

NEJVÍC NOMINACÍ MAJÍ ARVÉD A IL BOEMO

VYHLÁŠENÍ 30. ROČNÍKU ČESKÝCH LVŮ PROBĚHNE 4. BŘEZNA STRANA 8

metro



Úterý
17. ledna 2023

Č. 12
www.metro.cz

Svátek slaví: Drahoslav

mojemetro | denikmetro

INZERCE



Šanci na těhotenství snižují i kila navíc

Nadváha. Může způsobovat potíže s cukrovkou nebo vysokým tlakem. **Studie.** Podle ní obezita zvyšuje riziko potratu. **Plod.** Různé vady dítěte jsou u takových žen častější. **Pokusy?** Vyhledejte odborníka STRANA 5



Sešlo se sedm klíčníků. Korunovační klenoty spatří lidé do soboty

Korunní komoru v katedrále sv. Víta na Pražském hradě, kde se uchovávají české korunovační klenoty, včera otevřelo sedm klíčníků. Klenoty z ní poté i s památkáři vynesli a vybalili. Ode dneška do soboty se budou moci na vzácné předměty přijít podívat zájemci do katedrály. O vystavení klenotů rozhodl dosluhující prezident Miloš Zeman. Aktu se zúčastnili i premiér Petr Fiala, předseda Senátu Miloš Vystrčil, předsedkyně Poslanecké sněmovny Markéta Pekarová Adamová, pražský arcibiskup Jan Graubner, pražský primátor Zdeněk Hřib a děkan Metropolitní kapituly u sv. Víta v Praze Václav Malý. ČTK

Upálil se, aby vytrhl z letargie

Od smrti studenta Jana Palacha uplynulo 54 let.

Česko si včera na několika místech připomnělo památku Jana Palacha, který se upálil 16. ledna 1969 na pražském Václavském náměstí. Svým činem chtěl vyburcovat společnost z letargie, do níž upadala po okupaci Československa vojsky Varšavské smlouvy v srpnu 1968. Dvacetiletý vysokoškolský student zemřel na následky těžkého popálenin 19. ledna.

„Přispěl k tomu, aby nakonec totalitní režim padl, protože připomeňme, že dvě desítky let později potom, co to udělal, tady byl Palachův týden, kdy lidé na jeho počest začali demonstrovat a usilovat o změnu režimu, svobodu a demokracii, což se na závěr roku 1989 i povedlo,“ uvedla předsedkyně Poslanecké sněmovny Markéta Pekarová Adamová na pietní akci na Václavském náměstí.



Pietní akt v pražském Karlovinu



Lidé uctívají Palachovu památku i v místě, kde si vzal život.

K Národnímu muzeu dorazil také premiér Petr Fiala. Označil přitom za důležité připomínat si lidi, kteří něco udělali pro svobodu a demokracii. „Musíme si uvědomit, že to jsou velké a křehké hodnoty a musíme za ně bojovat i konkrétními činy,“ uvedl. Někdy jsou to činy velké a neopakovatelné, jako byl ten Palachův, jindy jde třeba i o využívání svých práv, účast u voleb či aktivitu v občanském životě, dodal. **ČTK**

Chtěli vyburcovat k odporu. Po letech se to povedlo

Jan Palach byl studentem historie a politické ekonomie Filozofické fakulty Univerzity Karlovy.

- Další student, Jan Zajíc, se po vzoru Palacha upálil na protest proti normalizaci 25. února 1969 v průchodu domu v horní části Václavského náměstí, jen desítky metrů od místa, kde se polil hořlavinou a zapálil Jan Palach.

- O Palachovi představitelé i média komunistického Československa 20 let mlčeli, tabu bylo i jméno Jana Zajíce. Lidé však na jejich činy nezapomněli.

- Pietní akt ke 20. výročí Palachovy smrti v lednu 1989 se nečekaně změnil v nejsilnější protestní akci proti režimu. Tisíce lidí se nebalily opakovaně proje-

vit nespokojenost a riskovaly tvrdý zásah pořádkových sil. Intenzita protestů překvapila nejen vládnoucí politiky, ale také opozici. O několik měsíců později totalitní režim padl.

- Palachova i Zajícova památka se mohly svobodně připomínat až po listopadu 1989. Od roku 2014 je 16. leden v Česku významným dnem. **ČTK**

INZERCE



SPA HOTEL DĚVÍN & MARIÁNSKÉ LÁZNĚ

SVĚTOZNÁMÉ LÁZNĚ NABÍZEJÍCÍ NEJČISTŠÍ OVZDUŠÍ A POLOHU UPROSTŘED SLAVKOVSKÉHO LESA

Navštivte světoznámé lázně během zimního času uprostřed panenské přírody, které jsou zapsané na seznamu UNESCO. Spa Hotel Děvín se nachází uprostřed Mariánských Lázní. Věnujte se sami sobě a naslouchejte svému tělu. Zapomeňte na každodenní stres při Wellness & Relax pobytech v našem hotelu přímo v srdci Slavkovského lesa. Vyberte si některý z našich balíčků. **Uvedené ceny jsou s 15% slevou.**

KOMPLEXNÍ LÁZEŇSKÁ KÚRA

8 dní / 7 nocí | **od 10.180 Kč / osoba***

8 dní / 7 nocí | **od 13.210 Kč / osoba****

Nabízíme jedinečnou kombinaci léčebného pobytu v Mariánských Lázních se zaměřením na prevenci, regeneraci a obnovu vitality. Balíček nabízí ubytování v komfortním pokoji, plnou penzi (oběd formou lehkého občěda – salát & polévka), konzultace s lékařem, 3 léčebné procedury denně (celkem 15 procedur – dle rozpisu lékaře), 1x za pobyt 2-hodinový vstup do bazénu.

SENIOR 60+

7 dní / 6 nocí | **od 7.790 Kč / osoba***

7 dní / 6 nocí | **od 9.350 Kč / osoba****

Je čas na zasloužený odpočinek! Relaxujte v lázních a zároveň přispějte k udržení či zlepšení své tělesné i psychické kondice. Program obsahuje ubytování v komfortním pokoji s přípitkem, polopenzí, perlíčkovou koupelí, parafinový zábal, klasickou částečnou masáž, 2x plynovou obálku, 2x oxygenoterapii, 1x relaxační masáž hlavy, 1x oxygenoterapii s vitamínem, privátní saunu, 1x za pobyt 2-hodinový vstup do bazénu, 2x zapůjčení Nordic Walking holí na 2 hod.

*ve dvoulůžkovém pokoji (při obsazenosti 2 osob) | **v jednolůžkovém pokoji

RELAX PROGRAM PRO ŽENY & BONUS PARKOVNÉ ZDARMA PO DOBU POBYTU

6 dní / 5 nocí | **od 7.600 Kč / osoba***

6 dní / 5 nocí | **od 10.790 Kč / osoba****

Odpočiňte si od starostí všedních dnů a přijďte načerpat novou energii do příjemné atmosféry našeho Spa Hotelu Děvín. Vyzkoušejte náš nový balíček. Pobyt obsahuje: ubytování v moderním a luxusním pokoji kategorie De Luxe, uhlíčitou koupel s jodobromovou solí, aroma masáž, plynovou obálku, relaxační masáž hlavy, 1x zapůjčení holí Nordic Walking, 1x 2-hodinový vstup do bazénu, privátní saunu, čajový a kávový set, 15% slevu na další procedury, župan a pantofle během pobytu.

ROMANTIKA PRO DVA

3 dny / 2 noci | **od 3.690 Kč / osoba***

Speciální pobyt pouze pro vás dva. Oslavte „Valentýna“ s námi. Vychutnejte si společné chvíle strávené v romantické prostředí světoznámého lázeňského města. **Program zahrnuje:** ubytování v pokoji De Luxe s přípitkem, láhev Bohemia sektu při příjezdu na pokoj, ovocnou mísu na pokoj, romantickou večeři při svíčkách (servírované menu včetně láhve vína pro pár), aroma masáž (pro ni a pro něj), privátní saunu pro dva (60 min.), čajový a kávový set, 15% slevu na další procedury, župan a pantofle během pobytu, parkování u hotelu zdarma jako bonus.

VÍCE INFORMACÍ NAJDETE NA NAŠICH WEBOVÝCH STRÁNKÁCH: WWW.SPAHOTELDEVIN.CZ

+420 354 470 400 | +420 354 621 692 | info@spahoteldevin.cz



Patnáct let od velké loupeže

Pachatelé ukradli 74 milionů korun.

Před patnácti lety, 17. ledna 2008, policie oznámila, že z dodávky bezpečnostní agentury Fenix ozbrojený pachatel ukradl u čerpací stanice nedaleko Sedmihorek na Semilsku 74 milionů korun. Vyšetřování ale ukázalo, že peníze byly z auta ukradeny už předtím, na čerpací stanici u Hořic. Pachatelé hotovost odvezli z nezamčeného vozu s vědomím jeho řidiče. Soudy potrestaly tři pachatele tresty v délce dvanácti let. Z uloupených peněz se policii podařilo nalézt jen malou část.

Kriminalisté, kteří případ začali rozplétat, pojali záhy podezření, že do přepadení mohl být zapojen některý ze zaměstnanců agentury. Zvláštní byla například sku-

tečnost, že dodávka zastavila na odlehle zastávce, ačkoliv jen asi o 100 metrů dál je benzinová stanice.

Do centra pozornosti detektivů se dostal především řidič pancéřovaného vozu Milan Horych, jenž však účast na fingované loupeži rozhodně odmítal. Teprve po několika měsících ve vazbě se Horych přiznal a označil i své spolupachatele, Josefa Blažka a Rudolfa Tesárka. Horych při hlavním líčení u Krajského soudu v Hradci Králové tvrdil, že byl k účasti na zločinu donucen Tesárkem a Blažkem pod pohrůžkou fyzické likvidace rodiny. Vzhledem k tomu, že při vyšetřování spolupracoval s policií a pomohl případ objasnit, odešel Horych od soudu pouze s pětiletým trestem. Josef Blažek a Rudolf Tesárek, kteří trvali na tom, že s činem nemají nic společného, dostali shodně po dvanácti letech vězení.

V odvolacím řízení jim byl trest o dva roky zkrácen. Blažek s Tesárkem si však za mřížemi dlouho neposeděli. V červnu 2010 podala tehdejší ministryně spravedlnosti Daniela Kovářová stížnost pro porušení zákona a oběma mužům přerušila výkon trestu. Nástupce Kovářové Jiří Pospíšil sice ministerskou stížnost počátkem srpna 2010 stáhl, oba propuštění však už stihli utéct do Thajska.

Thajská policie ale oba muže v květnu 2011 zatkla, neboť měli propadlá víza, a v zemi tudíž pobývali nelegálně. Dvojice byla následně vyhoštěna a předána české policii. Kvůli „nadržování“ zlodějům byl odsouzen již zesnulý soudce Vlastimil Matula, který podle rozsudku při své stáží na ministerstvu spravedlnosti zmanipuloval stížnost pro porušení zákona, kvůli níž se zloději následně dostali z vězení. **ČTK**



2x ČTK

Kluci vytiskli svou školu

Více než 1000 hodin zabrala dvěma studentům a třem 3D tiskárnám výroba podrobného modelu novorenesanční budovy Gymnázia Jana Opletala v Litovli na Olomoucku. Dokončenou zmenšenou kopii budovy vystavili na chodbě litovelského gymnázia. Studenti ke zhruba metrovému modelu ještě plánují vytisknout 3D podobu členitého sklepení gymnázia a okolí školní budovy. Na snímku je Tomáš Komárek, jeden ze studentů. **ČTK**



INZERCE

Pečujte o zdraví svého srdce

VYČISTĚTE TEPNY OD nánosů cholesterolu díky PRŮLOMOVÉ FORMULI

Sebeměšší námaha vám způsobí dušnost? Trápí vás necitlivost končetin, špatně se soustředíte? Mohou to být příznaky aterosklerózy. Cholesterol se hromadí v žilách a blokuje průtok krve. Je to jednoduchá cesta k infarktu a mrtvici. Neriskujte. Sterolový reduktor cholesterolu zastaví ischemickou chorobu a sníží riziko nebezpečných komplikací o 96%.

Specialisté z Centra pro výzkum srdečního selhání zaznamenali úžasné změny v oběhovém systému již po 2 týdnech používání bezplatného přípravku:

- ▶ Lumen krevních cév se rozšířil o 89%
- ▶ Nižší krevní tlak
- ▶ 3,8 krát nižší riziko infarktu a mrtvice
- ▶ Snížení zánětu a blokování tvorby cholesterolových plaků

VYZVEDNĚTE DNES sterolový přípravek na snížení hladiny cholesterolu Do 20.01. za OKČ!

Pouze do 20.01.2023 dostanete balíček sterolového reduktoru cholesterolu v hodnotě 2500 Kč **ZDARMA!**

Díky tomu vyčistíte žíly od usazenin cholesterolu a snížíte riziko infarktu!

Zbavte se žilních emolií za 14 dní

„Složky formule pronikají stěnami tepen, rozkládají usazeniny cholesterolu a snižují zánět. Znášobí se transport kyslíku, čímž se zlepší funkce klíčových orgánů, jako je srdce, mozek, játra a ledviny. – Specialista, Centrum pro výzkum srdečního selhání

„Hypertenze téměř vymizela a výsledky lipidového profilu se po prvním měsíci užívání vrátili k normálu. – Kristina, 64 l., Luhačovice

Zavolejte teď: tel. 296 849 658

Po - Pá 8 - 20 hod., So - Ne 9 - 18 hod. (Obyčejný místní honor bez dodatečných poplatků)

NABÍDKA ZDARMA pro prvních 50 osob.

GOLD INVEST SOLUTION

Investiční zlato

GOLD INVEST SOLUTION
Zlato jako uchovatel hodnoty,
Vaše jistota proti inflaci.

Zvýhodněná cena

Zlatý slítek ARGOR-HERAUS - 100 g

133 200 Kč

(cena je platná při nákupu alespoň dvou slítků)

Nabízíme zlaté slítky o hmotnostech 1-1000 g. Při odběru nad 2000 g nabízíme individuální cenové podmínky

www.goldinvestsolution.com

Oficiální obchodník se zlatem a drahými kovy

+420 603 731 201

Cena platí do vyprodání zásob. Cena je platná při předložení tohoto letáku



ZK ARNIKA.CZ

Nejkrásnější alej roku je na severu Moravy

Alejí roku 2022 je Lipová alej na Uhlířském vrchu v Bruntále v Moravskoslezském kraji. Zvítězila ve dvanáctém ročníku ankety o nejkrásnější alej roku, kterou pořádá sdružení Arnika. Smyslem soutěže je prohloubit zájem lidí o stav veřejné zeleně. Letos soutěžilo 92 stromořadí. Lipovou alej na Uhlířském vrchu tvoří 262 stromů ve čtyřech řadách. Podle organizátorů soutěže bylo stromořadí vysázeno v 18. století, a to do půdy vyhaslé sopky. Uhlířský vrch totiž patří k jedné z nejmladších vyhaslých sopek v Česku. **ČTK**

Generál. Na horké půdě

Bývalý vysoký představitel české armády NATO Petr Pavel se po vítězství v prvním kole prezidentských voleb dnes vydává do Ústí nad Labem a ve čtvrtek do Ostravy, tedy do regionů, kde měl slabší výsledky a kde byla také nízká volební účast. Vyplývá

to z pozvánek na jeho facebookovém profilu. Pavel porazil Babiše o 22 843 hlasů.

Na severu Čech a Moravy, tedy v baště Babiše, by chtěl voličskou pozornost upoutat co nejvíce. Bývalý premiér získal v Ústeckém kraji 47,27 procenta hlasů proti

Pavlovým 29,28 procenta, v Moravskoslezském kraji pak měl 44,86 procenta proti 27,80 procenta pro Pavla. Generál se zřejmě bude chtít spojit s neúspěšnou kandidátkou Danuší Nerudovou. Chtěl by získat jejich 777 tisíc hlasů. **ČTK**

Účty kandidátů: Pavel 10 milionů, Babiš 15 tisíc

Haléřové částky s hanlivými vzkazy poslalo hnutí ANO do státního rozpočtu.

Kandidát na prezidenta Petr Pavel má na svém transparentním účtu k dispozici již přes deset milionů korun, což je finanční limit výdajů na kampaň pro druhé kolo prezidentských voleb. Část peněz mu na účtu zbyla z prvního kola, dalším téměř osm milionů korun mu do včerejších 11 hodin poslali jeho příznivci a sponzoři. Částku se Pavlovi podařilo vybrat zejména na drobných darech v řádu tisíců a desetitisíců korun. Vyplývá to z jeho transparentního účtu.

Andreji Babišovi od soboty na účtu přibýlo asi 15 tisíc ko-

run od několika dárců. V prvním kole jeho tým všechny dary vrátil a kampaň zaplatil z peněz hnutí ANO.

Server Aktuálně.cz napsal, že milion korun chce poslat Pavlovi podnikatel Dalibor Dědek. Stejnou částku dal Pavlovi i na první kolo, dvojnásobnou pak bývalé rektorce Mendelovy univerzity Danuši Nerudové. Pavel označil podporu za neuvěřitelnou. Ocenil i povzbuzující vzkazy, které lidé k darům připojují.

Babiš si kampaň v prvním kole platil ze stranických peněz hnutí ANO a chce tak postupovat i nadále, potvrdil. Hnutí ANO na svém webu uvedlo, že na kampaň v prvním kole nepřijalo od dárců žádné peníze a případné dary s poděkováním vrátilo. Haléřové platby s hanlivými vzkazy hnutí převedlo do státního rozpočtu. Od soboty na dva transparentní účty Babiše a hnutí ANO přišlo několik

Kam s penězi dál?

Podle zákona o volbě prezidenta trvá nejméně 180 dnů od vyhlášení celkových výsledků voleb lhůta, kdy s penězi nevyužitými pro kampaň na volebním účtu nelze nakládat.

- Totéž platí do doby, než je vyřízeno případné řízení o správním deliktu ohledně porušení pravidel financování kampaně. Po konci těchto lhůt má kandidát 60 dnů, aby veškeré nevyužitě peníze převedl na sociální, zdravotní, sportovní, ekologické, kulturní nebo jinak veřejně prospěšné účely podle vlastního výběru.

desítek plateb, většinou opět jde o haléřové platby od Babišových odpůrců. Přispělo mu ale i několik příznivců. **ČTK**

Další podvod

10 500

Policie dlouhodobě upozorňuje na vzrůstající počet podvodů na internetu. Týkají se třeba virtuálních měn. Další Čech přišel o více než milion korun. Muž policistům oznámil, že ho někdo kontaktoval a sdělil mu, že má na bitcoinovém účtu 10 500 amerických dolarů a že mu je pomůže převést na jeho účet. Přestože muž žádný bitcoinový účet neměl, nechal se zmanipulovat. Scénář byl stejný jako u většiny případů tohoto typu. Dal na „radu“ a stáhl si program, který umožňuje vzdálený přístup do internetového bankovníctví. Program ale účet otevírá i podvodníkům. **ČTK**

Vyšší úroda jablek

165

Sklizeň ovoce loni meziročně vzrostla o 23 procent na nadprůměrných 165 028 tun. Byla tak nejvyšší od roku 2018 a třetí nejvyšší za posledních 13 let. Část jablek ovocnáři kvůli vysokým cenám energie nutných pro skladování a nízkým cenám jablek loni nesklidili. Oznámil to Ústřední kontrolní a zkušební ústav zemědělský. Díky příznivému počasí ve druhé polovině roku byla podle něj z dlouhodobého pohledu vyšší především sklizeň jaderovin, kam patří jablka a hrušky. Úroda jablek, která jsou hlavním ovocným druhem, loni vzrostla o 26 procent na 138 150 tun. **ČTK**

Krátce

Pacientů ubývá

Nemocnost akutními respiračními infekcemi se za týden snížila téměř o pětinu. Epidemie podle Státního zdravotního ústavu (SZÚ) ale stále trvá, nemocných je 1611 na 100 ti-

síc obyvatel. O týden dříve lékaři hygienikům nahlásili 1956 případů na 100 tisíc obyvatel ČR. Podle vedoucího oddělení infekčních nemocí SZÚ Jana Kynčla nelze vyloučit druhou vlnu chřipkové epidemie. **ČTK**



ČTK

Ceny pro mladé umělce

Cena Jindřicha Chalupeckého pro rok 2023 patří čtyřem umělcům a jednomu uskupení. Mezinárodní porota ve 34. ročníku ceny pro výtvarné umělce do 35 let ocenila Kryštofa Brůhu, Lenku Glisníkovou (na snímku), Petru Jandu, Gabrielu Těthalovou a kolektiv Stony Tellers. Společná výstava se uskuteční v listopadu v galerii PLATO Ostrava. Mnoho děl oceněných umělců má podobu fiktivních dokumentů zkoumajících rozsáhlé utopické nebo futuristické krajiny. Například Glisníková pracuje s fotografií, její projekty se přizpůsobují rychlosti sociálních médií a často zkoumají technologický vývoj na okrajích fotografické tvorby. Cena se udílí od roku 1990 z podnětu dramatika a bývalého prezidenta Václava Havla, básníka a výtvarníka Jiřího Koláře a malíře Theodora Pištěka. **ČTK**

Máte moc kil navíc? Šance, že otěhotníte, se dost zmenšuje

Stále víc párů se obrací na lékaře, aby jim pomohli počít dítě. Mnohým komplikuje situaci věk, jiným zase disproporce.

Podle některých sexuologů existuje přímá rovnice mezi vysokou hmotností a mužskou sexuální leností.

Miláčku, tak jak to dneska uděláme?

„Tuk mění mužský sexuální hormon testosteron na estradiol, to je hormon ženský,“ upozorňuje sexuolog Jaroslav Zvěřina. Což má za následek utlumení mužských sexuálních aktivit. Nehledě na to, že i po „technické“ stránce mají hodně obézní lidé problémy, aby vůbec

došlo ke spojení jejich pohlavních orgánů.

Nadměrné kilogramy tělesné váhy ale přinášejí i další, mnohem závažnější rizika. Naznačují to výsledky španělské studie Ženská obezita. Podle studie zvyšuje tloušťka riziko potratu geneticky zdravého embrya. V tuzemsku se totiž s obezitou, tou menší, ale i větší, podle Českého statistického úřadu potýká každý pátý Čech a Češka.

„V rámci Evropy jsme jedni z nejobéznějších. Každý druhý Čech má nadváhu. Tato statistika se významně promítá i do našeho oboru asistované reprodukce (IVF). Obezita rodičů ovlivňuje léčbu už od prvopočátku, včetně její úspěšnosti,“ vysvětluje Tomáš Bagócsi, specialista na asistovanou reprodukci z kliniky Reprofit.

Obézní ženy mají v těhotenství problémy například s cukrovkou nebo vysokým

krevním tlakem. Ohrožený je ale i plod, a to vrozenými vývojovými vadami nebo potratem. Obézní ženy tak mají až o třetinu vyšší riziko nedonošení dítěte. Ani metoda IVF proto není schopná tyto hrozby odstranit.

Chcete děti? Vypravte se nejdřív k odborníkovi

Komplikace obézních žen a souvislost s otěhotněním zkoumala před několika lety i švédská studie. Z údajů, které lékaři nashromáždili ze záznamů více než jednoho milionu porodů, jim vyšlo, že u obézních žen hrozí narození postiženého dítěte.

K nim se řadí například vady srdeční, deformace genitálií a končetin nebo anomálie spojené s trávicím traktem. Výskyt těchto potíží dětí obézních matek zvyšuje vysoký Body Mass Index (BMI) rodiček v době otěhotnění. Lékaři proto radí, aby partneři

Češi jsou nehybní

25,2

Takový je průměrný český BMI, index tělesné hmotnosti, který poměří hmotnost a výšku. Je to těsně nad horní hranici normální zdravé váhy.

40

Tolik procent dospělých Čechů se nevěnuje žádné sportovní ani rekreační pohybové aktivitě. čsú

Matky „seniorky“

Patnáct procent českých párů má problém počít dítě.

- Pokud má žena BMI nad 30, stoupá riziko, že neotěhotní. A to až o 300 procent.
- Snižuje se i úspěšnost umělého oplodnění. A to u čtvrtiny všech obézních a poloviny velmi obézních.
- Věk českých prvorodiček se v posledních letech pohybuje mezi 28 a 29 roky. V Praze je to dokonce přes 31 let.

předtím, než se začnou o děti pokoušet, navštívili například kardiologa, diabetologa nebo výživového poradce. „Ani asistovaná reprodukce není všemocná. Nestačí před vložení embrya krátkodobě zhubnout, je potřeba si

zdravou váhu udržet. Dítě totiž bude matku potřebovat i za dalších patnáct let,“ radí Štěpán Machač, předseda výboru Sekce asistované reprodukce České gynekologické a porodnické společnosti a lékař IVF Clinic. **PAVEL HRABICA**

INZERCE

air/bank



**ÚČET MI ZALOŽILA MÁMA
A CHCI KONEČNĚ JINÝ**



**ZMĚNILI MI BANKU,
I KDYŽ JSEM O TO NESTÁL**



**PŘEMÝŠLÍM O ZMĚNĚ BANKY,
ALE ODKLÁDÁM TO NA JINDY**



**Zvolte si SAMI banku,
kterou můžete mít rádi**

Založte si účet u nás na **airbank.cz**



Mravenci loupili i milencovy kosti

Rusové si „posvítili“ na ukrajinské kulturní dědictví.

Drancování ukrajinských muzeí ruskými vojáky je největší loupeží umění od dob druhé světové války, domnívají se podle amerického deníku The New York Times (NYT) odborníci. „Vypleněno nebo zcela zničeno bylo od začátku války třicet ukrajinských muzeí,“ uvedl list.

Jen z muzeí v Chersonu na jihu Ukrajiny zmizelo 15 tisíc artefaktů. Říjnové vyplenění místního oblastního muzea bylo dopředu plánováno a pečlivě zorganizováno, vyplývá podle NYT z výpovědí svědků. „Rusové dorazili s pěti velkými nákladními vozy. Vyprázdnit muzeum jim trvalo čtyři dny. Pobíhali okolo jako mravenci, vojáci narychlou balili tisíce obrazů



Ruské barbarství PROFIMEDIA

do prostěradel. Nakládali mistrovská díla, která už nikde na světě nejsou, jako kdyby to bylo smetí,“ uvedla ředitelka muzea Alina Docenková, co ví z doslechu od zaměstnanců a svědků. Sama tehdy byla v exilu – Cherson byl osvobozen začátkem listopadu.

Rusové dále odvezli i sochy z chersonských ulic a parků, knihy z vědecké knihovny, neopomněli převést ani přes 200 let staré kosti Grigorije Potěmkina, milence carevny Kateřiny Veliké, a ukradli dokonce i mývala z místní zoo.

Z jednoho z muzeí v jiho-ukrajinském Melitopolu pak zmizela sbírka zlatých předmětů z doby skytské říše, starých asi 2300 let.

Současné rabování muzeí přitom není podle ukrajinských představitelů i mezinárodních expertů pácháno několika ziskuchtivými a nedisciplinovanými vojáky, ale je rozsáhlejším útokem na ukrajinskou hrdost, kulturu a identitu. „Není to tak, že jeden voják si dá do batohu stříbrný kalich. Děje se to v opravdu mnohem větším rozsahu,“ uvedl James Ratcliffe z britské organizace The Art Loss Register, která shromažďuje informace o ukradených uměleckých dílech. **HAL a ČTK**



PROFIMEDIA

Přišli jsme o „Monu Lisu“

Italská herečka Gina Lollobrigida, jejíž život se včera uzavřel ve věku 95 let, bývala symbolem krásy – říkalo se jí Mona Lisa 20. století. Byla postupně modelkou, herečkou, později fotografovala, věnovala se sochařství a zkoušela se prosadit i v politice. Její nejslavnější filmy Krásky noci, Fanfán Tulipán, Zvoník u Matky Boží či Italské prázdniny vznikly v 50. a 60. letech, kdy patřila k nejznámějším postavám italské kinematografie. Přitom původně studovala malířství a sochařství. **ČTK**

Krátce

Tvrký úder mafii

Italská policie včera zatkla nejhledanějšího zločince v zemi Mattea Messina Denara, šéfa sicilské mafie Cosa Nostra. Před justicí se skrýval 30 let. Sedesátiletý Messina Denaro byl v nepřítomnosti odsouzen k doživotí za podíl na atentátu na soudce Giovanniho Falconeho a Paola Borsellina. Zatčení šéfa Cosa Nostry označují

italští politici za velkou výhru státu nad mafii.

Neblokujte pomoc

Polský premiér Mateusz Morawiecki vyzval Němce, aby poskytlo Kyjevu další zbraně. „Porážka Ukrajiny by mohla být předehrou ke třetí světové válce,“ prohlásil Morawiecki s tím, že není důvod, aby Berlín vojenskou podporu Kyjevu blokoval.

Asi dostali echo

Ruští oligarchové nejspíše předem věděli o datu invaze ruských vojsk na Ukrajinu, zahájené loni 24. února, a rychle přepisovali svá aktiva na děti a obchodní partnery, aby tento majetek uchránili před očekávanými sankcemi. Uvádí to zpráva agentury FinCen, jež působí při americkém ministerstvu financí. **ČTK**

Jablko. Nováček

Na slovenské politické scéně se objeví nové uskupení s názvem Jablko. Oznamovala to jeho zakladatelka, europoslankyně Lucia Ďuriš Nicholsonová, která byla donedávna dvojkou bývalé vládní strany Svoboda a Solidarita (SaS) a zastávala i funkci místopředsedkyně slovenského parlamentu.

Strana SaS loni po sporech s předsedou nejsilnějšího vládního uskupení Obyčejní lidé a nezávislé osobnosti

(OLaNO) Igorem Matovičem nejprve opustila vládní koalici a pak vyvolala hlasování parlamentu o nedůvěře vládě vedené Matovičovým spoluministrem Eduardem Hegeřem.

Název Jablko pro novou „moderní, středovou a proevropskou“ stranu Ďuriš Nicholsonová vysvětlila tím, že má po krk zavedených politických zkratk.

Zakladatelka strany je bývalá novinářka. **ČTK**



Amy ve filmu

Slavnou zpěvačku Amy Winehouseovou (vpravo) ztvární v novém životopisném filmu britská herečka Marisa Abelaová (vlevo). Snímek se bude jmenovat Back to Black podle druhého a zároveň posledního alba zpěvačky, jež zemřela v roce 2011, ve svých 27 letech, na otravu alkoholem spojenou s bulimií. Celovečerní film včera začala natáčet režisérka Sam Taylorová-Johnsonová, která se proslavila erotickým romantickým dramatem Padesát odstínů šedi. Marisa Abelaová je známá ze seriálu Sektor (Industry) televizní stanice HBO. **ČTK**



ZK PROFIMEDIA

PRO-ZDRAVOTNÍ ŠTÍT

1000+

Pro každou osobu starší 35 let byl spuštěn český podpůrný program.

PŘIHLASTE SE, NEŽ TĚ OSTATNÍ SOUTĚŽIT.



VYUŽIJETE PRO-ZDRAVOTNÍ ŠTÍT, POKUD:

- Narodili jste se před rokem 1987
- Žijete v ČR minimálně 3 měsíce
- Trpíte revmatismem, artritidou, bolestmi kloubů nebo svalů - akutní nebo chronickým onemocněním po dobu nejméně 6 týdnů
- Všímáte si, že se Vaše pohyblivost zhoršuje
- Máte více než jednou za měsíc stížnosti na bolesti zad/šije/končetin a ztuhlost

VŠECHNY PODROBNOSTI NÍŽE ↓

Inflace neustále vysává peněženky Čechů, a přestože je řada lidí nucena škrtnat své denní výdaje, je to něco, na čem se nedá ušetřit. Je to zdraví. Není nic cennějšího než zdraví vás a vašich blízkých, a přesto také vzrostly náklady na léky, ošetření a veškerou lékařskou péči. Proto byl spuštěn Český refundační program „Pro-Zdravotní Štít 1000+“, ve kterém bude distribuováno 1000 balení specializované antidegenerativní formule, která posílí klouby, kosti a svaly, zmírní degenerace, artrózu a revmatismus, a zvýší produkci přirozené synoviální tekutiny o 170 %. Je to přípravek, který lidi trpící pokročilou degenerací kloubů doslova staví na nohy, brzdí degradaci kloubních chrupavek, odstraňuje nepříjemnou ztuhlost a praskání kolen a po 72 hodinách odstraňuje chronické bolesti zad a šije. Doposud byl využíván pouze ve specializovaných ortopedických a rehabilitačních centrech a po vyčerpání 1000 balíčků zpřístupněných pro mimoordinační použití bude opět dostupný pouze na klinikách.

Požádejte si o svůj bezplatný preparát ihned, pokud se chcete zbavit: trhání kořínků, opakující se bolesti páteře, kyčlí, ramen, kolen, záchvaty ischias, svalová ztuhlost a kontraktury, otoky končetin, injekce do kolen nebo zápěstí a všechny revmatické nemoci. Použitím průkopnické antidegenerativní formule již po 7 dnech zvýšíte pohyblivost v kloubech až o 56 %, znovu získáte schopnost plynule ohýbat kolena, zvrátit degenerativní procesy a urychlíte regeneraci po úrazech, výronech nebo zlomeninách.

Chcete-li si vyzvednout inovativní přípravek proti degeneraci kloubů za 0 CZK, zavolejte na číslo 321 338 285 a odvolejte se na tuto zprávu

STOP degeneraci kloubů a pohybovým omezením

OPRAVTE KOLENO A PÁTEŘ ZA 14 DNÍ a vraťte se zpět do aktivního života - díky pro-zdravotnímu štítu 1000+ neutratíte ani korunu

Stojí za to si uvědomit, že ani krevní cévy, ani lymfatické cévy se nedostanou do kloubních chrupavek, které tvoří celou vaši kostru. Živiny jsou do ní transportovány pouze synoviální tekutinou a její tvorba po 34. roce života je snížena o více než 30 %. S věkem proto kolena začínají vrzat a „naskakovat“, objevuje se nepříjemné svírání v páteři, otékají a deformují se zápěstí a prsty, objevují se ranní začínající bolesti či ztuhlost kloubů. Nepodceňujte tedy žádné, ani rané příznaky degenerace, ani zdánlivě neškodnou bolest v kořenech „změny počasí“. To vše dokazuje, že kloubní chrupavky se o sebe třou stále více a bez správného množství synoviální tekutiny se o sebe doslova začínou třít. Pravidelným používáním inovativní antidegenerativní receptury, kterou máte nyní možnost získat zcela zdarma, zvýšíte produkci přirozené synoviální tekutiny až o 170 %, což se okamžitě projeví větším klouzáním mezi klouby, hladkou a bezbolestnou pohyby, bezproblémové ohýbání kolen a loktů a účinná regenerace poškozených kloubů, chrupavek a vazů.

Začněte ještě dnes, protože degenerace kloubů nikdy sama o sobě nezmizí. A mohou dokonce vést k úplné imobilizaci! Zavolejte na bezplatnou přípravu:

321 338 285

O kvalifikaci do programu rozhoduje pořadí přihlášek, takže se nevyplatí otálet. Potvrzení účasti probíhá během jednoho telefonického rozhovoru, který nebude trvat déle než 6 minut. Ústně potvrdíte své datum narození a bydliště a bez příplatku vám bude zdarma zaslán přípravek na aši adresu.

Zůstaňte fit v každém věku – opravte si klouby zdarma díky jedinečné akci úhrady nákladů.

Pro-Zdravotní štít 1000+ je jednorázový a už se nikdy neobjeví.

Omezená nabídka pro prvních 1000 lidí, které zavolají do **06.02.2023**.

Zavolejte na číslo 321 338 285 nyní.

POZOR! Platí limit: 1 balení produktu na domácnost.

Volejte: pondělí-pátek 8-20 hod., sobota 8-16 hod. Běžné místní spojení bez příplatku

INZERCE



Krátké

O5 a Radeček. Přesunuli turné do větších sálů

Kvůli velkému zájmu o vstupenky přesouvá kapela O5 a Radeček koncerty chystaného valentýnského turné do větších sálů. V Šumperku však ani stěhování z divadla do prostornějšího kina nepomohlo a koncert je měsíc a půl dopředu vyprodaný.

Radečci se proto rozhodli přidat další vystoupení. Turné s názvem Romantický smyčce na Valentýna je věnované všem zamilovaným, ale i těm, kteří lásku hledají. Kapela z podhůří Jeseníků jej zahájí 13. února v Liberci, následovat bude pražský Palác Žofín, Šumperk a tečku napíše 16. února vystoupení v koncertní síni Moravské filharmonie Olomouc. Předprodej vstupenek je na Ticketlive.cz. **MET**

Nominace na 30. Českého lva ovládly dvě historické osobnosti

Filmové ceny budou předány v sobotu 4. března v Rudolfinu.

U členů České filmové a televizní akademie (ČFTA) opět zabodovaly snímky věnované minulosti. Nejvíce nominací má film Arvéd. Psychologické mysteriózní drama režiséra Vojtěcha Maška, které může získat až 12 sošek, vypráví příběh nacistického kolaboranta a přísluhovače komunistického režimu. O jednu nominaci méně získalo dílo Petra Václava Il Boemo o slavném skladateli 18. století Josefu Myslivečkovi. Film Jan Žižka Petra Jákla má čtyři nominace.

Několik nominací posbíraly také televizní počiny, které se obrací do minulosti. Ať už jde o Krále Šumavy: Marii Terezii – pátý díl, potažmo seriál Devadesátky.



Michal Kern jako Arvéd



Z filmu Il Boemo 2x ČFTA

Záplava premiér

Akademici vybírali z celkem 129 filmů, loni šlo tedy o rekordní rok z pohledu počtu premiér. „Během covidového období došlo ke zdržení v premiérách, a proto se jich hodně nahrnulo právě do roku 2022,“ řekl k důvodům velkého počtu audiovizuálních děl prezident ČFTA Ivo Mathé. Nakonec se dočkalo nominací 32 děl.

Slavnostní udílení cen jubilejního 30. Českého lva proběhne v sobotu 4. března večer v Rudolfinu. Příмым přer-

nosem ho bude ve 20.10 vysílat ČT1. Moderátorem bude už podruhé herec a režisér Jiří Havelka. „K programu večera můžu jen naznačit, že se budeme ohlízet za těmi třiceti ročníky Českého lva. Ale ostatní bych nechala jako překvapení,“ uvedla výkonná ředitelka akademie Tereza Malá Rychnovská.

Šance pro cizince

Při nominacích zaznívala také ve větší míře jména zahraničních tvůrců či herců včetně mnoha slovenských.

Nestatutární ceny

Cenu filmových fanoušků na základě hlasování na webu ČSFD.cz získali tvůrci seriálu České televize Devadesátky.

- Cenu za nejlepší filmový plakát získal film Arvéd, tedy režisér snímku Vojtěch Mašek a grafička Soňa Juríková. Arvéd má 12 dalších šancí.

Více nominací

3

Po dvou nominacích mají tvůrci hned ve čtyřech kategoriích Českého lva. Dokonce tři nominace získali producenti Michal Reitler u televizních počínů a Pavla Janoušková Kubečková ve třech odlišných kategoriích. **PLUR**

za režii pro Terezu Nvotovou a nejlepší herečku v hlavní roli Natálii Germáni.

Soubor zpěváků

Ostre sledovaný bude soubor i v kategorii nejlepší herec v hlavní roli, kde se mimo jiné utkají i zpěváci Vojtěch Dyk za ztvárnění Myslivečka a Adam Mišík za Alexe z filmu Banger. Drama režiséra Adama Sedláka posbíralo osm nominací. V kategorii o nejlepší film zabojují Arvéd, Il Boemo, Banger., Světlonoc a Obět. **PAVEL URBAN**

Eurovision. Česko už zná své finalisty

O účast v letošním ročníku mezinárodní písňové soutěže Eurovision Song Contest bude za Česko usilovat držitelka Oscara Markéta Irglová, dívčí kapela Vesna, písničkář Rodan, česká zpěvačka s arménskými kořeny Pam Rabbit a Michaela Charvátová, která vystupuje pod uměleckým jménem Maella.

Výběr národního zástupce na Eurovizi 2023 odstartuje živý přenos na oficiálním

YouTube kanálu soutěže, a to v pondělí 30. ledna ve 21 hodin. Diváci ho budou moci sledovat také v iVysílání ČT.

Eurovize se koná každoročně od roku 1956, kromě covidového roku 2020, což z ní činí nejdéle trvající mezinárodní televizní hudební soutěž a jeden z nejdéle vysílaných televizních programů na světě. Jedná se také o nejsledovanější nespportovní televizní událost světa. **MET**

Mišík má nový duet s Cristovaem

Herec a zpěvák Adam Mišík na sebe loni upozornil rolí v kriticky ceněném filmu Banger. Na konci roku ale ohlásil dva samostatné koncerty, 24. dubna v Brně (Metro Music Bar) a 27. dubna v Praze (Lucerna Music Bar). Přislíbil také spolupráci s výraznými jmény české scény. To potvrzuje hned prvním letošním singlem Zapomenout s Benem Cristovaem. **MET**



LUKÁŠ MATOUŠEK

Sudoku

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

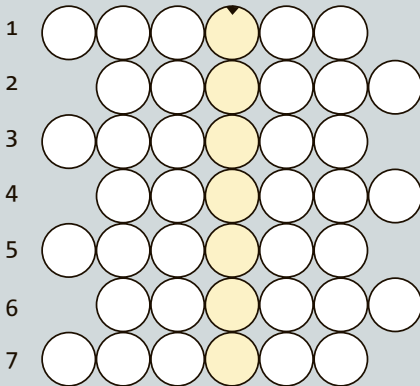
Napište svou bublinu



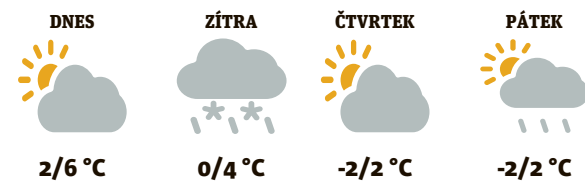
Luštěnka

Slova na vyluštění začínají na stejné písmeno.

- 1. malá Klára
- 2. pravidelný šestistěn
- 3. klubičko
- 4. kdokoli
- 5. pevný kryt želvy
- 6. plody palmy
- 7. hud. strunný nástroj



Počasí



Teplotní rekordy: ↓ -22,5 °C (1893) ↑ 12,4 °C (1939) Bio: ❤️❤️❤️



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

TV tipy

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>16.45 Na cestě po Vrátné dolině</p> <p>17.15 AZ-kvíz</p> <p>17.40 Černé ovce</p> <p>18.00 Události v regionech</p> <p>18.25 Kde domov můj?</p> <p>19.00 Události</p> <p>19.56 Branky, body, vteřiny</p> <p>20.10 Vyprávěj</p> <p>Seriál (ČR, 2009-2013)</p> <p>21.05 Chata na prodej</p> <p>22.20 Agatha Christie: Vraždy podle abecedy (1/2)</p> <p>23.50 AZ-kvíz</p> <p>00.15 Banánové rybičky</p> <p>00.45 Na forbině TM</p> <p>01.25 Zajímavosti z regionů</p> <p>01.50 Malá farma</p> <p>02.20 Dobré ráno</p> <p>04.50 Kuchařská pohotovost</p>	<p>16.15 Tajemství stavitelů pyramid</p> <p>17.05 Sto divů světa (11/13)</p> <p>18.00 Kouzla a nebezpečí skandinávské zimy (3/4)</p> <p>19.00 Běžkotoulky</p> <p>19.10 Křesťanský magazín</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Manželské etudy: Marcela a Jiří</p> <p>20.50 Manželské etudy po dvaceti letech: Marcela a Jiří</p> <p>21.50 Manželské etudy po 35 letech: Marcela a Jiří</p> <p>23.00 Čtyři sluhové a kardinál Balthazar (5/6)</p> <p>00.35 Nikotin</p>	<p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.30 Na lovu</p> <p>18.25 Ulice (4402)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Jedna rodina (3)</p> <p>Seriál (Čína/CR, 2023)</p> <p>21.30 Mise nový domov II</p> <p>23.00 Kriminálka Las Vegas IX (2)</p> <p>00.00 Kriminálka Miami III (15, 16)</p> <p>Krimiseriál (USA, 2004)</p> <p>02.20 Kriminálka Las Vegas IX (2)</p> <p>03.00 Novashopping</p> <p>03.30 Na lovu</p>	<p>16.00 Policie v akci</p> <p>17.50 Prostřeno!</p> <p>18.55 Hlavní zprávy</p> <p>19.40 Krimi zprávy</p> <p>19.55 Showtime</p> <p>20.15 Zoo (80)</p> <p>Rodinný seriál (ČR, 2023)</p> <p>21.35 7 pádů Honzy Dědka</p> <p>22.40 7 pádů Honzy Dědka</p> <p>23.55 Ano, šéfe!</p> <p>01.00 Policie v akci</p> <p>01.55 Námořní vyšetřovací služba XII (12)</p> <p>Krimiseriál (USA, 2014)</p> <p>02.50 Policie Hamburg (8)</p> <p>Krimiseriál (N, 2007)</p> <p>03.45 Návrat komisaře Rexe IX (1)</p> <p>04.40 Jak se staví sen</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>Vstávání s muzikou. Začíná každý den s hity, které tě nakopnou</p> <p>09.00 1CHARTED</p> <p>Jen ty největší hity z předních přehledů</p> <p>11.00 Óčko hity</p> <p>Klipy nonstop</p> <p>15.00 Mixxxer Live</p> <p>21.00 Óčko hity</p> <p>Největší hity z českých a světových hitparád i nejsledovanější hudební videoklipy z YouTube</p> <p>22.00 Naked Attraction</p> <p>Seznamka na tělo</p> <p>23.00 Óčko flirt</p> <p>Proud klipů se vzácky diváků Óčka</p>



Trápí vás vlhký kašel? Dejte si pozor, léčí se jinak než suchý

Pokud se potíží nezbavíte do osmi týdnů, jsou chronické.

Typickým příznakem chřipky a dalších virů, které nyní sužují Čechy napříč generacemi, je kašel. Jak se ho zbavit?

Suchý pálivý kašel, který „trhá“ průdušky, nebo vlhký s uvolňujícími se hleny, který vás nutí k vykašlávání, jež často končí dávením? Kašel má vícero podob. Každopádně bývá nejčastějším projevem viróz, nachlazení i infekcí, které nyní plní ordinace lékařů. Především chřipka a RS viry nyní v populaci převažují a některé kraje už přesáhly hranici epidemie.

Kašel sám o sobě není nemoc, je to reflex, který chrání dýchací cesty před nečistotami a udržuje je průchozí.

„Účelem kašle je čištění oblasti horních dýchacích cest od hlenu nebo cizích dráždivých látek. Je zcela normální si čas od času odkašlat – ale pokud kašláni trvá dlouho, nabírá na intenzitě nebo se mění jeho charakter, může to znamenat různě vážné zdravotní potíže.

Chronický kašel rozhodně není norma a je vždy namístě pokusit se zjistit, co je jeho příčinou. Za zdánlivě „nevinným“ kašlem se totiž mohou skrývat smrtelné choroby,“ vysvětluje doktor Libor Havel z pneumologické kliniky Fakultní Thomayerovy nemocnice v Praze.

Za dva týdny bude klid

Akutní kašel zřejmě zažil každý – je typickým projevem nachlazení, chřipky nebo jiného sezonního onemocnění vedoucího k zánětu dýchacích cest. Akutní kašel je ten, který trvá méně než

tři týdny, nicméně většina se jej zbaví během dvou týdnů pomocí volně prodejných léků a klidového režimu.

Pokud kašel trvá mezi třemi a osmi týdny a ke konci této doby se zlepšuje, říká se mu subakutní kašel. Přetrvávající kašel, kterého se nemůžete zbavit ani po osmi týdnech, je považován za chronický.

Pokud jde o kašel akutní, lékař vám většinou žádný lék nepředepíše, jen vám doporučí, ať si nějaký koupíte v lékárně. Tam ale většinou uslyšíte otázku: Chcete přípravek na kašel, nebo proti kašli? Je totiž důležité, zda potřebujete kašel potlačit, nebo naopak podpořit.

Suchý, dráždivý kašel namáhá svaly břicha a hrudník a nedochází při něm k odkašlávání. Někdy se zintenzivňuje večer, po ulehnutí do postele. V tomto případě je vhodné podávat lék, který kašel utlu-



Nepříjemný kašel PROFIMEDIA

který se v dýchacích cestách hromadí. Kašel pomáhá tělu, aby se hlenu zbavilo, a udržuje tak dýchací cesty průchozí. V této fázi onemocnění není dobré kašel potlačovat, ale je třeba odkašlávání naopak podporovat.

Bylinky vám pomohou

V lékárně si můžete vybrat z celé řady přípravků nejrůznějšího složení, sáhnout ale můžete i po bylinných přípravcích, které seženete ve formě nejrůznějších sirupů nebo čajů. Většinou obsahují hluchavku, jitrocel, majoránku, ale i cibuli. Vykašlávání hlenu rovněž napomůže jeho zvlhčení za použití inhalátoru nebo zvlhčovače vzduchu.

Úporný kašel může ukazovat i na zápal plic. Jedná se většinou o zánět plicní tkáně způsobený různými mikroby – viry, bakteriemi a plísněmi. Poradte se proto se svým lékařem. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

INZERCE

Engystol®

PREVENTIVNĚ A OD PRVNÍCH PŘÍZNAKŮ

- k podpoře imunitního systému
- ke zmírnění příznaků virových infekcí
- při nachlazení a chřipce

OSLABENÁ IMUNITA?
CHŘIPKA? NACHLAZENÍ?

PRO DĚTI OD 1. DNE VĚKU, DOSPÍVAJÍCÍ A DOSPĚLÉ

Homeopatický léčivý přípravek k vnitřnímu použití. Obdržíte v lékárně bez receptu. Před použitím si přečtěte pozorně přibalový leták.

Kašel a kouření

Hlavním rizikovým faktorem pro rozvoj chorob, které se projevují chronickým kašlem, je kouření.

- Tato onemocnění vyvolává také pasivní kouření a znečištěné ovzduší.
- Česko je na špičce žebříčku spotřeby cigaret, proto jsou i nekuřáci více či méně vystaveni cigaretovému kouři.

- Při chronickém kašli by měli zpozornět také lidé starší a ti, kdo se již léčí s jinou nemocí. Dále také osoby oslabené nedávno prodělaným onemocněním či operací.
- Kuřáci, u nichž se chronickým kašlem může projevovat vážné onemocnění plic, svůj kašel často ignorují. MET

Immun44®

PRO NORMÁLNÍ FUNGOVÁNÍ IMUNITNÍHO SYSTÉMU

Immun44® byl vyvinut speciálně pro potřeby imunitního systému, a proto slibuje **okamžitý efekt** – má vliv na růst a množení virů. Obsahuje totiž **Plantovir®**, komplexní směs tzv. polyfenolů, a **PHYTO-PANMOL®** - biologicky aktivní vitamíny z přírodních zdrojů. Immun44 obsahuje i **výtažek ze skalní růže**, který se pro svůj antivirový potenciál používá již od dob antiky.

Doplňek stravy Immun44® je vhodný pro celou rodinu a seženete jej v lékárnách za přibližně 450 Kč ve formě kapslí nebo sirupu pro děti od 3 let.



Doplňek stravy

-Heel
Healthcare designed by nature

Schwabe Czech s. r. o.
Pod Klíkovkou 1917/4, 150 00 Praha 5 - Smíchov
Tel: 241 740 540, info@schwabe.cz, www.schwabe.cz
www.engystol.cz



www.vegall.cz

Přijímačky na střední: Souboje se čekají na všech typech škol



Co udělat, aby přijímačky na střední dopadly dobře? PROFIMEDIA

Na střední školy míří o 70 procent víc uchazečů než před pěti lety. Vyšší konkurenci u přijímaček letos čekají nejen na výběrových školách, ale i v dosud opomíjených učebních oborech.

Po „chudých“ letech se na střední školy nyní přelévají silné populační ročníky. „Zatímco v letech 2018 a 2019 jsme evidovali kolem 215 žádostí o přijetí, v roce 2022 dorazilo 365 přihlášek, přičemž vždy otevíráme tři nové třídy. Letošní školní rok předpokládáme převís poptávky nad nabídkou ještě vyšší, a to nejen díky demografické křivce, ale i stoupajícímu zájmu o odborné vzdělávání, včetně informačních technologií, které vyučujeme,“ uvedl ředitel Soukromé střední školy výpočetní techniky (SSŠVT) Martin Vodička.

Podobný nápor uchazečů v posledních letech sleduje i Miloslav Janeček, ředitel Střední odborné školy Jarov (SOŠJ): „Zájemců o jakékoliv studium zcela jistě přibude i oproti loňsku. Jen v Praze končilo před pěti lety základní vzdělání přibližně sedm tisíc žáků, vloni to bylo asi 10 tisíc a na konci současné-

ho školního roku to bude přes 11 tisíc žáků,“ vypočetl.

Přijetí uchazeče závisí na většině škol na výsledcích v jednotných zkouškách z českého jazyka a literatury a matematiky, ale rozhodující může být i pololetní vysvědčení. Jaké faktory ještě rozhodují a co nepodcenit?

Důležité termíny

Oba ředitelé upozorňují, že kapacity škol budou naplněny už po prvním kole přijímacího řízení a dostat se na školu poté už bude náročné, ne-li nemožné. Je proto nutné ohlídat si datum odevzdání přihlášky do 1. března, tu lze škole zaslat poštou, přes datovou schránku nebo donést osobně, a také termíny jednotné přijímací zkoušky, které vypisuje státní organizace CERMAT na polovinu dubna.

„Žáci mají možnost se jednotné přijímací zkoušky účastnit ve dvou termínech. Mají tedy dva pokusy, z nichž se počítá ten, ve kterém dosáhli lepšího výsledku. Pokud se nemůže student, například z důvodu nemoci, přijímacích zkoušek zúčastnit, má zákonem stanovený náhradní termín,“ uvedl ředitel SSŠVT Martin Vodička s tím, že druhé kolo přijímacího řízení jeho škola nevyplňuje.

To potvrzuje také ředitel školy na Jarově Miloslav Janeček: „Na to, že by se k nám žák dostal později, se opravdu nedá spoléhat, poslední dva roky jsme v naší škole měli všechny obory zaplněny

již po prvním kole přijímacího řízení, letos to bude zcela jistě podobné.“

Pololetní vysvědčení

Na pololetní vysvědčení by si měli dát pozor především uchazeči, kteří se hlásí na obory s výučním listem bez maturity. „Na učební obory školy většinou přijímají žáky právě podle výsledků na posledních vysvědčeních ze základní školy. Do přihlášky ke studiu se vyplňují známky z konce 8. ročníku a pololetí 9. ročníku, takže nadcházející pololetní vysvědčení je velice důležité,“ vysvětlil Miloslav Janeček.

Známky jsou důležité

Přijímací řízení do maturitního studia se obvykle skládá ze dvou částí – vysvědčení ze základní školy a výsledků z jednotné přijímací zkoušky, které by podle nařízení ministerstva měly mít minimálně

60procentní hodnotu v celkovém hodnocení. „Z vysvědčení ze základní školy se v přijímacím řízení hodnotí nejen průměrný prospěch, ale i samostatné předměty čeština, matematika a fyzika. Uškodit a strhnout body může také snížená známka z chování. Celkově má ale prospěch ze základní školy (ZŠ) u nás 20procentní váhu, jelikož nároky učitelů na ZŠ bývají různé. Většinou platí, že uchazeč, který má výborné jednotné testy z češtiny a matematiky, má dobré výsledky i na vysvědčení, naopak se ale někdy stává (a bylo to vidět během pandemie), že někteří jedničkáři ze ZŠ mají v jednotných testech výsledky horší,“ vyjmenoval Martin Vodička, proč na své škole raději zvolil vyšší, 80procentní váhu jednotných testů.

Přijímačky nanečisto

Velkou konkurenční výhodou je mít natrénovaný typy

úloh, které se v jednotných testech z českého jazyka a matematiky objeví.

Na webových stránkách CERMAT je možné nalézt a vyzkoušet přijímací zkoušky z minulých let. Některé školy také nabízejí uchazečům o studium přípravné kurzy zdarma.

„O přípravné kurzy na přijímací zkoušky je zpravidla velký zájem a tím, že jsme je v posledních letech začali dělat distančně, můžeme vyhovět všem uchazečům, kteří mají o kurz zájem. V loňském roce se jednalo o více než 100 uchazečů. Kurz je pojatý jako trénink typových úloh na přijímací zkoušky, aby studenti poznali, co je čeká, neslouží jako klasické doučování. Doučit se v tak krátkém časovém horizontu matematiku nebo český jazyk za několik let zkrátka není úplně možné,“ dodal Martin Vodička. **METRO**

INZERCE



8 TÝDENNÍ KURZ LIDOVÝCH NOVIN OD 20. 1. 2023 ZA CENU PŘEDPLATNEHO 940 Kč
Připraveno odborníky dle aktuálních testů CERMAT.

PŘÍPRAVA Z ČEŠTINY A MATEMATIKY PRO ŽÁKY 5. A 9. TŘÍD

NETRAP SE, PŘIPRAV SE! PŘIJÍMAČKY NA STŘEDNÍ ŠKOLY

LIDOVÉ NOVINY

Objednávejte na 225 555 533 nebo na www.lidovenoviny.cz/prijimacky



Krátce

Ukončte kauzu, vyzývá MOV

Mezinárodní olympijský výbor vyzval k co nejrychlejšímu vyřešení dopingové kauzy krasobruslařky Kamily Valijevové. Umožnilo by to udělit medaile za týmovou soutěž na zimních hrách v Pekingu, na které laureáti čekají téměř rok. Tehdy i s pomocí Valijevové vyhrálo Rusko, ale před ceremoniálem vyšlo najevo, že mladičká krasobruslařka měla při prosincovém domácím šampionátu pozitivní dopingový test. Ruská antidopingová agentura ji za užití zakázaného trimetazidinu nepotrestala.

Vyšetřují 27 lidí

Úřady v Nizozemsku vyšetřují 27 fotbalistů, z toho 25 profesionálů z první a druhé ligy, kvůli sázkám na zápasy. Podle televizní stanice NOS měli hráči sázet i na vlastní utkání.

Štědrý Šachtar

Fotbalový klub Šachtar Doněck věnuje 25 milionů dolarů na pomoc vojákům bojujícím ve válce s Ruskem a jejich rodinám. Uvedl to poté, co za rekordní částku 76 milionů dolarů (a dalších 33 v případných bonusech) prodal do Chelsea Michaila Mudryka. **ČTK**

INZERCE

Auto-moto - poptávka

- Sbíráám auta, motorky, traktory, voj. techniku, díly, vraky, technické průkazy, typové osvědčení, vybavení dílen, garáže vše do r. 1990. Tel. 734843403



James už má 38 tisíc bodů

Basketbalista LeBron James (na snímku) jako druhý hráč v historii NBA po slavném Kareemu Abdul-Jabbarovi pokořil hranici 38 tisíc bodů. Proti Philadelphii zaznamenal 35 bodů, ale jeho Los Angeles Lakers prohráli 112:113. James dosáhl milníku v první čtvrtině. Při nejbližším přerušení to hlasatel oznámil a LeBron sklidil ovace i objeti od trenéra soupeře Docu Riverse. James ztrácí už jen 363 bodů na první místo historické tabulky. **ČTK**

Olympiáda. Práva až do roku 2032

Veřejnoprávní Česká televize a Český rozhlas získaly vysílací práva na olympijské hry pro období 2026 až 2032. Vysílat budou moci na základě dohody mezi Mezinárodním olympijským výborem (MOV) a Evropskou vysílací unií (EBU), jíž jsou členy.

Práva získala také společnost Warner Bros. Discovery, která společně s EBU předložila

MOV nabídku souhrnně pro devětačtyřicet zemí Evropy. Získaná práva platí pro zimní hry v Miláně a v Cortině d'Ampezzo v roce 2026, letní hry v Los Angeles 2028, zimní v roce 2030 a letní olympiádu 2032, kterou bude hostit Brisbane. Česká, respektive Československá televize vysílala první olympijské hry v roce 1956. **ČTK**

Na úvod pět českých postupů

Vstup do sezony včetně Australian Open si pochvaluje Petra Kvitová.



Citát

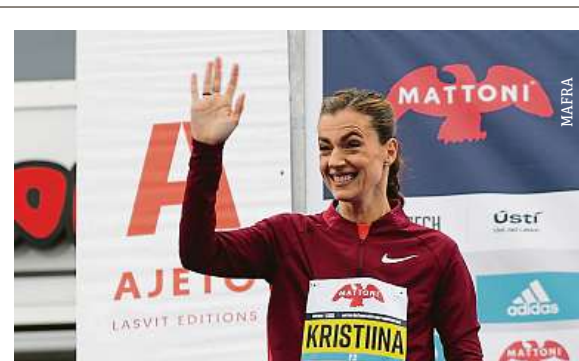
Všechno se mi vrátilo z roku 2019. Mám to tady moc ráda, i proto jsem namalovala na kameru srdíčko.

PETRA KVITOVÁ, ČESKÁ TENISTKA

se brzy ujala vedení 4:0 a utkání dovedla k vítězství. V další fázi narazí na Ukrajinčanku Anhelinu Kalininovou.

„Jsem ráda, že jsem to nějakým způsobem zvládla. Pro mě jsou ta první kola na grandslamu vždy hrozně těžká a teď to nebyla výjimka,“ řekla Kvitová a dodala: „Takhle dobrý začátek sezony jsem dlouho neměla a hodně si toho vážím. Před odletem do Austrálie jsem byla týden nemocná, takže jsem ani nehrála. V přípravě jsem pokračovala v Sydney. United Cup byl skvělá příprava.“

Obhájkce titulu Rafael Nadal porazil 7:5, 2:6, 6:4 a 6:1 Brita Jacka Drapera, ženská jednička Iga Świąteková z Polska přehrála 6:4 a 7:5 Jule Niemierovou z Německa. **ČTK**



Zatrénovala si s Muirovou

Česká mílařka Kristiina Mäki (na snímku) na soustředění v Jihoafrické republice trénova-la i s britskými atletkami v čele se stříbrnou olympijskou medailistkou Laurou Muirovou. Po návratu z kempu, kde byla od poloviny prosince, v neděli vstoupí na mítinku v Lucembursku do halové sezony. Jejím vrcholem bude březnové ME v Istanbulu. **ČTK**

Portmonka

TVOJE DIGITÁLNÍ
PENĚŽENKA NA
VĚRNOSTNÍ KARTY

NYNĚ NA
Google Play

Stáhnout v
App Store



PRO ZÍSKÁNÍ APLIKACE
NASKENUJTE QR KÓD