměrný prostor pro zavazadla. Po vyjmutí druhé a třetí řady sedadel nabídne nové Tourneo Connect nákladový prostor o objemu až 3,1 m<sup>3</sup>. K dispozici jsou dvě délky karoserie a 2 výbavové linie. V našem případě jsme měli k dispozici výbavu Active a prodlouženou 7místnou variantu Grand poháněnou úsporným naftovým

dvoulitrem EcoBlue o výkonu 90 kW (122 k) spojenou se 7st. dvouspojčkovým automatem Powershift. Vůbec poprvé se v nabídce Connectu objevuje možnost pohonu všech kol označovaná jako AWD, ta je však spojena výhradně s manuální šestistupňovou převo-



dovkou. Koncernová spolupráce tak z Connectu dělá dvojice Volkswagenu Caddy, se kterým Connect sdílí platformu MQB. Ta novinku posouvá blíže osobním vozům, a to nejen v pohodlí posádky, ale také

v bezpečnosti, o čemž svědčí pětihvězdičkové hodnocení Euro NCAP a 19 asistenčních systémů. Velkorysá standardní výbava obsahuje například předkolizního asistenta s autonomním nouzovým brzděním, asistenta pro jízdu v pruzích, sledování bdělosti řidiče,

vyparkování, který vyhledá vhodné parkovací místo, at už příčné, nebo podélné, a samostatně do něj vůz navede. Zajímavá je také sada Towing Assist, která obsahuje asistenta pro couvání s přívěsem. Podvozek je komfortní a ani s prázdným zavazadelníkem ho retardéry nerozhodí. Co se týká interiéru, určitě oceníte jeho přehledné uspořádání v koncernovém stylu. My jsme měli k dispozici variantu s klasickými ukazateli, kdo má však rád modernu, jistě ocení možnost digitálního panelu s úhlopříčkou 10,25 palce s různými konfiguracemi zobrazení displeje. Chválíme skvělý rejd a perfektní odhlučnění kabiny, také se nám líbilo, že v naší výbavě nechybělo vyhřívání čelního okna nebo vyhřívání sedáček. Ceny nového Connectu začínají na 725 153 Kč včetně DPH.

Text: Martin Šterba  
Foto: Archiv

## Sleva až 50 % na Philips

Nyní na všech čerpacích stanicích ORLEN Benzina



1500 koníků = 1 kupon na 10% slevu.  
Použijte až 5 kuponů a získajte až 50% slevu.  
Akce trvá od 3. 10. 2022 do 15. 1. 2023.

[orlenbenzina.cz](http://orlenbenzina.cz)

PHILIPS





# „Psaní knih je osamělá práce, ovšem nemusím se při ní přizpůsobovat“

Rozhovor s herečkou a spisovatelkou Janou Bernáškovou.

## Jak se vám daří?

Mám se moc dobře, po poměrně nabitých pár měsících si snažím užívat trošku předvánočního klidu. Přes svátky hraji pár představení v divadle a budu se snažit dopsat svoji třetí knížku. Pak jsme dočetli velký seriál Co jste hasiči II, který poběží v televizi na jaře, a máme v kinech film Vánoční příběh, který má skvělé obsazení. Po dlouhých letech se v něm potkávají Oldřich Kaiser s Jiřím Lábusem, hraje v něm Karel Roden, kterému hraji přítelkyni, Jiřina Bohdalová, Pavel Kříž a spousta spousta dalších skvělých kolegů, tak musím říct, že tohle natáčení jsem si opravdu užila.

## Tak to dopředu děkujeme za krásné vánoční dárky. Říkáte třetí knížku, jak se daří spisovatelkám v Česku?

Já si nemůžu stěžovat, zrovna mi chodí esemesky od mého vydavatele, že jsme s mými předchozími knížkami jak přežít manžela a Coura překonali 60 tisíc prodaných výtisků!

## To je obrovské číslo...

To je, v Česku je vlastně všechno nad 10 tisíc prodaných kusů bestseller, takže z toho mám ohromnou radost. Zvlášť když jsem spisovatelka vlastně náhodou.

## Jak se vám to přihodilo?

Přesně, přihodilo – mně se věci vlastně vždycky dějí napodruhé. A tohle zkrátka chtěl osud. Já jsem totiž dyslektik, takže celé moje dětství mi bylo říkáno, že jsem na psaní a český jazyk hloupá. Takže jsem žila s tím, že v tomhle ohledu mě žádné štěstí nečeká. Změna poprvé nastala, když jsem psala nějaké svoje krátké komentáře na sociálních sítích a v jednom ženském časopise se jim líbily a poprosili mě o psaní sloupků. Na to jsem ochotně kývla. Ale mělo to jepiči život – byla jsem na ně moc energická a oni si představovali něco více uhlazeného.

Pak jsem dlouho nic nepsala. Až onemocněl tatínek a já jsem se o něj starala, tak jsem měla prostě potřebu tvořit, nějak uplatnit svoji kreativitu. A tak jsem si začala psát do šuplíku. A jednou se mě novinář zeptal, co dělám, nechtělo se mi rozebírat osobní věci, takže jsem řekla, že píšu knížku. Toho se chytil nakladatel, poprosil mě o ukázkou, líbila se mu a už to bylo. Knížka vyšla 21. října 2020. A den nato zavřeli na půl roku všechna knihkupectví.

## Tak tomu se říká pech, neodradilo vás to?

Ona si ta knížka svoji cestu našla. Na Vánoce si ji koupilo přes deset tisíc lidí a mám pocit, že opravdu osud to tak chtěl. A od té doby píšu a hraju divadlo a točím a moc mi to tak vyhovuje.

## To jsou dvě hodně rozdílné role...

Je to tak, když píšete knihu, je to osamělá práce. Trávíte hodiny s textem, se kterým vám nikdo nepomůže, nemůžete se spolehnout na inspiraci, kterou máte v divadle od kolegů vlastně neustále. Ale zase si můžete dělat věci úplně po svém, nikdo vám neříká co a jak a nemusíte se nikomu přizpůsobovat.

## Zase vám na konci ale nikdo nezateská.

To je další věc, kde je velký rozdíl. Lidé vám začnou psát na sociální síti a rozebírají knížku, ale třeba s měsíčním odstupem. A zatímco na jevišti vyjdete a pokloníte se hned, knížku odevzdáte a je chvilku úplně ticho a klid. Je v tom velký rozdíl.

## V knížkách se snažte lehkým jazykem dotýkat i hlubších témat, která spojuje to, že jsou to témata ženská. Máte pocit, že v české společnosti je ještě hodně ženských témat tabu?

Ano. A jedno mě zvlášť irituje a vytáčí – a tím jsou ženy na vysokých manažerských funkcích nebo úspěšné ženy obecně. Dříve či později se vždycky zeptají: Jak u toho zvládáš domácnost? To mi při-



Herečka a spisovatelka Jana Bernášková

MAFRA

jde strašně nefér a jako by se automaticky počítalo s tím, že žena, která má kariéru, zanedbává domácnost. Ale chlapa se nikdy nikdo nezeptá, jak může být dobrý táta a špičkový manažer!

## To je třeba také důvod vaší podpory kandidátky na prezidentku Danuše Nerudové?

Mimo jiné. Danuši jsem začala vnímat, ještě když byla rektorkou univerzity, a vždycky se mi líbilo, jak mluví srozumitelně, jasně, chytře a s velkou kuráží. A čím víc ji sleduji, tím větší mám radost, že se tady objevila taková silná, chytrá žena, která se rozhodla kandidovat. A další věc, která je pro mě nesmírně sympatická, je, že je z její generace. Že je takhle mladá a není spojená s minulým režimem. Já už bych opravdu chtěla, aby naše generace dospělých lidí řeckněme 40+ převzala řízení nad touhle zemí a připravila ji na budoucnost našich dětí. Takhle generační obměna je pro mě strašně důležitá.

## Nějaké další téma, které podle vás naše společnost dost neakcentuje?

Jednoznačně vzdělání. A opět – Danuše je pro mě velká naděje také proto, že je bývalá pedagožka. Zná ten systém a ví, co je potřeba udělat, aby se situace ve vzdělání u nás změnila. Protože to, co vidím na svých dětech, je opravdu tristní a systém českého vzdělání je na budoucnost opravdu nepřipraví. Mám jedno dítě na základní a druhé na střední škole, a když vidím, jak jsou učitelé podhodnoceni, jak ti nejlepší často z nutnosti uživit nově založenou rodinu opouští učitelské řemeslo, je mi z toho smutno. Přitom by to mělo být úplně naopak a rozhodně je kde brát inspiraci, například v severských zemích.

## Máte pocit, že žena v této funkci může dělat věci jinak?

Určitě. Má se sebou totiž velmi rozdílnou životní zkušenost a energii. Jako máma od dětí třeba nikdy nepřehlédne téma, že třetina ro-

din, kde žije samotný rodič s dětmi, je pod hranicí příjmové chudoby. To je prostě šílené číslo a obrovské selhání systému, že k němu nechal společnost dojít. Danuše je navíc ekonomka, takže věřím, že k tomuhle ale i k ostatním tématům může zaujmout nejen empaticky, ale také vysoce prakticky postoj a že bude umět table témata ve společenské diskusi prosazovat.

## Máte pocit, že muži jsou v tomhle ohledu méně empatictí, citliví?

Možná nejde ani tak o to, že jsou to muži, jako spíše o to, že byli naposledy chudí, když byli na škole, což je v jejich případě tak dlouho, že už možná zapoměli, jaké to je. Zase se vracím k tomu, jak je pro mě důležité, že je Danuše z mé generace. Já sama jsem měla často hodně hluboko do kapsy, hlavně jako začínající herečka, to je takové hladové povolání, jak se říká. A sama vím, jak je snadné zapomenout, jaké to je, vyjít s 25 tisíci korunami pro celou rodinu na měsíc.

Na to si myslím většina politiků zejména té starší generace úplně zapomněla a myslí si, že jde o nějakou statistiku nebo o lidi, kteří jsou zcela okrajová. A jejich oblíbený argument je: No tak mají lidi, co mají málo, začít o trochu víc pracovat. A případně jim dáme tady péstivku na bydlení a tady příspěvek na děti a hotovo. Ale tenhle přístup vůbec nic neřeší. A myslím, že Danuše jako ekonomka by právě mohla otevřít tohle téma, a hlavně ho řešit systémově.

## Podobně asi vidí Danuši Nerudovou čím dál více lidí, podle průzkumů z minulého týdne se dostala do čela preferencí...

Ona je prostě naděje. Jsou Vánoce a mně připadá, že tady zazářila hvězda, která opravdu lidem tenhle pocit dává, a já věřím, že bude svítit dál. Danuše je pro mě naděje na změnu.

ZADAVATEL: DANUŠE NERUDOVÁ  
ZPRACOVATEL: ONE OF A KIND, S. R. O.



# Finále. Utkají se „raněné“ celky

**Vyvrcholení fotbalového MS v Kataru nebude pouze soubojem Messiho s Mbappém.**

ci zase nemohli povolovat klíčového záložníka Giovaniho Lo Celsa, jehož stejně jako oba Francouze vyřadily svalové problémy.

Těsně před odletem do Kataru přišli Francouzi také o stopera Presnela Kimpembeho a útočníka Christophera Nkunku, který si na tréninku v souboji se spoluhráčem poranil koleno. Už v dějišti turnaje vypadl trenéroví Didieru Deschampsovi z plánů útočník Karim Benzema. Držitel Zlatého míče, jenž přišel o předchozí MS kvůli podílu na vydírání spoluhráče Matthieuho Valbueny, si na tréninku poranil stehenní sval.

Ani to ale ještě nebylo vše. Už po 13 minutách úvodního duelu s Austrálií si Lucas Hernandez při obranné akci přetrhl přední zkřížený vaz v pravém kolenně a šampionát pro něj skončil.

## Král střelců

Ve finále proti sobě nastoupí jedni z nejlepších fotbalistů světa Lionel Messi a Kylian Mbappé, spoluhráči z týmu Paris Saint-Germain.

- Zápas Argentina–Francie může rozhodnout i o nejlepším střelci turnaje. Oba hráči zatím dali pět gólů a mají shodně také tři asistence.

I argentinský trenér Lionel Scaloni musel na poslední chvíli udělat v nominaci několik změn. Zranění nepustilo do turnaje Nicoláse González s Joaquínem Correou. Další útočník Paulo Dybala navzdory svalovému zranění na soupisce zůstal a v semifinále s Chorvatskem se na pár minut objevil na hřišti. **ČTK**



## Odpykal jen čtvrtinu trestu

Trojnásobný wimbledonský vítěz Boris Becker po osmi měsících opustil britské vězení, kde si měl odpykat dva a půl roku za maření insolvenčního řízení, zatajování majetku a nezákonné převody stovky tisíc eur. Měl by být deportován do rodného Německa. Další trest 55leté bývalé světové jedničky po návratu údajně nehrozí. **ČTK**

## Číslo dne

# 3

Snowboardcrossařka Eva Adamczyková obsadila třetí místo v kvalifikaci na závod Světového poháru v Cervinii. Nejrychlejší byla Charlotte Bankesová z Británie, Vendula Hopjáková nepostoupila ani z druhé jízdy. První závod se jede dnes, druhý zítra. **ČTK**

## Tenis. Hráči roku jsou Nadal se Šwiatekovou

Španěl Rafael Nadal a Polka Iga Šwiateková jsou podle Mezinárodní tenisové federace ITF nejlepšími hráči roku 2022. Šestatřicetiletý Nadal vyhrál anketu už popáté a dotáhl se na dlouholetého rivala Rogera Federera. Více triumfů mají na kontě Pete Sampras (6) a Novak Djoković (7).

Už ve středu ITF vyhlásila debllový pár roku, kterým se potřetí staly Barbora Krejčíková a Kateřina Siniaková. Vítězky tří letošních grandslamů předtím vyhrály rovněž anketu WTA Tour.

V mužské čtyřhře byli nejlepší Američan Rajeev Ram a Brit Joe Salisbury. **ČTK**

## Krátce

### Střílel bez chyby

Biatlonista Michal Krčmář, který včera zvládl obě střelecké položky čistě, se šestým místem ve sprintu na Světovém poháru v Annecy postaral o nejlepší výsledek českých mužů v sezoně. Opět suverénně vyhrál Nor Johannes Thingnes Bø.

### Dočkal se výhry

Po těsných porážkách se Švýcarskem a Finskem se české hokejistky dočkaly na turnaji pěti zemí ve Švédsku první výhry. Svěřenkyně trenérky Carly MacLeodové zvítězily v Helsinborgu nad reprezentací Německa jednoznačně 4:0. **ČTK**

INZERCE



## IDEÁLNÍ DÁREK PRO NĚJ?

### POUKAZ NA SLEDOVÁNÍ SKVĚLÉHO FOTBALU.

Objednáte rychle a jednoduše na [www.skylink.cz/vanocce](http://www.skylink.cz/vanocce)




DAROVÝ POUKAZ INTERNETOVÉ TELEVIZE SKYLINK LIVE TV

PRO MÉHO FANOUŠKA

balíček

CANAL+ SPORT

na 12 měsíců

37 programů z ceny 30 v HD



SKYLINK

# Netlač se. Klikni!



## Zvedne tě ze židle

XBOX SERIES S



### Xbox Series S + Just Dance 2023

Herní konzole od Microsoftu  
Hraní v nativním rozlišení 1 440 p, SSD 512 GB  
Snímková frekvence 120 FPS, ray-tracing efekty  
Bezdrátový ovladač, hra Just Dance 2023

6 990,-

## Nedáš ho z ruky

ASUS



### Asus Zenfone 8 8 GB/128 GB

5,92" AMOLED displej 2 400 × 1 080, 120 Hz  
8jádrový procesor, RAM 8 GB, baterie 4 000 mAh  
Fotoaparát 64 + 12 Mpx, přední fotoaparát 12 Mpx  
Čtečka otisků prstů, NFC platby, rychlé 30W nabíjení

ZLEVNĚNO

9 990,-  
10 890,-\*

## S dětmi v kontaktu

WOWME



### WowME Kids 4G

Dětské chytré hodinky  
Telefon i videohovory díky SIM kartě  
GPS a Wi-Fi vždy určí polohu vašeho dítěte  
Výdrž baterie až 3 dny, funkce SOS tlačítko

1 590,-

## Ukaž, co umíš

alzaTools



### AlzaTools CD20V BatteryONE 20 V + 2,4A nabíječka + 2Ah baterie

Aku vrtačka s uhlíkovým typem motoru  
Max. krouticí moment 35 Nm, obousměrný chod  
Sklíčidlo s aretací, průměr otvoru 13-35 mm  
Prodloužená záruka 3 roky

ZLEVNĚNO -15%

1 449,-  
1 699,-\*

Alzákův vánoční obchodčák na  [alza.cz](https://www.alza.cz)