

IL BOEMO. FILM NEJEN O JEDINEČNÉM TALENTU

18. STOLETÍ. SKLADATELE JOSEFA MYSLIVEČKA HRAJE VOJTĚCH DYK STRANA 8



metro



Pondělí, 17. října 2022

Č. 197, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Hedvika

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

„Doplatím energie, mzdy a zavřu krám“

Pekárny. Končí, hlavní „pohonnou“ jednotkou je totiž neúnosně drahý plyn. **Obchodní řetězce.** Z českého chleba a pečiva se stane neprodejné zboží. **Řešením je dovoz.** Favoritem dodávky je levné Polsko STRANA 6



Trolejbusy. Praha má opět městskou hromadnou dopravu s „tykadly“

Tatrovkou a čtyřmi historickými škodovkami se v sobotu vozili po severovýchodě Prahy fanoušci pražské hromadné dopravy. Staré trolejbusy vyjely do ulic při příležitosti obnovení trolejbusové dopravy v hlavním městě. Po 50 letech od ukončení provozu trolejbusů totiž v Letňanech začal zkušební provoz trolejbusové linky do Čakovic. Jezdit zatím bude pouze o víkendech, provoz zajistí vůz zapůjčený z Hradce Králové. Plánovaná trasa začne už na Palmovce a povede přes Prosek a právě Letňany do Čakovic. Výstavba v úseku mezi Palmovkou a Prosekem by měla trvat ještě necelý měsíc. Po nové trati bude jezdit trolejbusová linka číslo 58, která nahradí autobusovou linku 140. Trolejbusy budou z trolejí napájeny asi polovinu trati, ve zbytku využijí energii z trakčních baterií. Na lince bude platit standardní jízdné.

ČTK a iDNES.cz



Změna práce pomůže, pokud změníte také vzorce chování

Pocity syndromu vyhoření trápí v Česku každého pátého člověka.

Je neděle odpoledne. Cítíte se nervózní z ničeho nic? Jste podráždění, více se potíte, pociťujete nechutenství? Možná právě prožíváte syndrom nedělního odpoledne, tedy tíseň z končícího víkendu a nadcházejícího pracovního týdne. Podle statistik postihuje tento takzvaný nedělní blues tři z pěti lidí. Myšlenky na končící volno aktivují stres z návalu práce, který už za pár hodin začne. To může způsobovat pocity deprese nebo úzkostné stavy.

Světová zdravotnická organizace (World Health Organization) uvádí, že celosvětově je každý rok kvůli onemocněním souvisejícím se stresem promarněno zhruba dvanáct miliard pracovních dní, což má za následek ztrátu produktivity v hodnotě 25 bilionů korun.

Během koronavirové pandemie rapidně narostl výskyt depresí, úzkostných stavů a dalších psychických obtíží. V souvislosti s opětovnými narůstajícími počty nakažených, přetrvávající válkou na Ukrajině a ekonomickými dopady, které tato období způsobila, se odhaduje, že potíží s duševním zdravím bude přibývat.



Psychické obtíže spojené se stresem z práce se nejprve projevují nenápadně.

PROFIMEDIA

Chronický stres způsobuje únavu i cynismus

To, že trpíte nějakou formou psychických obtíží, nemusíte poznat hned. Varovné signály jsou totiž snadno zaměnitelné a lidé mají tendenci je zlehčovat a dlouhodobě ignorovat.

„Začíná to většinou nenápadně. Sem tam si člověk přečte článek o syndromu vyhoření nebo rady, jak si lépe rozvrhnout práci. Za pár měsíců už má pocit, že i on už dohořívá a na práci přestává stačit,“ poukazuje Michal Novák z pracovního portálu Profesia.cz na jeden z velmi častých fenoménů – syndrom vyhoření.

Ten se původně vztahoval především k lidem, kteří vy-

konávají pomáhající profese, například lékaři, sestry nebo pečovatelky z léčeben dlouhodobě nemocných. V současnosti tento stav chronického stresu v Česku pociťuje každý pátý člověk.

K příznakům syndromu vyhoření patří fyzické a emocionální vyčerpání, ztráta empatie a soucitu, cynismus, únava, zhoršená koncentrace, ale i tělesné příznaky – bolest na hrudi, závratě nebo třeba bolesti hlavy. Tento koktejl potíží vede k častějšímu zůstávání na nemocenské.

„Častá absence, snížení sociální interakce s ostatními kolegy a nezájem o práci – to jsou některé z příznaků, že se kolega potýká s větším problémem, než je dočasná úna-

va,“ objasňuje Novák. Jako vysvobození by se na první dobrou mohla zdát změna zaměstnání. Jedním z klíčových faktorů, které mohou duševní pohodě pomoci, nebo jí naopak dát zabrat, je právě práce a prostředí, ve kterém ji vykonáváme.

Ale ani změna nepomůže, dokud budeme stále opakovat stejné vzorce chování – tlak na vlastní výkon nebo obavy ze selhání, které vedou k chronickému stresu.

Jiné zaměstnání nemusí přinést změnu k lepšímu

„Jakákoli práce se dá dělat ze stavu pohody a štěstí,“ věří Martin Jotov, zakladatel a místopředseda neziskové organizace Porozumění mys-

li. „Když přestanu věřit, že mě současná práce dělá nešťastným, že je nudná, zlá, špatná, a podívám se na to, jestli si ji nemůžu nějakým způsobem užít, naše produktivita pravděpodobně půjde nahoru a bude nás to víc bavit,“ vysvětluje Jotov a pokračuje, že to ale neznamená, že musíme v současném zaměstnání zůstat. „Pořád stojí za to se podívat na to, co mě baví, komu bych chtěl pomáhat. Když se tyto dvě věci potkají, vznikají z toho ty nejlepší firmy, nejlepší zaměstnání, které mohou lidé dělat třeba celý život,“ objasňuje Jotov.

Chytřejší zaměstnavatelé se proto o takzvaný wellbeing (v překladu blahobyt nebo pohoda na pracovišti) svých zaměstnanců začínají starat. Vědí totiž, že spokojení pracovníci jsou efektivnější a výkonnější a nemají potřebu zaměstnání opouštět.

„Od září jsme představili našim zaměstnancům balíček benefitů podporující rovnováhu mezi osobním a pracovním životem. Záleželo nám na jejich zdraví,“ popisuje Šárka Vránová, HR manažerka Accenture ČR. Je ale otázkou, zda a v jaké míře podobné benefity pomohou lidem cítit se v práci šťastně a jak pomohou těm, kteří se již s problémy z duševním zdravím potýkají.



VERONIKA REICHELTOVÁ
veronika.reicheltova@metro.cz

Krátce

Modernizace

Písek letos investuje do modernizace mateřských a základních škol zhruba 43 milionů korun, o dva miliony méně než loni.

Do rekonstrukce dvou školek už město letos investovalo téměř 27 milionů korun, dokončena byla například dvouletá oprava největší mateřské školy na sídlišti Jih. **ČTK**

Sněžka. Silný vítr zastavil provoz horní části lanovky

Výletníci, kteří včera vyrazili na nejvyšší horu Česka, museli poslední úsek dojít po svých. Silný vítr totiž opět zastavil horní úsek kabinové lanovky na Sněžku, dolní úsek z Pece pod Sněžkou na Růžovou horu byl v provozu. Lanovka může jezdit do rychlosti větru 60 km/h. Situace se může během dne změnit.

Na Sněžce byla ráno silná mlha, teplota klesla k sedmi stupňům nad nulou a vítr měl v nárazech rychlost přes 100 kilometrů v hodině, vyplývá z dat měřicí stanice České pošty. Horní úsek lanovky nemá podle zástupců Správy Krkonošského národního parku ve středoevropském pro-



Kabinová lanovka na Sněžku

LANOVÁ DRÁHA SNĚŽKA

storu období. Mý tvar trojbokého jehlanu, který ční nad krkonošské hřebeny volně do atmosféry. Proto je klima navzdory nevelké nadmořské výšce arktické a velehor- ské, často neodráží celkový ráz počasí v Krkonoších. **ČTK**

storu období. Mý tvar trojbokého jehlanu, který ční nad krkonošské hřebeny volně do atmosféry. Proto je klima navzdory nevelké nadmořské výšce arktické a velehor- ské, často neodráží celkový ráz počasí v Krkonoších. **ČTK**

INZERCE

Akční nabídka - Spa & Wellness Hotel Richard ****

7 dní / 6 nocí 15. 10. - 13. 12. 2022

8.990 Kč / osoba ve dvoulůžkovém pokoji / pobyt

Příplatek za jednolůžkový pokoj: 250 Kč / noc

V ceně pobytu je zahrnuto:

6x ubytování v hotelu Richard, 6x polopenze, polední snack v celých pobytových dnech, denně zdarma vstup do bazénu, vířivky a fitness studia, 1x lékařská konzultace, 10x procedura na osobu a pobyt dle doporučení lékaře, zdarma zapůjčení županu po dobu pobytu, Denně volný vstup do bazénu, vířivky a fitness studia



BONUS:
APERITIV NA
PŘIVÍTANOU

REZERVACE TEL: 354 696 111, EMAIL: recepce@hotelrichard.com

PODZIM VE ZNAMENÍ KRÁSY

KOMERČNÍ SDĚLENÍ



Zalij vlasy, ať hustě rostou!

Jsou vaše vlasy slabé, řídké, bez objemu a nadměrně vypadávají? Dopřejte jim vydatnou zálivku sérum Vlasové hnojivo!

Sérum **Vlasové hnojivo** představuje koncentrovanou péči o slabé a řídké vlasy s tendencí vypadávat. Jeho složení spojuje účinky kofeinu a komplexu Hustoplex™ do mimořádně koncentrované bezoplachové péče. Díky tomu sérum zajišťuje rychlý a výrazný nástup účinku i při problémech s intenzivním vypadáváním, řídnutím a oslabením vlasů. Vyzkoušejte také Vlasové hnojivo v podobě šamponu či tablet. Kompletní portfolio značky Vlasové hnojivo najdete v lékárnách a zdravých výživách.



Budte hříšně sexy

Každá žena touží po bujném a zdravém dekoltu, avšak příroda nebývá ke všem ženám spravedlivá. Proto je zapotřebí přírodě trochu pomoci.

Proměňte svůj sen o dokonalém poprsí v realitu díky **Decolen Forte**. Doplněk stravy z lékárny, jehož přírodní složení ze semen vinné révy, chmelu otáčivého, sóji a extraktu ze lnu setého, chrání a podporuje zdraví prsní tkáň. Navíc má pozitivní vliv na plnost, pevnost a celkové zdraví prsou a pomáhá snížit negativní účinky hormonální nerovnováhy.

Rozzařte svůj úsměv

Po bílých zubech a zářivém úsměvu touží každý z nás. Bohužel naše nesprávné návyky (kouření, špatná zubní hygiena, pití kávy či vína) mají vliv na barvu našich zubů, které tak postupně nabírají nevzhlednou zažloutlou barvu. Naštěstí je tady jedinečné řešení pro dosažení bílých zubů z pohodlí vašeho domova!

Zářivý úsměv vám zajistí bělicí sada **WhitneyPHARMA** whitening dental set, která díky svému funkčnímu složení a UV světlu zajistí maximální bělicí účinek. Používání gelu nezpůsobuje bolest ani zvýšenou citlivost zubů a nijak nenarušuje zubní sklovinu. Během šestidenní kúry dochází k likvidaci nečistot na zubech a zničení bakterií, které mají na svědomí zažloutnutí zubů. Stačí 15 minut denně a váš úsměv bude zářit! Více informací o **WhitneyPHARMA** na webu www.whitney.cz. K dostání v lékárnách.



Natřete to akné s konopím

Trápí vás neustále se objevující akné? Nasadte na nevzhledné pupínky a ucpané póry neotřelou a maximálně účinnou zbraň – konopí!

Aknea ošetřující sérum s vysokým obsahem konopného oleje, arnikou, tymiánem a šalvějí rychle zklidňuje akutní projevy akné, mírní začervenání pupínků a omezuje vznik ucpaných, zarudlých a zanícených pórů. Přidejte Aknea sérum do své kabelky a mějte ho po ruce kdykoli se nepříjemný pupínek objeví. Brzy nebude po problému ani památky. K dostání v lékárnách a zdravých výživách.

Vyzkoušejte i další konopné přípravky řady Aknea zaměřené na péči o problematickou pleť.





Skejtáci mají nový ráj

Desítky skateboardistů a dalších sportovců zaplnily včera nový skatepark v Poohří v Chebu. Na návrhu sportoviště, které se již nyní těší velké oblibě, se podíleli nadšenci a odborníci na jízdu na skateboardu, koloběžce či kole. Skate Plaza Cheb za 18 milionů korun má za sebou čtyři roky vývoje. **ČTK**

Krátce

Cimrmanova houba

Nový druh houby objevené v roce 2015 na ostrově Madeira má název: špička Cimrmanova. Jméno vybrala mykoložka Moravského zemského muzea

v Brně Hana Ševčíková. Podle tvůrců z Divadla Jára Cimrmana vynikal geniální velikán prakticky ve všech oborech, včetně mykologie. Není vyloučeno, že cestou za polární kruh kvůli nepříznivému větru přistál se vzducholodí na Madeiře. **ČTK**

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

Starožitnosti

• KYTARY - STARÉ, koupím i součástky a nekompletní, v jakémkoli stavu, foto urychlí jednání, e-mail: kronos.cz@gmail.com, tel.: 776694960. Přijedu.

Auto-moto - poptávka

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

Ostatní

• Přednáška: Archeologické nálezy v Jeruzalémě z období Starého zákona. Freskový sál staré radnice Brno, 31.10. v 18.00 hod., zdarma. krestane-brno.cz



metro

Za kolik můžete jezdit? Čerpačky mají srovnání

Od uplynulého víkendu platí nová povinnost. Benziniky musejí vylepit tabulku, která je podle některých úplně k ničemu.

Až budete tankovat, dívejte se pozorně. Málokdo o tom ví, ale od 15. října 2022 vznikla čerpacím stanicím povinnost uvádět srovnání nákladů u různých pohonů. Tabulku s informací o nákladech na ujetí 100 km s vozy různých kategorií musí čerpačky vyvěsit na viditelném místě. Relevantní informace ovšem řidičům nepřinese.

Bude se porovnávat dvakrát ročně

Srovnání nákladů na ujetí 100 km aktuálně zahrnuje pohon na benzin, naftu, CNG, LPG i elektřinu. Povinnost se ovšem týká jen stanic s prodejem benzínu, nafty a současně některého alternativního paliva. Ukládá to zákon o pohonných hmotách.

„Frekvence zveřejnění je dvakrát ročně, a to do 15. dubna běžného kalendářního roku. Pokud se jedná o porovnání cen pohonných hmot zveřejněné ministerstvem nejpozději k 31. březnu běžného kalendářního roku, a do 15. října běžného kalen-

dářního roku. Pokud se jedná o porovnání cen pohonných hmot zveřejněné ministerstvem nejpozději k 30. září běžného kalendářního roku,“ vysvětluje Václav Loula, tiskový mluvčí České asociace petrolejářského průmyslu a obchodu.

Tabulky budou jen na menších čerpacích stanicích

Podle předsedy představenstva SČS – Unie nezávislých petrolejářů Ivana Indráčka se opatření nakonec dotkne menšího čerpacích stanic. Nová povinnost totiž vzniká jen těm provozovatelům veřejných čerpacích stanic, kteří prodávají obě základní paliva. Tedy naftu a benzin a k tomu alespoň jedno alternativní palivo.

„Úplně prvotní záměr Evropské komise byl, že na totemu čerpacích stanic se bude u benzinu a CNG uvádět ještě cena za jednotku energie v megajoulech,“ říká Ivan Indráček. Podle něj ale z pohledu běžného spotřebitele neměla myšlenka uvádět srovnávací cenu za jednotku energie, byť je z fyzikálního hlediska naprosto přesná, praktický přínos a nemá jej ani aktuální opatření.

Měřítkem srovnávání je nejprodávanější auto

Novinka, která má motoristům umožnit přehlednější srovnání cen různých paliv, má podobu tabulky. Obsahu-

je náklady na ujetí 100 km srovnatelnými vozy za použití různých druhů paliva. Do porovnání je zatím zařazena nafta, benzin, LPG, CNG a elektřina. Spotřeba pohonných hmot se podle ministerstva průmyslu a obchodu stanovuje podle nejprodávanějšího vozidla v dané kategorii za uplynulý půlrok. Cena paliva vychází z celorepublikového průměru za stejné období.

Lze porovnávat ceny, když se stále mění?

Tabulka je veřejně k dispozici na stránkách ministerstva průmyslu a obchodu. Z aktuální verze vyplývá, že v kategorii vozidel střední třídy, jejíž typickým představitelem je Škoda Octavia, činily náklady na ujetí 100 km v letošním prvním pololetí od 215 korun u benzínu, minimálně 176 korun u nafty a u CNG nejméně 250 korun.

Je otázka, nakolik budou takto uváděné ceny v tomto mimořádně turbulentním období relevantní. „Začátkem roku se průměrná cena kilogramu CNG blížila ke 40 korunám, aktuálně činí asi 62 korun. Na některých plnicích ovšem stojí CNG dokonce 139,90 Kč/kg. Což je totéž, jako by stál litr benzínu 100 korun,“ upozorňuje Damiir Duraković, generální ředitel nákupní aliance Axigon, jež poskytuje karty pro odběr benzínu, nafty a CNG i pro dobíjení elektromobilů. **IDNES.cz**

PREMIUM KUPÓÓÓÓÓÓN

BAGETERIE BOULEVARD

Caprese v menu za 159 Kč

PRO ZÍSKÁNÍ KUPÓNU SI STÁHNĚTE APLIKACI

VÍCE INFORMACÍ O PRÉMIOVÝCH KUPÓNECH NAJDETE

WWW.ELKUPON.CZ

Vše pro střechy

BRNO

Veslařská 25, 637 00 Brno
info@proex2000.cz

608 315 161

proex

SLEVOVÝ KUPÓN 10 %

www.proex2000.cz

Po předložení kupónu na prodejní obdržíte 10% slevu na veškerý sortiment. Slevový kupón je platný ve všech prodejnách ProEx 2000, spol. s r.o.

ČÍSLO 1 PRO SILNÉ BOLESTI RŮZNÉHO PŮVODU

Domácí kryoterapeutická masť ZNECITLIVĚNO ZA 30 SEKUND

Tím končí čekání v mnohaměsíčních frontách na úřady, utrácení dalších peněz za přípravy, návštěvy specialistů a rizikové léčby.

POZOR! Prof. Libor Masný zdokonalil recepturu z doby před 250 lety, se kterou do Evropy přijela skupina specialistů z Ukrajiny

„Již po první aplikaci odstraňuje silné bolesti kloubů, páteře, kolen, svalů, degenerativní bolesti, RA, migrény, neuralgie, napětí, hematomy a otoky! MÁME PRŮLOM“ – komentovali specialisté a hned po jejich slovech získává inovativní analgetický koncentrát prestižní ocenění ProMedica 2022!

COKOLI TĚ BOLÍ, PŘESTANE DO PŮL MINUTY.



Doloženo zmírnění degenerativních onemocnění u paní Diany (56) z Prahy pomocí inovativní analgetické a protizánětlivé masti pro domácí kryoterapii

KOLENNÍ KLOUB BYL PLNĚ ZREGENEROVÁN ZA 18 DNÍ.

Uklidňující všelék na bolest a revmatismus

PO 1. POUŽITÍ VYPNĚTE BOLESTI KLOUBŮ, Bolest po ÚRAZU A OKRAJI

Výzkumy provedené specialisty z Kliniky diagnostiky a zmírnění bolesti potvrdily, že i ostrá bolest po úrazech, podvrtnutích, zlomeninách a pohmožděninách přejde do 30 sekund po průkopnické, analgetické a protizánětlivé masti – tento inovativní zázrak si možná brzy najde cestu k vašemu domácí lékárníčka a je dobře, že víte, že takovou příležitost si nelze nechat ujít.

Působí proti bolesti svalů a kloubů

Plavání, systémová kryoterapie – metody tlumení bolesti chladem jsou známé po staletí, ale to, co se českému vědci podařilo, si zatím nikdo nepatentoval. Historie inovativní masti pro domácí kryoterapii je mimořádná

– její počátek by se měl hledat v ... 18. století! Receptura vytvořená nemocničnými mnichy v Plzni nespátřila světlo světa stovky let, dokud mezi specialisty, kteří do Česka přišli z Ukrajiny, nezařadili skupinu se starodávným originálním receptem mnichů. To, co následovalo, zcela změnilo trh.

Již od prvního použití „vypíná“ záněty a napětí v celém těle

Tým výzkumníků pod vedením profesora Libora Masného pracoval několik měsíců na znovuvytvoření východní receptury – vyvinul ideální poměry aktivních látek v nejvyšší možné koncentraci, kterou je možné vstřebat tkáněmi, a obohatil tento spektakulární koncentrát mj.



PAVEL, 45 l.

Zbavil jsem se ochromující bolesti kolen, krku a páteře

Kvůli silným kontrakturám krku a bolesti a ztuhlosti páteře mi dokonce hrozily protězy plotének! Kolena také začala vypadávat, nohy byly stále oteklé a těžké jako z oliva... Žádné prostředky mi nepomohly, kromě toho, kolik této chemie snesete?! Tuto masť na domácí kryoterapii mi doporučila kamarádka fyzioterapeutka - přinesla mi úlevu hned poté, co jsem si namazal bolavá záda, krk a nohy! Otoky zmizely mrknutím oka, krk už není napjatý, páteř přestala bolet a kašlat, kolena se hladce ohybají. Nádherný produkt - ať ho nikdy nepřestanou vyrábět!

EXTREMÁLNĚ SILNÉ FUNGOVÁNÍ:

- ANALGETIKUM
- ANTIHEMORAGICKÉ
- PROTIZÁNĚTLIVÉ



Komplexní záchrana při bolesti a zánětu



LIBOR MASNÝ, profesor medicckých věd

Uvědomuji si, že pacientování tohoto velkolepého vzorce je pro mnoho lidí vysvobozením z mnoha let intenzivní, chronické bolesti – bez ohledu na to, co je její příčinou. Chladivá masť staví na nohy lidi s těžkými degeneracemi, kteří se sotva mohli sami hýbat. Uklidňuje přetížené svaly a klouby, zmírňuje prudké a intenzivní bolesti, uvolňuje napětí v těle, odstraňuje křeče, otoky a záněty. Tak holistická metoda boje proti bolesti na evropském trhu ještě nikdy nebyla.

panthenol v koncentraci používané při léčebných procesech po popáleninách a extrakty zlepšující lymfatickou drenáž. Vysoko koncentrovaná masť aplikovaná přímo na bolestivou oblast okamžitě proniká do hlubokých vrstev kůže, znečistliví nervová zakončení za pouhých 30 sekund. Příjemně chladí, zlepšuje krevní oběh, odstraňuje pocit zablokovaných a ztuhlých kloubů, brzdí degenerativní procesy, dezinfikuje a během pár okamžiků odstraňuje otoky, záněty, zarudnutí a hematomy.

Nejúčinnější úleva od bolesti pro mimone-mocniční použití

POUŽÍVEJ K:

Snižte degeneraci kloubů, RA, záchvaty ischias a „lámání“ v dolní části zad



Zbavte se bolesti jakéhokoliv původu za pouhých 30 vteřin

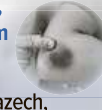
Zbavte se vrzání kolen, ztuhlosti a omezení pohybu



Osvobodte se od neuralgie, migrén, ranních „počátečních bolestí“

Odstraňte bolesti svalů a kloubů

Odstraňte křečové žíly, otoky, modřiny a dojem „těžkých“ nohou



Urychlit regeneraci po úrazech, pohmožděninách a výronech

Zlepšuje krevní oběh, chladí bolavé a oteklé oblasti těla



30 VTEŘIN A JE PO BOLESTI

DEJTE SBOHEM STRESU, NAPĚTÍ, MIGRÉNÁM A REVMATISMU

Čeká vás úplně nový život – bez přetrvávajících bolestí, pohybových omezení, progresivních degenerativních změn a neustálého napětí, kvůli kterým trpíte nespavostí a depresivními náladami. Zklidňující analgetický a protizánětlivý koncentrát okamžitě znečistliví bolavé svaly a klouby, urychlí regeneraci poškozených tkání a buněk, odstraní ztuhlost kloubů, bolesti zad, šíje, kyčlí a ramen. Pamatujte – je to ztráta života pro bolest! Zavolejte nám nyní – poslední balíčky čekají na 0 CZK!

Letos na podzim zapomeň na nemoci a špatnou náladu. Využij speciální nabídky a ušetři!

PŘESTAŇ TRPĚT. PARALYZUJÍCÍ BOLEST ZMIZÍ ZA 30 SEKUND. ZÍSKEJTE CHLADÍCÍ MAST NA BOLEST ZA 0 Kč!

Prvních 100 lidí kteří zavlaží do 04.11.2022 obdrží **100% NÁHRADU VÝROBCE!**



Zavolejte: 566 809 507

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

Česko bude možná chlebařsky chudší. Pekaři se bojí dovozu

Končí nejen restaurace. Zavírají i pekárny. Čeká nás období, kdy nebudou na každém rohu?

Od chvíle, kdy se částečně uvolnil vývoz obilí z Ukrajiny, mouka přibrzdila ve zdražování. To se ale nejspíš změní, na světových burzách totiž obilí opět zdražuje. Jenže podíl mouky na celkové ceně konečného výrobku není rozhodující. Hlavní slovo má plyn a elektřina.

Doplatím mzdy, energie a zavřu krám

„To, co jsem za třicet let vydělal, teď dám ještě do provozu pekárny, abych to dotáhla do konce roku, a pak končím. To jsem slyšel od známé od nás z Moravy, která se připravuje na uzavření firmy,“ cituje Petr Křivka, předseda představenstva Svazu pekařů a cukrářů České republiky. Podobných telefonátů má v posledních měsících a týdnech víc a víc. Na otázku, jestli může jmenovat konkrétní pekárny a podnikatele v oboru, krčí rameny. Může, ale nechce.

„Ti lidé mají nějaké závazky, smlouvy s odběrateli, tomu všemu chtějí dostat,“ říká Křivka. Nechtějí také vyvolávat paniku, vždyť některé ze středních pekáren, které spotové ceny plynu teď dostaly do kolen, dávají práci někdy až sto nebo sto padesáti lidem.

Na prvním místě jsou totiž ceny především zemního plynu, který je hlavní „pohon-

nou“ jednotkou pekáren. „Komu skončila fixace cen, ten nyní platí třeba i desetkrát víc než loni nebo před koncem nasmlouvaných cen,“ připomíná Bohumil Hlavatý, výkonný ředitel pekařského a cukrářského svazu. V průměru ale všem pekárnám zdražil plyn o 350 procent. „Na jednom kilogramu chleba tak ztrácejí výrobci téměř sedm korun, které

nyní musejí vyplácet z úspor nebo zisku u jiných produktů pečiva,“ vypočítává Hlavatý.

Rakouský, německý, polský, či slovenský chléb?

Možnost, že malé i velké pekárny přenesou drahé energie na spotřebitele, není ale snadná. Velké obchodní řetězce, přes které se prodá rozhodující množství chleba a dalšího pečiva, nemusí při-

liš drahý chleba, rohlíky a další pekařské výrobky odebrat. „Z českého pečiva se stane neprodejné zboží. Řetězce pak sáhnou po levnějším ze zahraničí,“ obává se Dana Večeřová, prezidentka Potravinářské komory České republiky.

Cena běžného konzumního chleba se nyní pohybuje kolem čtyřiceti korun za kilogram. U sousedů na Slovensku se pohybuje kolem sedm-

desáti korun, v Německu je k dostání od šedesáti do osmdesáti korun. Favoritem na dodávky chleba a ostatního pečiva by tak bylo Polsko, kde se kilogram vejde pod čtyřicet korun. „Už nyní registrujeme zavřené pekárny, které měly dohromady obrát kolem jedné miliardy korun,“ připomíná Večeřová. Pravděpodobně by se omezil sortiment, ne všude by bylo pečivo čerstvé jako nyní. V některých okresech by nemusela být pekárna vůbec.

Je to drahé? Za neřesti utracíme násobně víc

Česká rodina utratila za poslední rok v průměru kolem 1600 korun za chléb a pečivo, útraty jí tak narostly o pár stokrát (viz box). Nejlevnější rohlíky jsou nyní za přibližně tři koruny, koblíhy se pohybují mezi osmi až jedenácti korunami za kus. Jedná se ale o ceny ve velkých prodejnách, v malých pekářstvích si podstatně připlatíte.

„Roční příplatek za dražší pekařenské výrobky se v rodném rozpočtu projevil asi jedním procentem,“ upozorňuje Hlavatý. Stále ještě patříme v této komoditě na evropské cenové dno, v lednu jsme byli pátí od konce, asi třetinu pod unijním průměrem.

Na drahý chléb a rohlíky bychom bezesporu peníze měli. „Za hazard utratíme asi o třetinu víc, za alkohol až třikrát víc a za tabákové výrobky více než trojnásobek,“ zdůrazňuje výkonný ředitel Svazu pekařů a cukrářů Hlavatý. Méně nás v Česku stojí jen drogy, konzumenti za ně dají kolem čtyřiceti procent částky, kterou utratíme za chléb a pečivo. **PAVEL HRABICA**

INZERCE

VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

Značka 

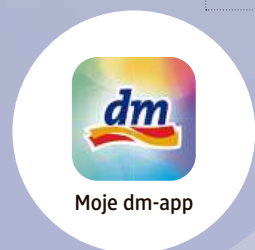
Papírové kapesníky jsou velmi jemné k pokožce nosu a odolné proti roztržení. Jsou vyrobené z hygienicky recyklovaných vláken.



Soft&Sicher
čtyřvrstvé recyklované papírové kapesníky v boxu 100 ks

29⁹⁰ Kč
0,30 Kč za 1 ks

DLUHODOBÁ CENA
od 12.08.2022 29,90 Kč



Moje dm-app



nyní stáhnout

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

Moje dm-app
dm.cz

dm
ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

Česko chlebové

22

Tolik kilogramů chleba připadá ročně na jednoho obyvatele České republiky. Denně se vyrobí kolem milionů pecnů. Kolik z této hmotnosti jeden člověk opravdu sní a kolik skončí v odpadu, statistiky neuvádějí.

400

O tolik korun navíc zaplatili Češi meziročně za chleba a ostatní pečivo.

Podomácku

V Česku se chleba nekupuje jen v řetězcích či v malých pekářstvích. Ročně se v kuchyních uhnětou stovky, ne-li tisíce tun chlebového těsta a upečou desítky tisíc chlebů. Výhodou je, že ho lze vyrobit, s kváskem či bez kvásku, za pár hodin a v porovnání s chleby například na trzích je za čtvrtinovou cenu. Můžete ho vyrábět v domácí pekárně, v troubě, ale i v remose. Na chalupě se dá upéct i na ohni v improvizované peci. A škála chutí nemá hranici. **PH**



Strop je příliš vysoko

Kompensace nákladů za extrémně drahé energie pekárenám nepomůže.

- Mnohé státy EU zastropovaly ceny plynu podstatně nižší. Například Belgie nasadila horní cenu za jednu MWh plynu na 51 eur. V přepočtu kolem 550 korun.
- V Česku je strop na jednu megawatthodinu 3000 korun, asi 115 eur.
- Rozdíl mezi nákupní a prodejní cenou kilogramu chleba v řetězci je asi 10 korun.

Za destiláty si po Novém roce připlatíte až o dvacet procent

Možná začneme víc dbát o vlastní játra. Jejich huntování totiž provětrá peněženky o poznání víc.

Produkce lihovarů zdraží po Novém roce o 15 až 20 procent. Odvětví zasahují zvyšující se ceny energií, protože většina podniků používá při výrobě pálenek plyn. Navíc rostou náklady na výrobu skla, do kterého se destiláty stáčí. Řekl to tajemník Unie destilátérů ČR Jakub Gottwald, který je také jedním ze zakladatelů internetového obchodu Lihovárek.

Černé a domácí pálení je velké jako to oficiální

Lihovary, které se v Česku věnují výrobě ovocných destilátů, podle Gottwalda vznikaly často z takzvaných pěstitelských palíren, kde si mohou lidé nechat vypálit alkohol z vlastní sklizně. Naučit se řemeslo trvá poměrně dlouho, doplnil. Sám sleduje hlavně produkci takzvané řemeslných lihovarů, což jsou spíše menší podniky, které se specializují na ovocné destiláty. V Česku jich je přibližně čtyřicet.

Trh ovocných destilátů podle něj velmi trpí na černý trh, tedy například domácí palírny a nelegální výroba je stejně rozsáhlá jako oficiální trh. Jako velký problém vidí nedostatečné pravomoci státu a celní správy ho kontrolovat. „Stát to neřeší. Řeší černou palírnu jen, když vybuchne kotel a vyhoří,“ řekl s tím, že zákonné postihy sice existují, ale jsou jen malé a velmi špatně vymahatelné.

Jako jeden z velkých problémů celého odvětví vidí černý trh s pálenkami, který podle něj může být stejně velký jako ten oficiální. Černý trh lze podle Gottwalda spojit i s tím, že na destiláty je uvalena vysoká spotřební daň, na rozdíl od piva a vína, které takto zdaněné není vůbec, což podle něho vytváří nesrovnatelné podmínky.

Dostat se na trh čistě stojí statisíce

Upozornil také na to, že když dodává pálenky do restaurací, musí nejprve složit půl milionu korun kauci a je

s tím spojená velká byrokratická zátěž, protože musí vyplňovat pro každý podnik formuláře pro celní správu. Poznamenal také, že se již objevily pěstitelské palírny, které kvůli růstu nákladů skončily, protože se jim provoz nevyplatil. Lidé a podniky, kteří se věnují ovocným pálenkám, mají také často hlavní zdroj příjmů někde jinde než v lihovarnictví, dodal.

Slivovice vévodí, v závěsu jsou hrušky

Pro oblast ovocných pálenek vidí příležitost v rozvoji produkce pro gastronomii, která je v současnosti ve velkých problémech a potřebuje si udržet hosty. Právě ovocné pálenky mohou podle Gottwalda být zajímavým produktem, protože existuje velké množství druhů, které lze vyrobit.

Uvedl, že nejpobulárnější je stále slivovice, velmi populární je také hruškovice. „Variabilita ovoce je nesmírná,“ poznamenal. Na letošním prvním ročníku festivalu pálenek, který pořádá, mohli návštěvníci ochutnat například vínovici. Unie destilátérů ČR je dobrovolnou stavovskou organizací destilátérů. Sídlo má ve Vízovicích na Zlínsku. **IDNES.cz a ČTK**



Připlatíme si.

MAFRA

INZERCE

VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

Značka

Kompletní krmivo pro kočata do 1 roku obsahuje cenné látky pro přirozený růst. Bez přidaného cukru a obilnin.

Moje dm-app

Dein Bestes
vanička pro kočky s kuřetem ve šťávě
100 g
8,90 Kč
▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 12.08.2022 8,90 Kč

nyní stáhnout

Download on the App Store
GET IT ON Google Play

ZDE JSEM ČLOVĚKEM ZDE NAKUPUJI

Krátce

Vězení za rokenrol

Před 65 lety, 17. října 1957, provedla Veřejná bezpečnost zátah na tanečníky rokenrolu. Západní hudba byla považována za nečistý produkt kapitalismu. Jen v Praze bylo za „výstřední tanec a ještě výstřednější chování“ zadrženo přes sto lidí. Mezi jinými i trampové a známí hudebníci. Někteří lidé vyfasovali tresty několika měsíců vězení. **ČTK**

Číslo dne

32

Tolik zájemců se na aukčním portálu Aukro přetahovalo o pětisetkorunové bankovky z roku 1923 přezdívané „hnědý legionář“. Celkem 330 uživatelů pak aukci sledovalo. Cena nakonec skončila na částce 370 tisíc korun. **ČTK**

Až do ruky. Za potravin až do domu platíme v průměru půl tisícikoruny

Brali jsme to jako výstřelek, během pár let se z toho stala běžná záležitost. Typický zákazník on-line supermarketů, které nabízejí dovoz do třiceti minut, za jeden nákup utratí kolem pěti set korun. Lidé objednávají často pečivo, ovoce a zeleninu nebo alkohol.

Rozvoz v řádu hodin nabízí on-line obchod Rohlík.cz, kde jsou nejprodávanejším produktem banány. Hned za

nimi následují rohlíky, poté brambory, cibule, okurky a mandarinky. Konkurenční firma Košík.cz pozoruje velký zájem o slevové akce.

Služba Wolt Market pokrývá celou Prahu a část Brna. Typický zákazník je podle ní ve věku 16 až 35 let, objednávka je podle společnosti zboží v hodnotě pět set korun. „Nejvíce objednávek přichází mezi šestnáctou a dvacátou hodinou a typický nákup má

11 položek,“ uvedla firma. Mezi nejprodávanejší kategorie patří víno, zmrzlina, ovoce a tvrdý alkohol, řekla ředitelka Wolt Market pro Česko a Slovensko Jana Trnovská. V Praze jsou mezi oblíbenými produkty cola, rajčata nebo také vodka.

Dovoz nákupu do 30 minut nabízí společnost Dáme jídlo jako službu Dáme market, Kromě Prahy a Brna funguje v Českých Budějovicích, Plz-

ni, Olomouci, Ostravě a Liberci. Lidé nejčastěji nakupují pečivo, ovoce a zeleninu, velmi populární jsou podle společnosti rovněž lokální piva. „Průměrný košík se zpravidla pohybuje v ceně mezi 400 až 500 korunami. Pro regiony je pak typické, že je průměrná hodnota nákupního košíku zhruba o pětinu nižší než v Praze a v Brně,“ uvedl šéf Dáme market Míkolaj Komrowski. **ČTK**

INZERCE



Krátké

Festival AI

Dnes v Brně začíná interaktivní festival umělé inteligence Dny AI, který návštěvníkům představí využití umělé inteligence jako chytrého pomocníka pro každodenní život. Vstup na týdenní akci je zdarma, avšak u některých stanovišť doporučují organizátoři registraci předem kvůli kapacitě. Více informací najdete na www.dny-ai.cz.

Lovci znaků

Ve středu začíná v plzeňském kulturním areálu DEPO2015 světelná interaktivní výstava s názvem Lovci znaků, která návštěvníkům představí svět znaků, symbolů a šifer. Expozice je vhodná pro dospělé a děti, které mají alespoň základní znalost písmen. Ti si budou moci vyzkoušet napsat text v klínovém písmu nebo se dorozumět s robotem. **MET**

Do kin míří Il Boemo, doprovodí ho také výstava o Myslivečkovi

Hlavní roli ztvární Vojtěch Dyk.

Uvedení snímku režiséra Petra Václava *Il Boemo* o osudech skladatele Josefa Myslivečka, které se uskuteční tento čtvrtek, budou provázet doprovodné akce.

Od pátku bude v barokním Clam-Gallasově paláci na Mariánském náměstí v Praze zpřístupněná výstava s názvem *Josef Mysliveček, detto Il Boemo (1737–1781)*. Její součástí budou vybrané kostýmy z filmu a projekce Myslivečkových árií, které štáb natáčel v plných délkách a které se ve snímku neobjeví.

„Film je jednou ze součástí znovuobjevování Myslivečka,“ vysvětluje producent filmu Jan Macola. „V den vernisáže výstavy pokřtíme mono-

grafii Daniela E. Freemana s názvem *Il Boemo – Průvodce po životě a díle Josefa Myslivečka*. Kromě toho na jaře příštího roku celosvětově vyjde CD s hudbou, kterou jsme nahráli společně se souborem Collegium 1704 s dirigentem Václavem Luksem,“ těší se Macola.

Do boje o Oscara

Česká filmová a televizní akademie se také rozhodla, že snímek *Il Boemo* vyšle do boje o Oscara. „Na konci roku se chystáme do Spojených států, kde se uskuteční řada projekcí pro členy akademie hlasující o užitích nominací na Oscary v kategorii cizojazyčných filmů,“ komentuje plány Macola.

Il Boemo soutěžil na letošním 70. ročníku filmového festivalu ve španělském San Sebastiánu. Hlavní cenu festi-

valu Zlatou mušli sice nezískal, ale podle režiséra Petra Václava je pro českou kinematografii velký úspěch už to, že byl vybrán do hlavní soutěže.

Mozartův přítel

Koprodukční životopisné drama o Myslivečkovi natočil režisér Václav v itaštině. Představitelem hudebního skladatele a pražského rodáka je Vojtěch Dyk. Scény příběhu se odehrávají v Neapoli, v divadle San Carlo, jež od první poloviny 18. století udávalo tón v operě. Mysliveček, jeden z nejslavnějších evropských operních skladatelů druhé poloviny 18. století, učitel a přítel Wolfganga Amadea Mozarta, složil 30 oper, deset oratorií, symfonie, koncerty, ouvertury a množství komorní a chrámové hudby. **ČTK**



Zleva Petr Václav, Vojtěch Dyk a Jan Macola

MAFRA



Tři filmoví velicí

V uplynulých dnech odešli do věčných ložisků tři herci, kteří ztvárnili kultovní a nezapomenutelné role. Minulý pátek opustil tento svět ve věku 95 let německý herec Ralf Wolter (fotografie vlevo), kterého čeští diváci znají hlavně díky roli Sama Hawkense ve filmech na motivy děl Karla Maye o Vinnetouovi ze 60. let. Rodák z Berlína si během své kariéry zahrál ve více než stovce snímků a úspěšný byl i jako divadelní a kabaretní herec. V pátek zemřel také skotský herec, komik a autor Robbie Coltrane (uprostřed), známý z filmové série o Harrym Potterovi, kde hrál roli klíčnicka Rubeuse Hagrida, nebo z filmu *Zlaté oko* ze série o britském tajném agentovi Jamesi Bondovi. Bylo mu 72 let. Jako třetí filmová legenda včera odešel v 88 letech na věčný odpočinek jeden z nejoblíbenějších českých herců Josef Somr (na fotografii vpravo). Během své bohaté kariéry ztvárnil řadu hochštaplerů, podivínů nebo intrikánů a patřil mezi nejlepší představitele psychologicky náročných rolí, jaké poválečné české divadlo i film měly. Ztvárnil přes 170 různých postav, k těm nejznámějším patří výpravčí Hubička z *Ostře sledovaných vlaků*, trafikant Soumar ze seriálu *Byl jednou jeden dům* nebo vysloužilý vojenský kuchař Servác z pohádky *Tři veteráni*. **MET**

Čínský prezident na sjezdu slíbil podporu porodnosti

Vláda má v plánu posílit schopnosti strategického odstrašování.

Včera začal 20. sjezd komunistické strany, který projevem zahájil čínský prezident Si Ťin-pching. Sjezd potrvá do soboty. Nejdůležitějším úkolem účastníků je výběr nového stranického vedení. Lídrem strany zůstane téměř jistě prezident Si, označovaný za nejmocnějšího čínského politika od dob Mao Ce-tunga.

Ekologie a pandemie

Čínský prezident hájil ve zhruba stominutovém projevu přísnou vládní politiku boje proti covidu-19 či protikorupční kampaň a slíbil, že Čína se bude podílet na boji proti klimatickým změnám. „Eliminujeme silné znečištění vody a vzduchu a dostaneme pod kontrolu znečištění půdy,“ uvedl prezident. „Ochrana přírody je zásadní pro budování moderní socialistické země,“ pokračoval

a doplnil, že se socialistickou společností musí být slučitelné i náboženství, které musí být orientováno čínsky. Vláda v Pekingu bývá terčem kritiky za represe vůči náboženským a etnickým menšinám, zejména vůči Ujgurům.

Vláda podle současného prezidenta také posílí podporu porodnosti. Ta je totiž v zemi navzdory řadě již přijatých opatření jedna z nejniž-

ších na světě, loni klesla na 1,16 a dostala se tak na historické minimum. Vláda má proto obavy, že by to mohlo ohrozit ekonomiku této nejlidnatější země světa.

Čínský prezident se při projevu dočkal mnohokrát nadšeného potlesku, například za slova o zvládnutí chaosu v Hongkongu. Tam se v posledních letech konaly masové protesty za demokra-

ci, které čínská vláda potlačila i pomocí přísného bezpečnostního zákona, označovaného za kontroverzní.

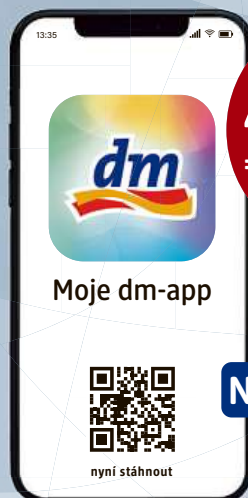
Nejdelší aplaus prezident sklídl za slova o Tchaj-wanu. „Sjednocení vlasti musí být a bude dosaženo,“ prohlásil Si Ťin-pching. „Budeme i nadále usilovat o mírové znovusjednocení, ale nikdy neslibíme, že se vzdáme síly. Vyhrajujeme si právo použít

k tomu všechny prostředky,“ prohlásil prezident. Podle médií se prezident nezmínil o vztazích se Spojenými státy ani o válce na Ukrajině. „Čína důrazně odmítá všechny formy hegemonie a silové politiky, je proti mentalitě studené války a proti vměšování do záležitostí jiných zemí,“ uvedl Si Ťin-pching. Konkrétní země v tomto tématu ale nezmínil.

INZERCE

„Moje dm, s tebou si nákupy užívám“

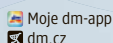
Stáhněte si nyní novou aplikaci Moje dm, nechte se inspirovat, objevujte novinky a usnadněte si nakupování.



400 BODŮ
= 100 Kč SLEVA*

NOVĚ

* Po stažení aplikace Moje dm, registraci a následném propojení s vaší active beauty kartou získáte eKupon na 400 extra bodů. eKupon lze aktivovat a uplatnit měsíc po stažení aplikace. eKupon lze uplatnit pouze jednou. eKupon lze kombinovat s produktovými kupony a eKupony, nelze kombinovat s kupony, eKupony či aktivitami na celý nákup. Sbíráni a uplatnění bodů se nevztahuje na nákup dárkových a předplacených karet, vratné obaly, na počáteční kojenecnu měčnou výživu dle zákona č. 40/1995 Sb., o regulaci reklamy, a na potraviny pro zvláštní lékařské účely dle nařízení Komise v přenesené pravomoci (EU) č. 2016/128.



dm
ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

Kritiku rychle odstranili

Většinu projevu jako obvykle věnoval domácím tématům. „Čína posílí budování prvotřídní armády a posílí schopnost strategického odstrašování,“ řekl čínský lídr. Dodal, že armáda musí být dále pod absolutní kontrolou strany.

Zhruba týden před zahájením kongresu byl Peking ozdoben květinami a transparenty vychvalujícími přednostmi strany a politikou Si Ťin-pchinga. Objevily se i transparenty kritizující režim, které ale úřady rychle odstranily. V ulicích Pekingu je také v době konání sjezdu vyšší počet příslušníků bezpečnostních složek. **ČTK**

Číslo dne

2000

Francie poskytne na svém území výcvik až 2000 ukrajinských vojáků a Ukrajině dodá systémy protivzdušné obrany Crotale. Výcvik bude zahrnovat všeobecnou přípravu k boji, zaměří se také například na logistiku nebo používání dodaných zbraní. **ČTK**

Krátkce

Vzdušná obrana

Bavorský premiér Markus Söder navrhuje, aby velká německá města chránily moderní systémy protiletadlové a protiraketové obrany. Chce, aby nad Německem vznikl ucelený ochranný deštník. **ČTK**

Bombaj. Má krizi

Indie za rok vyprodukuje kolem 1600 filmů, což je nejvíce na světě. K těm nejnávštěvovanějším vždy patří filmy natočené v centru místní filmové tvorby Bollywoodu, který je indickou obdobou amerického Hollywoodu.

Bollywoodské filmové hvězdy byly uctívány jako bohové a na premiéry přicházely do indických kin davy lidí. Nyní ale kina zejí prázdnotou, a to dokonce i v sídle Bollywoodu Bombaji.

Na úpadek filmového průmyslu se podílejí streamovací služby, které si místní bě-

hem pandemii velmi oblíbily. Přístup k internetu má kolem poloviny indické populace a streamovací služby využívá 96 milionů předplatitelů.

Ve společnosti také narůstá zájem o snímky, které jsou natočené v jiném jazyku než hindštině. Produkuje je konkurenční Tollywood z jihu Indie. Tollywoodské filmové hity vyzdvihují hrdinství obyčejných lidí, přičemž příběh doprovázejí velkolepými vizuálními scénami a chytlavými písněmi a tanci, což bylo dříve jednou z hlavních devíz Bollywoodu. **ČTK**

Padesátník

Americký rapper Eminem, vlastním jménem Marshall Mathers, dnes slaví padesáté narozeniny. Přestože byl rap doménou černošských zpěváků, Eminem se stal pro mnohé jeho nekorunovaným králem. Ve své tvorbě šokoval vulgárním jazykem, spoustou sexu a násilí, ale i tak ovládl hudební žebříčky. Je držitelem 15 cen Grammy a dalších ocenění. V roce 2009 byl časopisem Billboard vyhlášen nejlepším umělcem desetiletí. **ČTK**



Sudoku

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

Luštěnka

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

- naholo
- nedopalek
- tajenka
- stát v USA
- lenivost
- panzeltníky (bot.)


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

Pom.: Oregon

INZERCE

Týdenní horoskop

17. 10. – 23. 10. 2022






 BERAN 21. 3. – 20. 4. V práci vás nadřizený, jeho přístup je konzervativní, a to vám nehraje do karet. Vy jste člověk kreativní a plný nápadů.	 VÁHY 23. 9. – 23. 10. Rodinná krize je nepříjemná. Zdá se, že už ji ani nikdo nechce řešit a všichni se vyhýbají ožehavým tématům, což nikomu neprospívá.
 BÝK 21. 4. – 21. 5. Rozhodnete se, že je načase udělat něco radikálního se svým životem a zejména životním stylem. Začnete se věnovat sportu a hobby.	 ŠTÍR 24. 10. – 22. 11. Ohledně partnerských vztahů máte velice vysoké nároky téměř na vše. Máte za to, že stále musíte být v pozoru a být prostě nejlepší.
 BLÍŽENCI 22. 5. – 21. 6. Čeká vás období plné lásky a romantických očekávání. Jistě si toho užíváte, ale měli byste si někdy i sundat nasazené růžové brýle.	 STŘELEC 23. 11. – 21. 12. Řešení povinností vám jde nyní báječně. Jste skvělí mistři kompromisu a zvládáte i náročnější situace, z čehož máte následně radost.
 RAK 22. 6. – 22. 7. O nápadníky nemáte nouzi a užíváte si pozornosti opačného pohlaví. Není divu! Jste velice atraktivní osoba s charizmatickým kouzlem.	 KOZOROH 22. 12. – 20. 1. Již začátkem měsíce jste si dali za úkol stihnout spoustu věcí týkajících se vašeho domova, práce či dětí. Zatím se vám to daří plnit.
 LEV 23. 7. – 22. 8. Máte spoustu energie. Velká výzva vás nezastaví, a naopak, čím více práce máte, tím víc vás to nakopává k tomu, že chcete dokázat víc.	 VODNÁŘ 21. 1. – 20. 2. Na opačné pohlaví umíte udělat perfektní dojem. Jste plní elánu, dobré nálady a charizmatu, čímž k sobě osoby magicky přitahujete.
 PANNA 23. 8. – 22. 9. Finančně na tom nejste úplně špatně, ale samozřejmě si uvědomujete, že může být hůř, proto příliš neutrácite a snažte se šetřit.	 RYBY 21. 2. – 20. 3. Dětem věnujete čas a učíte je vše možné. Uvědomíte si, jak je tento čas strávený s dětmi důležitý, a jak jste ho dříve zanedbávali.

Podzimní LÁSKY ČAS!
Objevte se konečně ten pravý?
Společně to zjistíme!
Napište SMS ve tvaru
18RT a text na **904 30 46**

MAGICKÁ VĚŠTÍRNA! Zeptejte se karet!
Píšte SMS na 904 30 55, kód 55ML a svůj text nebo volejte na 906 70 30 35

Tuto službu poskytuje: E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 5, 110 05, technicky zajišťuje Materna, 1 sms/55 Kč vč. DPH, 1 min/70 Kč vč. DPH, max. délka hovoru 17 minut, www.ema.bz, www.platmobilem.cz

Počasí

DNES  20/24 °C	ZÍTRA  16/20 °C	STŘEDA  11/15 °C	ČTVRTEK  11/15 °C	PÁTEK  12/16 °C
--	--	--	---	---

Teplotní rekordy: ↓ -0,9 °C (1810) ↑ 25,5 °C (1967) Bio: ❤️❤️❤️

TV tipy

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>16.45 Cestománie</p> <p>17.15 AZ-kviz</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 Případy 1. oddělení III (7/13)</p> <p>21.20 Reportéři ČT</p> <p>22.00 Legendy kriminalistiky 3</p> <p>22.35 Místo činu – Drážďany</p> <p>00.10 AZ-kviz</p> <p>00.35 Na forbině TM</p> <p>01.15 Sváteční slovo školní kaplanky Marty Židkové</p> <p>01.25 Z metropole, Týden v regionech</p> <p>01.50 Kalendárium</p>	<p>16.05 Případ Albert Göring</p> <p>17.10 Letecké katastrofy</p> <p>17.55 Manu a Matěj na cestě do Apulie (2/10)</p> <p>18.20 Obří dopravní uzly</p> <p>19.10 Do divočiny! (6/8)</p> <p>19.25 Československý filmový týdeník 1972 (1431/2379)</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 8 dní, které stvořily Řím (6/8)</p> <p>20.55 Ztracené poklady Egypta</p> <p>21.40 Zahraniční mise (1/3)</p> <p>22.35 Dobré světlo</p> <p>00.05 Ponorka II (6/8)</p> <p>01.05 Tanky v pekle bojů</p>	<p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.25 Na lovu II</p> <p>18.25 Ulice (4346)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Specialisté (182)</p> <p>Taxi. Krimiseriál (ČR, 2022)</p> <p>21.20 Specialisté (112)</p> <p>Velký pád. Krimiseriál (ČR, 2020)</p> <p>22.25 Kriminálka Las Vegas VII (19)</p> <p>23.25 Dr. House VI (11, 12)</p> <p>01.20 Kriminálka Las Vegas VII (19)</p> <p>02.00 Comeback</p> <p>02.30 Střepiny</p> <p>02.55 Na lovu II</p> <p>03.50 Pojišťovna štěstí III (33)</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 Krim zprávy</p> <p>19.55 Showtime</p> <p>20.15 Pálava (9)</p> <p>Pálavský silák. Komedialní seriál (ČR, 2022)</p> <p>21.35 Den jak sen</p> <p>22.55 Vinaři II (10)</p> <p>Blanka. Komedialní seriál (ČR, 2015)</p> <p>00.00 Ano, šéfe!</p> <p>01.10 Policie v akci</p> <p>02.05 Námořní vyšetřovací služba X (2)</p> <p>03.05 Rizzoli & Isles: Vraždy na pitevně IV (15)</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 Number One</p> <p>11.00 Óčko hity</p> <p>14.00 Novinky</p> <p>15.00 Mixxxer Live</p> <p>16.00 Óčko hity</p> <p>17.00 Mixxxer EXTRA</p> <p>Klipy na přání z otvíračky nového ZOOT shopu</p> <p>20.30 Over Drive</p> <p>Dej gain na max</p> <p>20.35 Óčko hity</p> <p>Klipy nonstop</p> <p>21.30 Tattoo Fixers Extreme</p> <p>Krotitelé extrémně zřufovaných kerek</p> <p>22.00 Naked Attraction</p> <p>22.30 Best of DRIVE</p> <p>23.00 Óčko flirt</p>

MARDOŠA

ČLEN KAPELY TATA BOJS



Sloupek

RYBÍZÁDA

Je běžné, že děti si vždy přejí to, co nemají. Zvláště, pokud to mají jiné děti. (Což u někoho přetrvává až do dospělosti.) Naopak, toho, co mají, si příliš neváží. Vím, o čem mluvím, vzpomněl jsem si totiž na sirupy.

Celé dětství jsme pili rybízovou šťávu, co dělávaly prababička a babička. Z černého i červeného; v naší rodině má rybíz silnou pozici. Tyhle šťávy byly přesně to, co by se dnes prodávalo za přepálené ceny v hipsterských a farmářských obchodech. Doma vyrobené, z rybízu vypěstovaného na naší (nebo babiččině) zahrádce. Bylo to bio. Jen se tomu tak tenkrát ještě neříkalo.

Nedá se říct, že jsem ji nepil rád. Vždycky mi chutnala. A když jsme doma někdy svátečně zprovoznili sifon s bombičkou, tak to byla úplná bomba! Rybízadu (tak jsem jí podle vzoru citron-citronáda rybíz-rybízada říkal; „takže to jsou vlastně záda od ryby,“ říkal jsem často takový vtípek) jsem nosil i do školy. I když tenkrát nebyly úplně kvalitní plastové lahve a trochu protékaly. Takže jsem je nosil zagumičkované v igelitáku. Časem jsem to trochu vylepšil; do lahvičky jsem si nalil jen sirup a vodu doplnil až ve škole z kohoutku. Takže „rybízada“ byla můj oblíbený nápoj, ale stejně jsem si nemohl pomoci. Stejně jsem záviděl dětem, které měly doma ty chemické, skoro reflexně červené sirupy! Záviděl jsem jim, jak se táhly, jak byly extra sladké a jak byly zcela čiré. Naše rybízada byla vždy zakalená a byly tam „kousičky“. Zkrátka byla to pravá přírodní šťáva přímo z ovoce. Kdo by za to co dneska dal.

Ale já ve své nevědomosti spolužákům tenkrát trochu záviděl jejich čistě chemickou, sladkou sloučeninu.

Ale já ve své nevědomosti spolužákům tenkrát trochu záviděl jejich čistě chemickou, sladkou sloučeninu.

Anketa

f V které místnosti topíte nejvíc?



Zdeněk Karásek
Všude musí být trenýrková teplota.



Alexandra Usagi
Je brzo, ale tuším, že nejvíc topíme v dětském pokoji.



Ivča Nesvedová
Nikde, máme kvalitní zateplení a okna.

@mojemetro



Erik je maňásek. Loutka na ruku. To mu ale nezabránilo si založit instagramový profil. Zjistíte tam o něm, že se narodil v Hamburku, ale že teď žije v Praze. Podle jeho fotek to vypadá, že si Erik zamíloval deník Metro. Na fotce ze sobotního rána se pustil do sudoku. Děkujeme za fotku, Eriku!

#METROTAG

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

Dopisy a vzkazy

Legenda

Když koncem 60. let zněl v rádiích její hit Legendy, asi Marta Kubišová netušila, že se sama legendou československé populární hudby stane. Já jsem měl tu čest dělat s paní Martou začátkem devadesátek několik rozhovorů a nemůžu si nevzpomenout na jeden, který se „točil“ také kolem jejích tehdejších kulatin. Když jsem se totiž paní Marty zeptal, jak a kde bude trávit narozeninový večer, odpověděla mi lakonicky: „Asi na hřbitově“. Byl jsem z té odpovědi na chvíli vydešený, než mi došlo, že Marta Kubišová se narodila 1. listopadu, tedy v předvečer našich Dušiček, kdy lidé většinou tráví čas na hřbitovech, aby uctili památku svých blízkých. Znovu jsem si potvrdil, že paní Marta má nejen osobitý smysl pro humor, ale že je také nesmírně skromná a laskavá. Přeji paní Martě k nadcházejícímu jubileu jen to nejlepší.

MIROSLAV SEIFERT

dopisy@metro.cz,
www.facebook.com/denikmetro

V dopisu uveďte jméno a adresu. Metro si vyhrazuje právo editovat dopisy.

Řešení sudoku

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

Řešení luštěnky

HALENA

Komiks



Golf. Kousková exceluje, nově míří mezi elitu

Česká golfistka Sára Kousková ve svém domovském klubu v Praze-Zbraslavi převzala ocenění pro nejlepší hráčku letošního ročníku druhé nejvyšší evropské série LETAS. Triadvacetiletá rodačka z Karlových Varů ovládla Order of Merit této tour jako první Češka v historii, vedle toho byla vyhlášena nejlepším nováčkem a je první ve finančním žebříčku. Letošní úspěchy jí zajistily plnou hrací kartu na elitní Ladies European Tour pro příští rok. Kousková přitom absolvovala jen polovinu z 20 letošních turnajů Access Series. Ve světovém žebříčku je aktuálně na 260. místě. **ČTK**



Fenin v kleci. Bude se bít

Bývalý fotbalový reprezentant vyslyšel výzvu a před vyprodanou frankfurtskou Festhalle oznámil nečekanou novinku. Martin Fenin se připravuje na zápas ve smíšených bojových uměních. „Je to pro mě výzva. Chci dokázat sobě i svému okolí, že se stále ještě dokážu hecnout,“ prohlásil pětadvacetiletý rodák z Teplíc. **ČTK**

Krátké

Dvkrát vyhráli

Čeští házenkáři zvládli také druhý zápas kvalifikace o účast na mistrovství Evropy v roce 2024. Svěřenci španělského trenéra Xaviera Sabatého zvítězili v Izraeli vysoko 29:19, navázali na středeční domácí triumf nad Estonskem a udělali důležitý krok k postupu. Sedmi góly pomohl favoritovi k výhře Matěj Klíma, jenž byl znovu nejlepším střelcem duelu. Český celek po dvou ze šesti kol kvalifikace figuruje o skóre na druhém místě za vedoucím Islandem, který reprezentanti přivítají v dalším utkání v březnu.

Na Finy neměli

Česká reprezentace v americkém fotbalu prohrála v Ústí nad Labem v zahajovací utkání ME s Finskem 10:42. Zbývajícím soupeřem svěřenců Daniela Leška v základní skupině bude 29. října Dánsko.

Králové z Markéty

Extraligovými šampiony na ploché dráze se stali jezdci pražské Markéty. Pod vedením juniorského vicemistra světa Jana Kvěcha včera zvítězili v Liberci v závěrečném kole týmové soutěže. O držitelé titulu ale rozhodla až dodatečná rozjízďka. **ČTK**

Číslo dne

23,36

Tomáš Franta zaplavil na Plzeňských sprintech český rekord na 50 metrů znak. Časem 23,36 překonal o čtyři setiny výkon Jana Čejky z MS v krátkém bazénu.

282

Hvězdný quarterback Tom Brady dostal v lize amerického fotbalu NFL pokutu ve výši 11 139 dolarů (přibližně 282 tisíc korun) za pokus o kopnutí soupeře. Incident se stal minulý týden v nedělním utkání Tampa Bay proti Atlantě.

4

Kladenský útočník Jakub Klepiš dostal zákaz činnosti na čtyři zápasy za faul na Davida Vitoucha v pátečním duelu hokejové extraligy s pražskou Spartou. **ČTK**

Letenští se rozstříleli, Pardubicím dali bůra

Fotbalová Sparta se na derby „S“ naladila výhrou.

Fotbalisté Sparty porazili ve 12. kole první ligy poslední Pardubice 5:2. Letenští v nejvyšší soutěži nenašli přemožitele v 11 utkáních za sebou a po sérii remíz v posledních třech naplno bodovali.

Domácí poslal do vedení v osmé minutě Asger Sørensen, o chvíli později srovnal Dominik Janošek. Ještě v prvním poločase se za domácí trefil Jan Kuchta. Po hodině hry zvýšil Lukáš Sadílek, následně skórovali jen střídající hráči. Za hosty snížil Vojtěch Sychra, jenže během nečelných dvou minut udeřili sparťané Martin Minčev a Tomáš Wiesner. Sparta nepodlehla



Sparťanské „kolečko“, uprostřed trenér Brian Priske **MAFRA**

Pardubicím ani v pátém ligo-vém utkání, z toho počtvrté zvítězila.

„Musíme být spokojeni s výhrou a tím, že jsme doma dali pět gólů. Je to třetí výhra za sebou po pěti remízách v řadě, takže z dalšího vítězství musíme mít radost stejně jako z toho, že jsme vstřelili krásné góly. Samozřejmě jsme zklamaní z práce v obra-

ně,“ řekl dánský trenér Sparty Brian Priske.

Bohemka remizovala s Olomoucí 1:1, oba týmy se spolu ve 37. vzájemném duelu v nejvyšší soutěži už posedmnácté rozešly nerozhodně. V sobotu dále Hradec Králové porazil nováčka první ligy Brno a České Budějovice si už počtvrté v sezoně odvezly tři body ze hřiště soupeře. **ČTK**

Výsledky 12. kola

Teplíce	
–České Budějovice	0:2
Hradec Králové–Brno	2:1
Bohemians–Olomouc	1:1
Sparta–Pardubice	5:2
Ostrava–Slovácko	3:1
Zlín–Liberec	2:1
Jablonec–Plzeň	0:3
Slavia	
–M. Boleslav	po uzávěrce

Druhá liga

5:0

Poslední Vlašim ve 12. kole druhé ligy nečekaně rozstřílela Olomouc B na jejím hřišti 5:0. Tabulku druhé nejvyšší soutěže vede Líšeň o tři body před Příbramí a Vyškovem.

Salač upadl

Filip Salač nedokončil nádherně rozjetou motocyklovou Velkou cenu Austrálie. Na Phillip Islandu totiž upadl v 10. z 25 kol závodu Moto2 ve chvíli, kdy byl čtvrtý. V pořadí M5 zůstal dvacátý, novým lídrem je Japonec Ai Ogura. Do čela pořadí MotoGP se dostal Ital Francesco Bagnaia a nejslabší Moto3 už má nového šampiona. Šestým letošním vítězstvím si titul zajistil osmnáctiletý Španěl Izan Guevara. **ČTK**



Tenis. Slavní hlásí potomky

Také nedávný první hráč světa Daniil Medvědev přispěl k současnému baby boomu ve světě tenisu. Ruský hráč s manželkou Darjou, s níž se oženil v roce 2018, se stali v pátek rodiči dcery. A to jen několik hodin předtím, než oznámili narození dčívátka tenisoví manželé Elina Svitolinová a Gaël Monfils. Před týdnem se dočkal prvního potomka i hvězdný Španěl Rafael Nadal, jehož žena porodila syna. **ČTK**