

# Garantujeme

## doručení do Vánoc!

Aby pod stromečkem nebylo prázdno.



Všechny dárky vyřešíte na  **alza.cz**

1. MĚSÍC  
ZA 1 KČ  
NÁSLEDNĚ 39 KČ  
MĚSÍČNĚ

# iDNES Premium

Svět exkluzivních článků  
a zábavy čeká na Vás!



Exkluzivní  
články



Digitální  
předplatné

11  
TITULŮ



Prémiové  
vstupenky



Filmy  
online



Knižní  
bestsellery



BONUS  
100 KČ

Mobilní  
výhody

[iDNES.cz/Premium](https://iDNES.cz/Premium)

# AMUNDSENOVI KRYJE ZÁDA I VOJTĚCH KOTEK

DO KIN MÍŘÍ NOVÝ FILM O SLAVNÉM NORSKÉM POLÁRNÍKOVI STRANA 2



# metro

Úterý, 17. prosince 2019

Č. 237, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Daniel

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

# Roztroušená skleróza. Do práce i za sportem

**Nemoc nervové soustavy.** Vyléčit se nedá, ale lze ji výrazně zbrzdit. **Následky.** Před dvaceti lety přeživala jen třetina pacientů. **Léčba.** K dispozici je mnohem více preparátů, důležitý je však zdravý životní styl STRANA 3



## „Připlužte si, pane lyžaři!“ Beskydy ohlídkají policisté v přeskáčích

Moravskoslezská policie spustila projekt lyžařských hlídek. Speciálně vybavení policisté budou během zimy působit na sjezdovkách, horských stezkách či v okolí chatových osad. Letos zatím jen v Beskydech, od ledna i v Jeseníkách. Každý den budou v terénu minimálně dvě dvoučlenné hlídky. Vhodní adepti byli vybráni z řad členů pořádkové policie.

MAFRA



INZERCE

Renta z nemovitosti  
od FINEMO.CZPRO DŮCHOD  
BEZ STAROSTItelefon:  
233 321 850

www.rentaznemovitosti.cz

# Recenze. Amundsen nepopíjel

## Český Amundsen

Ve snímku se v roli jednoho ze členů Amundsenovy výpravy objeví také český herec Vojtěch Kotek. Ten zde představuje německého leteckého mechanika a polárního letce Karla Feuchta.

- Výraznou českou stopu zanechala na snímku i kostýmní výtvarnice Michaela Horáčková Hořejší.

popíjeli. Film ukazuje i soupeření s britským námořním důstojníkem a objevitelem Robertem Scottem, jehož následky a křivdu ze strany Britů poté Amundsen těžce nesl po celý zbytek života.

Režisér filmu získal před časem nominaci za film Kon-Tiki, ve kterém si hlavní roli, stejně jako teď Amundsen, zahrál norský herec Pal Sverre Hagen. Tohohle skoro dvoumetrového hezouna mohou čeští diváci znát například z oblíbené norské detektivky Vzkaz v láhvi či jako záporáka z dva roky starého amerického sci-fi snímku Sedm životů s herečkou Noomi Rapace. Na první pohled nezvyklá castingová volba se však v Amundsenovi i díky kvalitní práci maskérů a kostymérů ukazuje jako velmi šťastná. Snad až příliš urostlému mladistvému herci totiž roli chladného, našťavného i nekompromisního

Amundsen věříte i ve chvíli, kdy ztvárňuje polárníka v jeho posledních letech.

Ve filmu mohou pozorní diváci v norském královském paláci poznat pražský Žofín, filmová Královská geografická společnost sídlící v Londýně je ve filmu v Průhonících a výpravu nevívaly po návratu z cest davy norských občanů v Oslu, ale dvě stovky českých komparzistů na pražské Náplavce. Většina ateliérových scén pak vznikla v pražských Třeboradicích. Lhal bych, kdybych tvrdil, že jsem zkušeným okem recenzenta rozeznal všechny lokace. Právě naopak. Natolik filmaři stylizaci jednotlivých scén perfektně zvládli.

Kde však snímek naopak bolestně zaostává, je již zmínovaná akce. Dramatických momentů z dobrodružných výprav se tu sice dočkáme, není jich však mnoho a většínou od nich hned tvůrci utíkají do jiné scény. Vizually nej-

atraktivnější neprobádané bílé světy, stroje a nástrahy, které je třeba překonávat, tu dokonce někdy působí jen jako jakási munice, kterou pak producenti plánovali umně sestříhat do filmových upoutávek a vyobrazit na plakátech. V kombinaci se severskou syrovostí, jakou je snímek protkáán, jde přitom o velmi nezvyklý a nepříliš chutný koktejl.

Víc než cokoliv asi nejslavnějšího polárníka Amundsen definoval fakt, že neuměl svých cílů dosáhnout až jako druhý. Doufejme tedy, že budou v boji o diváky stejně úspěšní i tvůrci jeho filmového životopisu. O ty se utkají těsně po vánocích a je velkou otázkou, zda uspějí. Utkají se zde totiž s hrdiny Hvězdných válek i českých romantických komedií. **FILIP JAROŠEVSKÝ**



Sledovat životní příběh slavného norského průzkumníka, který vedl první expedici na jižní pól či jako první přelétl severní, je občas překvapivě nuda.

Daleko více než dobrodružné expedice totiž snímek rozebírá Amundsenovu osobnost a duši, a to se na plátně často odehrává na úkor potřebné svižnosti vyprávění a akce.

Tvůrci v čele s režisérem Espenem Sandbergem se nebojí zobrazení Amundsenových temnějších stránek. Na rozdíl od jeho výprav, které známe z dějepisu, se tak nově můžeme seznámit s některými jeho milostnými aférami, komplikovaným vztahem s bratrem i spoluúčastníky výprav, se kterými podnikal ledacos. Vodku ale rozhodně ne-

## „Dialogy již nemusely mít 20 vteřin“

Norský polární objevitel Roald Amundsen vyrážel opakovaně do neprozkoumané ledové pustiny už před více než sto lety. Nad jeho výpravami tehdy žasl celý svět, nyní mohou také tuzemští diváci. Do kin přichází snímek Amundsen, který si zde odbude premiéru 26. prosince. O jeho natáčení, které probíhalo z větší části v Česku, jsme si povídali s norským režisérem Espenem Sandbergem.

### Jak vznikl nápad natočit příběh o Amundsenovi?

Žiju v sousedství Muzea lodi Fram v Oslu. Často jsem ho navštěvoval a viděl jsem, co všechno Amundsen dokázal a zažil. Jeho osobnost mě zajímala čím dál víc, zejména když jsem došel až k tomu, že měl velmi zvláštní vztah se svým bratrem a že byl našťavný jak na Brity, tak i na Italy. Chtěl jsem tomu všemu lépe porozumět a taky mi to přišlo



E. Sandberg. 2x BONTONFILM

jako docela dobrý námět na film. Jeho život se všemi úspěchy i neúspěchy, to byla jedna velká podívaná, která se krásně hodila pro kameru.

### Byl jste v kontaktu s někým z rodiny Amundsenů?

Sám Amundsen děti neměl, ale jeho bratr Leon ano. S těmi jsme o všem hodně mluvili a na základě těchto obsáhlých rozhovorů se nám povedlo dobrat k novým informacím, které jsme našli v dopisech a denících. To všechno házelo zcela nové světlo na jeho osobní život.

### Máte zkušenost s americkou produkcí díky režii pátých Pirátů z Karibiku. Není pro vás poté režirovat menší snímek nuda?

Vůbec ne. Byl jsem moc rád, že jsem mohl točit dialogy, které přesáhly dvacet vteřin. Tohle je v mnoha ohledech něco úplně jiného – stejně jako jsem si užíval natáčení Pirátů, měl jsem radost i při natáčení Amundsen. I když to bude znít jako klišé, tak každý film je velká výzva. Stojí to celé vždycky tolik práce a úsilí, abychom došli k výsledku. Tady to znamenalo pracovat úplně jiným způsobem s herci. Byla to ale skvělá zábava.

### Natáčeli jste i na Islandu, což znamená práci v dosti extrémních podmínkách. Jak jste to zvládali?

Bylo to hodně náročné, protože nám ani trochu nepříšlo

počasí, v jaké jsme při přípravách doufali. Ale to se u filmu děje celkem často. Museli jsme se s tím tedy během natáčení nějak popasovat a vyřešit to pak v postprodukcii. Ale jinak jsem s tím, co se nám na Islandu povedlo natočit, velmi spokojený, a doufám, že i čeští diváci to tak budou vnímat. U takovýchto menších filmů je to zejména čas, o který hrajete, a proto vám nezbyvá než se prostě s některými věcmi smířit a jít dál. Asi nikdy tady v Evropě nebudeme mít takové možnosti, jako má Hollywood. Ale to vůbec nevádí. I přesto můžeme na starém kontinentu točit skvělé a zajímavé filmy.

### V rámci natáčení tohoto filmu jste strávil téměř měsíc v Praze spoluprací s českou produkcí.

Celý ten čas strávený u vás byl naprosto fantastický! Už jsem v Praze předtím natáčel a ta podpora, které se nám opět dostalo, byla skvělá. Kolem sebe jsem měl několik výborných českých profesionálů a jejich podíl na výsledku na všech možných úrovních je zcela zásadní. Vy už u vás dávno dobře víte, že máte spoustu krásných lokalit pro natáčení, s tím už máte letité zkušenosti. Ale já jsem si užíval taky práci vašich odborníků, jejich osobnosti, kreativity a vysokou řemeslnou úroveň. Tohle všechno daleko vyhovuje světovým standardům a já vás teď doporučuji všude, kam přijedu, i v zámoří. **MET**

INZERCE

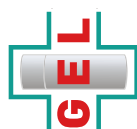
# DOER MEDICAL®

## Vysoce kvalitní lubrikační gely na bázi silikonu

Doer Medical® Silk  
Doer Medical®  
Aloe Vera & Vitamin E

ŽÁDEJTE VE SVÉ LÉKÁRNĚ

MS TRADE s.r.o.  
Zdravotnické prostředky



www.mstrade.eu

# Úplatky. Firmy mají strach

České firmy se nejvíce v případě podvodů obávají zpronevěry majetku, a to až v 64 procentech případů. Jako další hlavní riziko považuje 62 procent firem podvod při nákupech. Zhruba polovina společností se pak obává možného úniku informací. Vyplývá to z průzkumu poradenské společnosti PwC ČR k prevenci a detekci podvodného jednání

mezi padesáti firmami působícími v Česku. Podle něj české firmy často podceňují prevenci nekalého jednání.

Zhruba 36 procent firem podle tohoto průzkumu hlavní riziko podvodů spatřuje v kybernetických podvodech a 31 procent v úplatcích a korupci. „Riziko úplatků a korupce hodnotily překvapivě jako významné nejen firmy,

kteří mají zákazníky z veřejného sektoru, u nichž je toto riziko z principu vyšší. Zdá se tedy, že realita tohoto typu rizika si uvědomuje stále více firem,“ uvedla Kateřina Halásek Dosedělová z forenzního oddělení PwC ČR.

Dvě pětiny firem považují za základ prevence pravidelné prosazování firemních hodnot, etických otázek a nu-

lovou toleranci k podezření na nekalé jednání. Všechny dotázané firmy sice podle průzkumu potvrdily, že zaměstnance s pravidly seznamují v úvodním školení, s následným pravidelným školením ale mohou zaměstnanci počítat jen v 58 procentech firem. Ucelený program řízení rizik má podle průzkumu 45 procent firem. **ČTK**



## Pramen se jmenuje Jan

Postupná obnova Malých lázní v náhodské části Běloves pokračovala o víkendu otevřením nového minerálního pramene z nových vrtů a moderní kolonády. Díky vyhřívávanému zimnímu pitku poteče léčivá voda i při nízkých teplotách. **ČTK**

### Krátce

## Horečka vrcholí

Tržby obchodníků o letošním třetím adventním víkendu rostly v porovnání s minulým týdnem i meziročně. V některých případech utratili lidé až o desítky procent víc. Zájem je tradičně o elektroniku, kuchyňské vybavení nebo hračky. Lidé ve větší míře nakupují také potraviny a alkohol. **ČTK**

INZERCE

**PŘEJEME KOUZELNÉ VÁNOCE**

Značka 

Náš tip na dárek pro malé vodníky

*Sprchový gel a šampon 2v1 s ovocnou vůní je určen speciálně pro dětskou pokožku. Před vysušováním ji chrání speciální pečující substance. Dermatologicky testováno.*

**Balea Shining Star**  
DUSCHE & SHAMPOO  
SHINING STAR  
duftet nach strahlendem Abenteuer

**Balea Shining Star**  
dětský sprchový gel & šampon  
300 ml

**24<sup>90</sup> Kč**  
8,30 Kč za 100 ml

**DÁREK, KTERÝ NEZKLAME**  
Nevíte si rady s výběrem vhodného dárku? S dm dárkovou kartou nikdy nemůžete šlápnout vedle. K dostání ve všech prodejnách dm.



[www.dm.cz](http://www.dm.cz)  
[www.facebook.com/dm.cesko](https://www.facebook.com/dm.cesko)  
[instagram.com/dm\\_cesko](https://www.instagram.com/dm_cesko)

## Bílé Vánoce? Za sněhem asi jen na hory

Poslední týden před vánočními svátky bude v České republice panovat výrazně teplé počasí. Někde teploměry ukáže až 13 stupňů Celsia, teploty neklesnou pod nulu ani v noci. Koncem týdne se sice o několik stupňů ochladí, podle dosavadních prognóz meteorologů bude zřejmě i letošní Štědrý den s výjimkou hor bez sněhu i mrazu. Meteorologové považují za pravděpodobné, že teploty na Štědrý den vystoupají nad pět stupňů Celsia a může pršet, sněžit bude pravděpodobně jen na horách.

V dalších dnech se ale začne zvolna ochlazovat a do konce roku se možná dočkají sněhu i lidé v nížinách. Vyplývá to z údajů Českého hydrometeorologického ústavu. Celkově by mělo být období od 16. prosince do 12. ledna příštího roku teplotně nadprůměrné. Z hlediska srážek budou nadcházející čtyři týdny průměrné až slabě podprůměrné, víc sněžit nebo pršet by mělo až od 6. ledna. **ČTK**

# S „roskou“ se už dá žít lépe

**Chodím do práce a sportuji. Ještě před dvaceti lety to mohl říct málokterý pacient s roztroušenou sklerózou.**

Stoupá počet pacientů s roztroušenou sklerózou, nemocí nervové soustavy. Ta se sice nedá vyléčit, lze ji ale výrazně zbrzdít.

„Není to ale jen tím, že by jich přibývalo. Výrazně totiž roste množství nemocných, kteří díky lepší léčbě a kvalitnějším lékům žijí déle. V podstatě jako běžný zdravý člověk,“ říká Ladislav Dušek, re-

ditel Ústavu zdravotnických informací a statistiky (ÚZIS). Podle Duška mají lidé s touto chorobou šanci, že pokud umřou, bude příčinou něco jiného než jejich „základní“ nemoc. „Na prvním místě bývají nemoci oběhové soustavy, problémy nervové soustavy, až na třetím místě je roztroušená skleróza,“ říká Dušek. Nárůst evidovaných pacientů považuje Dušek za pozitivní, jedná se totiž o lidi, kteří díky lepší léčbě přežívají a nemírají jako v minulosti.

Před dvaceti a více lety mělo šanci na delší dožití jen asi třicet procent nemocných. Momentálně se situace zcela jiná. Výrazně se totiž mění léčba a je stále více preparátů. Přispívají k tomu pře-

devším nová biologická léčiva a další opatření, která umožňují život s mírnějšími komplikacemi. Jde však o to, aby byla moderní léčba nasazená co nejrychleji poté, kdy lékaři člověku diagnózu stanoví. „Počet akutních hospitalizací kvůli skleróze průběžně klesá,“ vysvětluje Ladislav Dušek. „Je to i díky nasazování vhodných léků a lze tak navodit dlouhodobý klidový stav pro tuto nemoc,“ dodává ředitel ÚZIS.

„Pro pacienta je důležité, aby mu lékaři vybrali vhodné konkrétní léky, aby jeho léčba byla takzvané ušita na míru,“ popisuje situaci Dana Horáková z RS Centra a lékařka Neurologické kliniky pražské Všeobecné fakultní ne-

### Pacienti přibývají

# 18

V Česku žije v současnosti kolem osmnácti tisíc lidí, kterým lékaři diagnostikovali roztroušenou sklerózu (slangově roska). Jejich počty ale stoupají, před sedmi lety jich bylo o pět tisíc méně. V roce 2030 bude v Česku podle odborníků 27 tisíc pacientů.

mocnice. Problémem je podle ní omezení plateb za drahé biologické léky, které ne vždy odpovídají aktuálním medicínským potřebám. „Od začátku léčby je ale nezbyt-

### Nemoc i nevinných

Roztroušená skleróza nepostihuje jen ty, kteří na sebe nedbají.

- Jedná se o autoimunitní onemocnění míchy a mozku.

- Příčina může být genetická, virová, nedostatek vitamínu C a další příčiny. K rozvoji nemoci může přispět i špatná životospráva a kouření.

né, aby pacient bezpodmínečně dodržoval pravidla zdravého životního stylu. Lidem s roztroušenou sklerózou škodí například kouření a také alkohol. **PAVEL HRABICA**

# ROZHOVOR



## LETOS JE NA TRŮNU ČERVENÉ VÍNO

„Cítili jsme, že je potřeba pozvednout kvalitu červených vín, tak jsme se do toho obuli,“ říká ředitel Zámeckého vinařství Bzenec Bořek Svoboda. Jeho Rulandské modré slaví titul vůbec nejlepšího vína roku 2019.

Červené víno kraluje a je nejlepším vínem za rok 2019. Po delší době uspělo mezi všemi vzorky v Salonu vín České republiky a získalo titul Šampiona. Rulandské modré ve výběru hroznů 2017 ze Zámeckého vinařství Bzenec na Hodonínsku představuje deníku Metro ředitel vinařství Bořek Svoboda.

### Jak to děláte, že jste titul absolutního Šampiona Salonu vín vyhráli letos už posedmé?

Těžko říci, co děláme oproti konkurenci jinak. Neznáme detaily výrobních postupů jiných vinařství, jdeme si vlastní cestou. O detailech toho, jak budeme víno vyrábět, vedeme každý rok neustálé diskuze. Také o to, jak udělat víno zajímavější. Ochutnáváme špičkové věci ze zahraničí i z tuzemska a přemýšlíme, co bylo asi záměrem vinaře, který dotyčné víno vyráběl. Přemýšlíme i o tom, kdo si víno kupuje a co ho vede k tomu, aby si dotyčné víno koupil či opakovaně kupoval. Víte, v zásadě se dá říci, že 95 % postupu je stejných a ladíme jen nuance typu, kdy sklízet hrozny, jestli půjde větší či menší podíl na sud, jaké typy sudu bude použít a tak dále.

### Nutí vás to neustále o vínu přemýšlet.

Ano. Nemyslet si, že vše děláme nejlíp, nestydět se za to, že člověk má i určitou míru pochybností nad vlastním postupem, a zejména je nutné dbát na kvalitní hrozny z vlastních vinic, které jsou dobře vyzrálé. Dále musíme nastavit detailně výrobní postupy a klást důraz na důslednost v jejich dodržování.

### Letošní Šampion je ale víno červené. To není úplně doména vašeho vinařství. Jste dobří hlavně v bílých vínech.

Cítili jsme, že je potřeba pozvednout kvalitu červených vín a asi před třemi lety jsme se do toho obuli. A výsledek je Šampion.

### To jste si tak věřili? Že by to s Rulandským modrým letos mohlo cinknout?

Víte, síto na národní soutěži je velké. Častokrát neprojdou velmi pěkná vína, takže doufáte v mnoho svých horkých kandidátů. Občas se stává, že neprojdou do dalšího či finálního kola a pak máte v hlavě svůj vlastní seznam vín, která jsou vysoko ve vlastním žebříčku kvality, ale tak nějak nepřemýšlíte, že by mohla dosáhnout mety

nejvyšší, a to z nějakého důvodu, ať už je to obliba odrůdy, ročníku nebo tak. Jelikož jsme v kategorii červených vín nikdy neuspěli, tak jsme ani moc nedoufali, že by se to mohlo právě u červeného vína stát. Nicméně právě Šampion bylo víno, ze kterého jsem byl opravdu nadšený, ale tak nějak jsme nedoufali, že by to mohlo vyjít.

### Jak byste popsal vaše vítězné víno?

Víno potěší sytější rubínovou barvou. Po přivonění ucítíte směs zralých třešní a višní, které jsou podpořeny tóny divokého koření. Chuť připomíná zavařenou brusinky, má pevnou kyselinku a výbornou plnost. Sametový charakter vybízí k dalšímu doušku. Víno má velmi dlouhý dozívání.

### Jak je potřeba připravit víno na soutěž, respektive na profesionální slepé hodnocení?

Nic se na soutěž nepřipravuje. Vezme se víno ze skladu, kde čeká na expedici do obchodní sítě, a toto víno jde na soutěž. Nikdy nepřipravujeme vína jen na soutěže. Veškerá příprava je ve vinici, následně ve sklepě při zpracování hroznů a posleze při škole-

ní vína před lahvováním, poté nastává samotné lahvování vína do podoby určené pro obchodní síť.

### A jak udržet víno v této výjimečné kondici, aby i zákazníci měli možnost ochutnat to stejné víno i měsíce po soutěži?

Jelikož vína, která jdou na soutěž, jsou stejná vína, která jsou určena pro obchodní síť, tak se zákazník nemusí ničeho bát. Samozřejmě ne každé víno má stejný potenciál růstu v letech. Záleží zejména na odrůdě, a to z pohledu bílé – červené, kdy červené víno má vyšší potenciál. Pak záleží na jednotlivých odrůdách, a to zejména v kategorii bílých vín, kdy ne každá odrůda se hodí na dlouhodobé skladování. V neposlední řadě má na to vliv i míra užití dřevěných sudů při výrobě.

### Vánoce jsou mimořádně hektická doba pro každé vinařství. Jak je na tom to vaše? Kolik vína prodáte v tomto období?

V zásadě se dá říci, že nejsilnějším měsícem v prodeji bývá měsíc listopad, jelikož obchodníci se zásobují na Vánoce s mírným předstihem. Teprve až za ním je nynější prosinec.

### Citát

**Problémem je to, že ve spoustě restaurací je v nabídce hlavně zahraniční víno, nikoli to z České republiky.**

BOŘEK SVOBODA, ŘEDITEL ZÁMECKÉHO VINAŘSTVÍ BZENEC

**Velkým tématem posledních let je snoubení vína a jídla. Dodáváte vaše vína také do gastronomických provozů? A jak vnímáte úroveň prezentace vín v restauracích?**

Samozřejmě i my dodáváme do gastronomie. Úroveň prezentace vín v mnoha restauracích šla hodně nahoru a velmi se to zlepšilo. Ovšem z mého pohledu je problémem to, že ve spoustě restaurací je v nabídce hlavně zahraniční víno, nikoli to z České republiky. Častokrát slycháváme, že zahraniční víno je pro restauraci lepší byznys, že jim nikdo nekontroluje marže. Možná je to i proto, že nám Čechům chybí kus vlastní hrdosti. Myslím, že se výše uvedené důvody prolínají a častokrát je to velmi individuální. Nicméně, když přijedete do kterékoliv vinařské země, tak valná většina vín v gastronomii je vždy místní. **PETR HOLEČEK**

# Diskuze. Národní investiční plán

Jednu z věcí, na nichž premiéroví Andreji Babišovi záleží, Národní investiční plán, projednává vláda. Jde o plán investic do roku 2050, který obsahuje více než dvacet tisíc projektů za asi 8 bilionů korun. Zhruba tři čtvrtiny představuje doprava, další významné položky tvoří zdravotnictví, energetika, klima a také kyberbezpečnost.

„Je to užitečné pro veřejné investory i pro vyjednávání evropských peněz,“ hájí Národní investiční plán Babiš. Smyslem je podle něj shromáždit veškerý investiční potenciál země na jednom místě.

Sociální demokraté trvají na tom, aby v zemi zůstávalo víc ze zisku velkých zahraničních firem, například formou digitální nebo bankovní daně. „Dobrovolný investiční fond, jak navrhuje pan premiér, přinese maximálně pár jednotek miliard, my se ale musíme bavit o bilionech korun,“ uvedl šéf ČSSD Jan Hamáček. Vláda musí podle něho začít vést diskuzi o tom, kde na investice najde peníze. „A proto je podle sociální demokracie potřeba, aby velké zahraniční firmy, které v ČR vytvářejí velké zisky a odvádějí je do zahraničí, část zisku ponechaly v ČR, a mohlo tak být investováno do českých občanů,“ uvedl Hamáček. S bankovní daní, kterou navrhuje ČSSD, Babiš nesouhlasí.

## Hlas opozice

Investiční plán, i když je koncipován na třicet let, ale nebude pro budoucí vlády závazný a kritizuje ho opozice. „Předseda vlády hází různý-

mi čísly. Případá mi, že je tipuje náhodně, jako ve Sportce. Všichni si přece pamatují, když se mluvilo o investičním plánu za 3,5 bilionu, za 5 bilionů, teď už jsme na 8 bilionech. S realitou to nemá nic společného: tato vláda totiž není schopná investovat, to říká i NKÚ. Pojdme se za-

měřit na reálné a rozumné věci, které opravdu zvládneme, prázdné sliby lepší budoucnost nezajistí,“ uvedl šéf ODS Petr Fiala.

„Národní investiční plán, který není podpořen realistickým plánem financování, je jenom seznamem zbožných přání a nemá ani hodnotu pa-

píru, na kterém je vytištěn. Opravdu má vláda právo se domnívat, že většina lidí nepřemýšlí?“ reagoval šéf poslaneckého klubu TOP 09 Miroslav Kalousek.

Investiční plán, který připravila vláda, si vzal už na konci listopadu na paškál šéf poslaneckého klubu Pirátů Ja-

kub Michálek. „Nevíte, co, do kdy, kdo za to zodpovídá a kde na to vezmete. Nevím teda, proč tomu říkáte plán. Šest let vládnete. Na konci, po osmi letech vašeho vládnutí, budeme mít jenom papír. A to je málo,“ vyčetl premiérovi a šefovi ANO při interpelacích. **ČTK a IDNES.cz**

INZERCE

## PŘEJEME KOUZELNÉ VÁNOCE

Značka 

Náš tip na dárek pro mužnou hřívu

*Díky obsahu kofeinu a koenzymu Q10 působí proti dědičnému vypadávání vlasů. Posiluje oslabené vlasové kořínky, vlasy tak působí bohatším dojmem. Neobsahuje silikonu.*



**Balea MEN**  
šampon na vlasy s kofeinem  
250 ml

**39<sup>90</sup> Kč**  
8,30 Kč za 100 ml

**DÁREK, KTERÝ NEZKLAME**  
Nevíte si rady s výběrem vhodného dárku? S dm dárkovou kartou nikdy nemůžete šlápnout vedle.  
K dostání ve všech prodejnách dm.





[www.dm.cz](http://www.dm.cz)  
[www.facebook.com/dm.cesko](https://www.facebook.com/dm.cesko)  
[www.instagram.com/dm\\_cesko](https://www.instagram.com/dm_cesko)



## Smutek

Ve věku 94 let zemřel kytarista, hudební skladatel, publicista a pedagog Jiří Jirmal. Ve své praxi se hodně věnoval jak jazzové hudbě, tak i interpretaci vážné hudby, považuje se za zakladatele české kytarové školy. **ČTK**

# Prsa při potápění nepraskají

## Kolem plastik a estetické medicíny koluje řada mýtů.

Botox je jed vyprodukovaný z klobás, s umělými prsy nejde lézat letadlem či kojit, po liposukci se netloustne. Kolem estetických zákroků koluje v tu zemsku řada mýtů. Deník Metro se podíval na nejčastější.

### Klobásový jed

Nejvíce faktických nesrovnalostí koluje dle plastických chirurgů kolem botoxu. Mnoho lidí se totiž domnívá, že po aplikaci nehne žádným svalem v obličejí a každý v okolí zákrok hned pozná. Je to ale pravda jen částečně. „Botuloto-

xin působí tak, že vyřadí z činnosti nervové zakončení napojené na konkrétní sval, který svou pohybovou aktivitou utváří časem vrásky. Sval se následně uvolní a toto uvolnění se na kůži projeví jako vyhlazení vrásky. Důležitý je ale přístup lékaře, aby botulotoxin aplikoval s mírou a pacienti tak vypadali stále přirozeně,“ říká doktorka Petra Moravcová z pražské Perfect Clinic.

Botoxu se říká také klobásový jed. Právě v těchto dobrotách se totiž ve stopovém množství nachází, a proto jsou nezděravé. Jedním z dalších rozšířených mýtů je tedy to, že se při zákrocích používá botox získává právě z uzenin. To je však rovněž nesmysl. „Trendem poslední doby je dokonce aplikace botulotoxinu jako



Aplikace botoxu **ARCHIV**

prevence pocení,“ dodává Moravcová.

### Umělá prsa na překážku

Ženy s prsními implantáty nesmí lézat v letadle, protože za letu pískají. Takové osoby se také nesmějí potápět, aby jim prsa nepraskla. To jsou další z mnoha mýtů týkajících se plastik. Kvalitní silikonové

implantáty však takové problémy nepřinášejí. K prasknutí implantátu může dle odborníků dojít jen v případě extrémního nárazu například při autonehodě, pádech z výšky, úrazech a podobně. Dalším rozšířeným mýtem je fakt, že nemožou s vylepšeným poprsím maminky kojit. Po operacích prsů však většina žen kojit může. Dle statistik nekojí asi třicet procent z nich. V běžné populaci „neoperovaných“ jich kojit nemůže dvacet procent.

### Po liposukci se netloustne

Odborné odsátí tuku zvané liposukce není pro pacienty toužící po štíhlé postavě samospasitelné. Pokud se po zákroku nebudou dotýcní hýbat, stejně opět ztloustne. Liposukce

sice v některých partiích množství tukových buněk snižuje, při nedodržení zdravého životního stylu však mohou buňky tukové tkáně opět nabrat na objemu.

### V mladém věku je plastická operace rozmarňlost

Estetická medicína není zdaleka jen o omlazování a krásě. Pomocí operací lze zlepšit a odstranit řadu vrozených vad. Samostatnou kapitolou je pak podle známého českého „plastika“ Jana Měšťáka operace nosu, takzvaná rhyнопlastika. „Jen málokterý jedinec, který je nositelem normálního nosu co do tvaru a jeho velikosti, může pochopit člověka, kterému nadělil osud nos v některém směru extravagantní,“ míní Měšťák. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

## Krátce

## Drahá záchrana

Italská vláda poskytne až 900 milionů eur (téměř 23 miliard korun) na záchranu zadlužené družstevní banky Popolare di Bari. Ta minulý týden oznámila, že potřebuje finanční injekci až jednu miliardu eur. **ČTK**

## Číslo dne

15

Před tolika lety himálajské království Bhútán přijalo jako první země na světě prakticky úplný zákaz kouření.

# Brazílie proti korupci

**Hlava největšího jihoamerického státu je známa svými kontroverzními výroky.**



Prezident Bolsonaro AP

Brazílský prezident Jair Bolsonaro prohlásil, že nebude ve své vládě tolerovat korupci a že na ministra, který se jí dopustí, bude aplikována metoda nazvaná podle převážení svázaných papoušků visících za nohy.

O dalším kontroverzním výroku prezidenta Bolsonara informovala místní média. Některá z nich zdůraznila, že

šlo o metaforu. „Existuje snad korupce v mé vládě? Ano, je to možné, ale vláda o tom neví,“ řekl na veřejném mítinku v brazilském městě Palma (stát Tocantins). „Pokud se korupce objeví, zavěším ministra na hůl na papoušky,“ dodal prezident.

Podle médií prezident použil výraz „pau de arara“, který původně označoval nástroj na přepravování papoušků svázaných a zavěšených na tyči hlavou dolů. Za vojenskou diktaturu v letech 1964–1985 se ale takto označoval způsoby, jakým byli mučení odpůrci režimu, které také věšeli svázané za ruce a nohy hlavou dolů na tyči.

Bývalý armádní důstojník a krajně pravicový politik Bolsonaro je v úřadu prezidenta od letošního ledna a v minulosti proslul mnoha kontroverzními výroky. Za některé z nich si ještě jako poslanec vysloužil i obvinění z rasismu. O brazilské vojenské diktatuře se Bolsonaro vyjadřuje

pozitivně. Podle něj byly vojenské vlády v letech 1964–1985 kvůli rostoucí komunistické hrozbě v Brazílii nutné, aby se zachovaly národní instituce.

Podle vládní komise, která před několika lety zločiny vojenských vlád vyšetřovala, se obětí represí za dvě desítky let vojenských vlád stalo 434 lidí a tisíce dalších skončily ve vězení.

Letos v březnu si brazilská hlava státu vysloužila kritiku za to, že zrušila dekret z roku 2011, který zakazoval oslavovat události z dob diktatury. Prezident dal pokyn ministerstvu obrany, aby vojáci oslavili 55. výročí převratu z roku 1964. **ČTK a MET**

INZERCE

# NIKDO VÁM NEZAKAZUJE MÍT SVŮJ VLASTNÍ NÁZOR

## ParlamentníListy.cz



### Zavraždil syna

Bývalý japonský velvyslanec v Česku Hideaki Kumazawa (vlevo) byl v Tokiu odsouzen k šestiletému vězení za vraždu svého 44letého syna, kterého považoval za nebezpečného. Šestasedmdesátiletý muž se již dříve k činu přiznal. Na svého potomka zaútočil po hádce kuchyňským nožem. Napadený syn v důsledku bodných zranění do hrudníku a krku silně krvácel a po převozu do nemocnice zemřel. Kumazawa, který byl velvyslancem v Česku v letech 2005 až 2008 (na snímku vpravo s někdejší pražským primátorem Pavlem Běmem), policisty sám přivolal na místo činu. Otec již dříve vyšetřovatelům řekl, že jeho syn nevycházel z domova a vůči rodičům se choval násilnický. Údajně mohl trpět duševní chorobou. **AP, MAFLA**



## Krátce

### Rodí se gigant

Britská společnost Cineworld Group koupí za 2,1 miliardy dolarů (přes 48 miliard korun) kanadskou firmu Cineplex. Spojením vznikne největší provozovatel kin v Severní Americe. Cineworld Group díky akvizici přidá ke svým 786 kinům s 9498 promítacími plátny dalších 165 poboček s 1695 plátny.

### Začali bourat

Deset dnů po explozi zemního plynu a následném požáru ve dvanáctipatrovém domě v Prešově na Slovensku začali včera pracovníci české firmy Cannoneer Group s pomocí speciální techniky rozebírat horní podlaží budovy. **ČTK**



# Produkcí kaviáru vévodí Čína

**Nejdražší ryba má cenu podobnou jako automobil Ferrari.**

Kaviár made in China? Pověst této asijské země je sice poznamenána opakovanými potravinářskými skandály, ale jejího kaviáru z jesetera si cení znalci a přední šéfkuchaři jej postupně začínají servírovat svým hostům.

Firma Kaluga Queen má chov ve městě Čchien-ťao-chu (Jezero o tisíci ostrovech), asi 300 kilometrů jihozápadně od Šanghaje, v čistých vodách obklopených horami. Cesta k nádržím trvá asi 20 minut jízdy loďkou.

Tato čínská značka, založená v roce 2005, produkuje 35 procent světového kaviáru. Země se tak stává světovým lídrem v tomto oboru. Kaviár je jednou z nejdražších potravin na světě. Vyrábí se z vajíček jesetera, ryby, která může být až čtyři metry dlouhá a může vážit 300 kilogramů. „Jsou jako naše děti. Sledujeme je od malička. Je to pro nás těžké, když mají být usmrceny,“ říká chovatel Čhiao Jü-wen na břehu nádrží, kde ryby rostou podle druhu až do věku od sedmi do patnácti let. „Cítíme uspokojení, že přispíváme ke vzniku výjimečného produktu,“ líčí své pocity a hází rybám krevetové granule, hrášek a vitamíny. Jesetera dlouho lovili v Kaspickém moři. Po roce 1991, kdy se zhroutil Sovětský svaz, který lov reguloval, se rozmohl nadměrný odchyt a pytláctví, takže populace jeseterů prudce poklesla. Rybě hrozilo vyhubení, proto se stala chráněným druhem. Od roku 2008 byl její lov v Kaspickém moři zakázán. Zároveň se rozvíjel její umělý chov, od Itálie přes Francii po Čínu. Tyto farmy jsou nyní hlavním zdrojem kaviáru.

Přibližně 300 zaměstnanců Kaluga Queen se stará o asi 200 tisíc jeseterů. Když samičky dospějí, jsou zaživa vykuřovány v ultramoderní laboratoři, kde je udržována teplota deset stupňů Celsia. Vajíčka se pak omyjí, roztrídí, prosívají, solí a balí. Loni Kaluga Queen vyrobila 86 tun kaviáru: 82 tun šlo na export, zejména do Evropské unie, do USA a do Ruska. Jeden kilogram stojí podle druhu 10 tisíc až 180 tisíc jüanů (32 500 až 575 tisíc korun). Nejdražší ryba má cenu kaviáru kolem dvou milionů jüanů (asi 6,45 milionu korun). „To je cena Ferrari,“ při-

pomíná s úsměvem viceprezident podniku Sia Jung-tchao a vzpomíná, jak po roce 2006, kdy Kaluga Queen vyrobila svou první skleničku, získala firmě nedůvěřovali.

V posledních dvaceti letech totiž Čínu zasáhlo mnoho skandálů s vadnými potravinami. „Několik let se diskutovalo o čínském kaviáru, zá-

kazníci k němu neměli důvěru,“ uvádí zakladatel firmy Kaviari Raphaël Bouchez, který dodává kaviár do mnoha renomovaných pařížských restaurací.

„Vysvětlovali jsme zákazníkům, jak se ryby chovají s použitím metod velmi ohleduplných k životnímu prostředí. Je třeba říci, že čínský kaviár

je velmi kvalitní,“ zdůrazňuje Bouchez. Četní distributoři dodávají čínský kaviár prestižním zařízením všude ve světě. Šéfkuchař Guy Savoy, jehož stejnojmenný pařížský podnik získal ocenění jako nejlepší restaurace na světě a má tři michelinské hvězdičky, rovněž používá čínský kaviár.

Další překážkou je obchodní válka mezi Pekingem a Washingtonem.

Ovšem Lily Liou, zodpovědná v Kaluga Queen za marketing, vidí řešení: „Doufáme, že Donald Trump nás kaviár ochutná a řekne: To miluju! Snížme cla a pomozme čínskému kaviáru dobýt Ameriku!“ **ČTK**

INZERCE

**PŘEJEME KOUZELNÉ VÁNOCE**

Značka 

Náš tip na dárek pro hebké ruce

*Aloe vera, bambucké máslo a výtažek z měsíčku lékařského dodají pokožce rukou hebkost. Chrání také před lámáním nehtů a pomáhají udržet potřebnou hydrataci.*

certifikovaná přírodní kosmetika

**alverde**  
NATURKOSMETIK  
HAND- & NAGELCREME  
Bio-Calendula Bio-Aloe Vera  
Zertifizierte Naturkosmetik  
NORMALE HAUT

DÁREK, KTERÝ NEZKLAME

Nevíte si rady s výběrem vhodného dárku? S dm dárkovou kartou nikdy nemůžete šlápnout vedle. K dostání ve všech prodejnách dm.

alverde krém na ruce bio měsíček & bio aloe vera 75 ml

**59<sup>90</sup> Kč**  
15,96 Kč za 100 ml



[www.dm.cz](http://www.dm.cz)  
[www.facebook.com/dm.cesko](https://www.facebook.com/dm.cesko)  
[instagram.com/dm\\_cesko](https://www.instagram.com/dm_cesko)

## Balíčky. Za krádeže bude vyšší trest

Krádeže balíčků, které doručovatelé běžně nechávají Američanům přede dveřmi domů, se v americkém státě Michigan od včerejška stávají trestným činem. Informovala o tom televize Fox News. Ta v této souvislosti poznamenala, že změna přichází v čase před vánočními svátky. Nedávný průzkum totiž ukázal, že obětí takzvaného verandového pirátství, jak se těmto krádežím ve Spojených státech říká, se stal před loňskými svátky každý pátý Američan. Případně každý pátý Američan zná někoho, kdo byl tímto způsobem okraden. Nový zákon, který nyní vstupuje v platnost, počítá s až ročním trestem vězení. Těm, kteří balíčky kradou opakovaně, bude hrozit až pět let za mřížemi. Se zloději doručovacích zásilek se nepotýká jen Michigan, ale celé Spojené státy. Například v Oregonu policisté na nenechavce připravují pasti – do balíčků dávají GPS přístroje, se kterými zloděje snadno vystopují. **ČTK**



## Konec nebo pozastavení

Americký výrobce letadel Boeing zvažuje, že sníží na polovinu, případně úplně pozastaví výrobu letadel 737 MAX. Tvrdí to zdroj listu The Wall Street Journal a dalších médií. Firma tak reaguje na oznámení, že americký Federální úřad pro letectví do konce tohoto roku neschválí návrat těchto strojů do vzduchu. Provoz letadel Boeing 737 MAX je kvůli dvěma smrtelným nehodám od letošního jara pozastaven. Odbyt Boeingu se v prvních 11 měsících roku snížil na polovinu. Meziročně se propadl o 51 procent na 1,17 miliardy dolarů (zhruba 27 miliard korun). **AP**

**Sudoku**

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

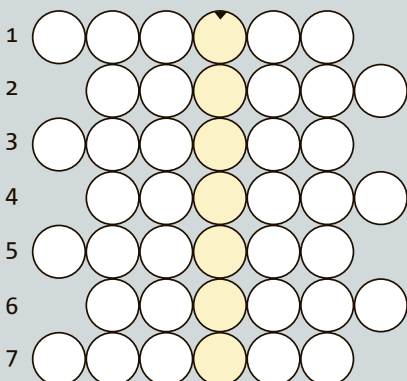
**Napište svou bublinu**



**Luštěnka**

Slova na vyluštění začínají na stejné písmeno.

1. autor E. Oněgina
2. muž vodící psy
3. následující
4. lidoop
5. malý Pavel
6. peněžitý trest
7. oděv na spaní



**Počasí**

DNES	ZÍTRA	ČTVRTEK	PÁTEK
7/1 °C	8/12 °C	6/10 °C	6/10 °C

Teplotní rekordy: ↓ -23,8 °C (1788) ↑ 11,7 °C (1989)



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

**TV tipy**

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
17.30 AZ-kvíz	16.05 Tímošenko	15.55 Dr. House (3)	16.30 Odpolední zprávy	15.00 Óčko news
18.00 Události v regionech	17.00 Historie bombardování. Od Guerniky k Hirošimě	17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny	16.50 Policie v akci	15.05 Mixxxer Show
18.25 Kde domov můj?	17.55 Záchrana Benátek	17.25 Co na to Češi	17.50 Prostřeno!	17.00 Óčko news
19.00 Události	18.45 Večerníček	18.25 Ulice (3797)	18.55 Velké zprávy	17.05 Óčko hity
19.50 Branky, body, vteřiny	19.00 Zeměpis světa: Indický Himálaj	19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí	19.40 Divošky	17.30 Smartmania
20.00 Peklo s princeznou Pohádka (ČR, 2009)	19.15 Domov můj II (3/4)	20.20 Ordinance v růžové zahradě 2 (939)	19.55 TOP STAR	17.35 Óčko hity
21.40 Snowboardáři Komedie (ČR, 2004)	19.40 Postřehy odjinud	21.40 Víkend	20.15 Krejzovi (113) Past na zloděje. Komedialní seriál (ČR, 2019)	18.00 Činéma news
23.20 Legendární dvojice	19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce	22.40 Expozitura (11)	21.45 Marta	18.05 Óčko hity
00.15 AZ-kvíz	20.00 Apartmá v hotelu Plaza Komedie (USA, 1971)	00.20 Beze stopy VI	22.50 Vůně zločinu (3) Podraz. Krimiseriál (Ukrajina, 2013)	19.00 Óčko news
00.40 To se ví	22.00 Heroin Krimithriller (Fr./It./N, 1970)	01.10 Mentalista (4)	00.00 Policie v akci	19.05 Moje desítka Top 10 klipů podle diváka Óčka
01.25 Zajímavosti z regionů	23.20 Mata Hari	02.05 Mentalista (5)	00.55 Walker, Texas Ranger III (3)	20.00 Óčko hity Klipy nonstop
01.55 Zahradá je hra	00.15 Dicte – kriminální reportážka (9, 10/10)	02.45 Krok za krokem VI (7)	01.55 Námořní vyšetřovací služba II (8)	20.30 Činéma news Nové filmy v kinech
02.20 Dobré ráno	01.50 Miluj mě	03.15 Co na to Češi	02.50 Jake a Tlustoch (12)	20.35 Óčko hity Klipy nonstop
04.50 Bydlet jako... bez bariér		03.55 Ordinance v růžové zahradě 2 (603)	03.50 Prostřeno!	21.00 CZ & SK České a slovenské klipy
05.20 Etiketa		04.55 Novashopping		
05.30 Události v regionech				

PROSINEC 2019

# BRENO

## KOBERCE • PVC

### Vánoční inspirace...

Zpříjemněte si chladné zimní večery a dotvořte si tu pravou vánoční atmosféru s našimi kusovými koberci z kolekce

### Touch

# 1296,-

cena za rozměr 80x150 cm

materiál 100% PP Frisé Shaggy, výška vlasu 47 mm, různé barvy a rozměry



Kč/ks

**PŘIJĎTE SI PRO DÁREK ZA NÁKUP** nad 2000 Kč

akce **-50%**

*Přejeme krásné svátky!*

### DORMEO WARM HUG SET

**690,-** ~~1390,-~~ Kč/set

Deka + polštář

**BRENO.cz**

sledujte náš facebook [facebook.com/koberce.breno](https://www.facebook.com/koberce.breno)

máme **největší výběr** koberců, PVC a vinylu

bytové PVC 5m nabízíme také v šířích **5m**

**KUPON NA SLEVU** při nákupu

# 15%

Metro 12/2019

BRENO

**Platí pouze do 31. 12. 2019!**

Vztahuje se pouze na zboží na prodejně. Slevy se nesčítají. Neplatí zpětně, na služby, na akční zboží, ani na objednávku.

Komplexní služby zákazníkům jsou pro nás samozřejmostí

Poradenství a individuální přístup

Řezání podlahové krytiny na míru

Obšívání koberců

Vaše zboží Vám dovezeme po celé ČR

Koberec i PVC Vám profesionálně položíme

Platí do 31. 12. 2019 nebo do vyprodání zásob. Za případné tiskové chyby neručíme. Zobrazované fotografie jsou pouze ilustrací. Ceny jsou uvedené včetně DPH.

# Botany

By Russell Evans



### Activity 1

People who are interested in plants are 'botanists' and the science is called 'botany'.

Look outside the room you are in. Can you see any trees, flowers or other plants? What are they called? How much do you know about them? What is the most interesting or unusual plant you know?

Now read about plants that eat insects.

### Activity 2

Put words a–d in the spaces to complete sentences 1–4.

- a) hair            b) look like            c) soil            d) touch

- If two things ..... each other, there aren't many differences between them.
- If two things ..... each other, there is no space between them.
- If you want a plant to grow, you need to put it in ..... and give it water.
- The man was sad to see one grey ..... on his head. He wasn't young any more!

A When I was at school, I read a popular book by John Wyndham called *The Day of the Triffids*. It was really exciting, and it was about very big plants – triffids – that ate people. It was my favourite book. A few years later, I came home from school and there was something special waiting for me: my mum had bought me a plant for my bedroom. It was a Venus flytrap. It was like a very small triffid, but it caught insects and ate them, not people!

B Venus flytraps come from the south-east parts of the USA. The soil here is not very good, so the plants need to get the things they need to grow from somewhere else – from insects. The plants like warm summers and cool winters. You can grow them at home if you are careful.

C Venus flytraps are quite small and they grow very slowly. When they are about five years old, they are only about 13cm from side to side. They usually have four to seven 'leaves'. On most plants, the leaves are the green parts, but on the Venus flytrap, the leaves are red and each one looks like two small open hands.

D The little red 'hands' are usually open. But when an insect walks across them, its legs touch some special hairs. Then the plant 'knows' there is something in the hands, and they close quickly with the animal inside. Finally, the plant can eat the insect.

### Activity 3

The story about plants has four parts, A–D. Which question 1–4 goes with each part?

- How does the Venus flytrap catch food?
- What is the Venus flytrap like?
- When did you become interested in plants?
- Where does the Venus flytrap grow?

### Activity 4

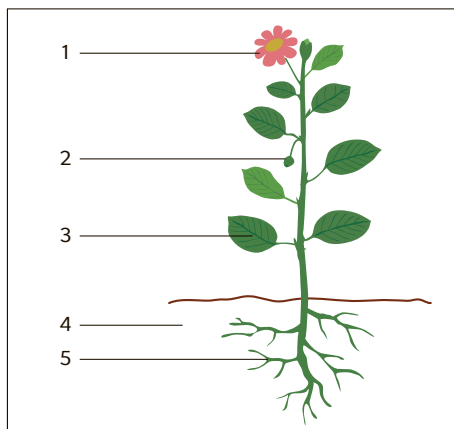
These sentences are all wrong. Change **ONE WORD** to make each sentence right.

- John Wyndham wrote a film called *The Day of the Triffids*.
- The Venus flytrap catches people and eats them.
- Venus flytraps get the things they need from soil.
- The leaves on Venus flytraps are green.
- When an insect walks on a leaf, the leaf opens.

### Activity 5

Look at this picture of a plant and the words in the box. Use a dictionary. Write the words in the spaces.

flower	leaf	roots	seed	soil



### READ MORE

Learn much more about plants: the BBC has some very good short videos here:  
<http://www.bbc.co.uk/education/topics/zpxnyrd>  
 Find out how to grow your own plants from seeds here:  
<http://www.wikihow.com/Grow-Plants-from-Seed>

Answers  
 Activity 2 1. b; 2. d; 3. c; 4. a  
 Activity 3 1. D; 2. C; 3. A; 4. B  
 Activity 4 1. film book; 2. people insects; 3. soil insects; 4. green red; 5. opens closes  
 Activity 5 1. flower; 2. seed; 3. leaf; 4. soil; 5. roots

# Taxík Maxík. Další čtyři štace

České Budějovice, Vimperk, Havířov a Šumperk. To je nová čtveřice měst, jejichž seniorům začne po Novém roce sloužit sociální autodoprava Taxík Maxík. Tyto drožky pro seniory a handicapované dosud jezdily v tuctu měst Česka a je zřejmé, že jejich seznam se zdaleka neuzavírá.

Noví provozovatelé převzali symbolické klíčky od nových velkokapacitních fordek už tradičně v adventním čase – tentokrát v rezidenci pražské

ho primátora, pod jehož záštitou se celá ceremonie historicky poprvé konala. Sociální přepravní služba pro seniory a další potřebné už má za sebou pět let existence. V lednu 2016 do nich nastoupili první cestující v Prachaticích a Liberci. Rok na to se přidaly Ústí nad Orlicí, Kutná Hora a Praha 5, za další rok přibýly Benešov, Most a Svitavy a letos dokonce čtyři lokality: Český Těšín, Frýdlant nad Ostravicí, Písek a Praha 15. S nápad rozjet Taxíky Maxíky přišli ředitelka konta Bariéry nadace Charty 77 Božena Jirků a šéf lékáren Dr. Max Daniel Horák.

Konto Bariéry má projekt na starosti organizačně, lékárenská síť Dr. Max se postarala o jeho financování. Řešení se našlo díky její vlastní značce. Pod ní se vyrábí spousta produktů a z každého prodaného kusu se v daném období odvede jedna koruna na účet Konta Bariéry.

Za shromážděné prostředky se koupí auta a pokryjí počáteční náklady, i když záhy možná nastane nová starost: „Když jsme projekt začínali, bylo to s vědomím, že od této chvíle se nesmí zastavit a časem navíc vyvstane otázka nejen, kde další Taxíky Maxíky rozjet, ale jak se například postarat o pokračování užitečné služby,“ říká generální ředitel ČLH Daniel Ho-

rák a Božena Jirků ho doplňuje: „Zájem o speciální autodopravu předčí dnes všechna naše očekávání. Už ve chvíli, kdy jsme předali auta pro rok 2020, jsme měli zájemce na ten další.“

V mnoha případech se parametry služby i aut mění za chodu, jak přibývají zkušenosti z praxe. Někde ruší večerní jízdy, protože o ně není zájem. Jinde zase mění materiál

čalounění sedadel kvůli inkontinentním pasažérům, přimontovávají kromě nástupních plošin i nájezdové lyžiny pro vozíčkáře, Taxík Maxík se taky musí sžít s prostředím – třeba v Praze 5 na něj chodily dokonce na radnici stížnosti, protože přes nápis „Taxík“ na kapotě nezařadil na mávnutí. Ale to jsou normální dětské nemoci. Praxe prokázala, že některé věci je užitečné sjednotit, jiné je lepší stanovit specificky – například jízdní tarif; někde je poplatek za službu paušální jako v hromadné dopravě, jinde zvolili zvýhodněnou kilometrovou taxu. Zájem každopádně roste, někde jsou auta dopředu zadána dlouho dopředu, v Mostě třeba na půl druhého měsíce a rezervace na konec roku tu začali nabírat už v květnu.

-red-



Božena Jirků a Daniel Horák u jednoho z nových vozů před rezidencí pražského primátora  
Kredit foto: David Bruner

## Zkuste letos Vánoce zdravěji

**Dobré jídlo k vánočním svátkům neodmyslitelně patří, ale nesmí se stát prioritou.**

Z výzkumu vyplývá, že většina českých dospělých přibere v období Vánoc 2 až 3 kg, někteří bohužel i více.

Odborníci se shodují, že velkým problémem Čechů je především přejídání se ve večerních hodinách. Večer trávení „uhasíná“, a pokud si dáte těžké jídlo, a ještě hromadu, téměř nic pořádně nestrávíte. Ve střevech se vytvoří obrovské nestrávené zbytky, které hnijí a střevní stěnou se dostávají do krevního oběhu. Ničí pak játra i celé tělo.

Pozor by si měli dávat především lidé, kteří již nějaké potíže mají. Léčí se s cukrovkou, mají vysoký cholesterol, ischemickou chorobu srdeční, trpí na vysoký krevní tlak, jsou obézní, dále všichni „žlučníkáři“ a lidé s nemoce-



Středověčnická večeře může být i skromnější.

PROFIMEDIA.CZ

mi zažívacího traktu. I malé děti a staří lidé hůře snášejí tučná jídla a velké porce.

Častým zažívacím problémem bývá pálení žáhy. „Nejčastější příčinou je funkční

nebo anatomická porucha jícnu a žaludku. Předpokladem vzniku je takzvaný gastroesofageální reflux, při kterém netěsní svěrač mezi jícnem a žaludkem. Kyselina solná se tak

může vracet do jícnu, jehož sliznici rychle podráždí natolik, že to vyvolá pálivou bolest za hrudní kostí,“ vysvětluje Ladislav Krajčí, lékař interní ambulance Polikliniky pro-

fesora Řeháka v Praze 5. Důvodem může být i překyselení žaludku, což v podstatě znamená nadprodukcii kyseliny solné. Stává se to po požití ostrých a kořeněných jídel, horkých a studených pokrmů a nápojů, hořkých a kyselých jídel, po požití alkoholu, silné kávy, slazených nápojů, ale i některých druhů zeleniny a ovoce s větším obsahem vitamínu C. Zhoršit stav může i kouření a stresová situace.

Jak tedy zabránit o Vánocích zažívacím potížím? Vhodné je vybrat si zdravější suroviny i technologické postupy. Kapra můžeme vařit, dusit, péct nebo zapékat, majonézu v bramborovém salátu lze nahradit jogurtem či trochou kvalitního oleje a místo destilátu si můžeme o svátcích připít třeba vinným stříkem. Na trávení jsou navíc skvělé čerstvé bylinky. Důležité je také zařazovat do stravy dostatek ovoce a zeleniny i vhodných tekutin. Jedno malé pivo po obědě je na zažívání vhodnější než třeba nealkoholický přeslazený nápoj. **KAMILA HUDEČKOVÁ**



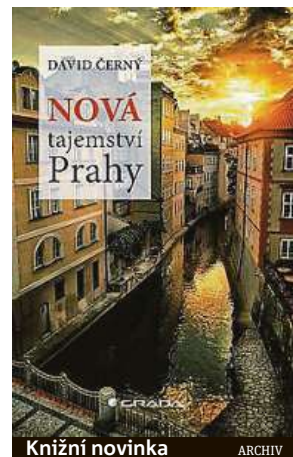
## Vánoční šnečí menu v La Gare

Na Štědrý den přichystá tradiční postní menu v podobě šneků v trojím provedení francouzská restaurace La Gare v Praze. Menu sestavil kreativní šéfkuchař Jan Kvasnička a pochutnat si na něm můžete ve všech restauracích sítě Gare, tedy v restauracích La Gare, Les Moulos, Vozovna Stromovka a Pivovar U Supa, a to pouze na Štědrý den mezi 11.30 a 15.00. Podávat se budou šnečí po burgundsku s bylinkovým máslem, šnečí s hříbkovým ragú a allumette s mořskou solí a do třetice Vol au vent se šneky a česnekovým velouté. Cena je jednotná u všech tří pokrmů – 299 Kč. Více na [www.lagare.cz](http://www.lagare.cz).

# Magická Praha. Nové příběhy

Autor David Černý v nové knize odhalí další zajímavosti z naší metropole. Projedte se spolu s ním pohřební pražskou tramvají. Najdete první dopravní značku v Praze a seznámte se s úhořem Pepíkem, který už dlouhá léta žije v kašně pojišťovny ve Spálené ulici. Můžete také nahlédnout do koupelny Jana Masaryka a do podzemní nemocnice v Krči. Naučíte se, jak správně požádat o zázrak u sochy Jana Nepomuckého na Karlově mostě. Dozvíte se také, kde hledat ďáblovy kameny. Další nebudeme prozrazovat, ale můžete se těšit na Nová tajemství Prahy.

Kniha je pokračováním knihy 25 tajemství Prahy, která vyšla v roce 2018 a stala se bestsellerem. Novinář, historik a fotograf, autor knihy 25 tajemství Prahy a Nová tajemství Prahy, tvůrce projektu Miluju Prahu David Černý pochází ze staré pražské pekařské rodiny. Studoval historii a celý život o Praze píše. Svou



Knižní novinka

ARCHIV

lásku k hlavnímu městu chtěl však sdílet i s ostatními, a tak si založil stránku Miluju Prahu. Zpočátku publikoval jen své oblíbené fotky Prahy, stránka se však rozrostla už na 100 tisíc fanoušků a spousty lidí dnes nadšeně posílají své vlastní fotky. David stále žije na Starém Městě nedaleko Staroměstského náměstí.

# Tři sestry odehrají tradiční vánoční koncert



Skupina vystoupí v neděli 22. prosince.

ARCHIV

**Kapela Tři sestry zakončí tuto neděli v pražské Malé sportovní hale svoji již 34. sezonu.**

Vánoční koncertní party s pivním výčepem a pivem Gambrius (nejen) na pódiu zavlaží hudebníky i plnoleté

diváky (nejen) v prvních řadách!

Po dvou letech se jako speciální host Tři sestry vrací skupina Alkehol, která má za sebou mj. podzimní turné s kapelou Walda Gang. Pro své fanoušky a milovníky LP desek letos skupina v reedici vydala album Alkehol z roku 1992. Pro rozehrání fanoušků na samotném začátku koncertu od 19.00 vystoupí Synové výčepu. „Máme vánoční

koncerty moc rádi, kdo je ale nemá rád, jsou naši rodinní příslušníci. Ještě horší bylo, když se dříve koncert konal 23. prosince, to jsme se pravidelně dávali pod stromček a někteří z nás ani pod stromček nedošli. Těšíme se na pokoncertní afterparty, kde si nadělíme panáčky a dárečky. Patrně až za denního světla se pak rozloučíme před pár týdny novoročního kapelního volna,“ poznamenává kapelník Magor.

Na počátku magického roku 2020 čeká Tři sestry krátký odpočinek, aby nabraly síly před novou nekonečnou koncertní sezonou, během níž oslaví slavný Soubor kretěnu v plné síle 35 let od svého založení! Již 29. února 2020 tak započne klubové Vinyl Tour, mapující slavná první tři alba souboru!

Užijte si vánoční čas s kapelou Tři sestry 22. prosince v Malé sportovní hale. Vstup od 18.00, začátek v 19.00!

Vstupenky zakoupíte v síti TICKETSTREAM, [www.ticketstream.cz](http://www.ticketstream.cz), na webu [www.trisestry.cz](http://www.trisestry.cz) a v sesterských hospodách [www.nastare.cz](http://www.nastare.cz).

Veškeré další info na [www.trisestry.cz](http://www.trisestry.cz)



## Granát Pod komínem

Přijďte si odpočinout od předvánočního shonu a nasát trošku slavnostní atmosféry do výčepu Pod komínem. Pivovarští pro vás připravili polotmavý pivní drahokam Granát a rybí speciality, které si budete moci vychutnat za zvuků českých koled. Letošní poslední sousedské setkání se koná tento čtvrtek od 17 hodin na dvoře pivovaru Staroprámen (vstup branou z ulice Svornosti). Zvaní jsou nejen Smíchovští, ale i přespolní, kteří si oblíbili atmosféru těchto setkání a rádi si pochutnají na dobrém pivu. Na setkání s vámi se mimo jiné těší vrchní sládek pivovaru Zdenek Lux.

# Schicka čeká souboj se stratégem Mourinho

**Ve vyřazovacích bojích Ligy mistrů** letos budou jen zástupci pěti největších lig.

Obhájci trofeje fotbalisté Liverpoolu se v osmifinále Ligy mistrů utkají s Atléticem Madrid. Jediný zbylý český hráč v soutěži útočník Patrik Schick narazí s Lipskem na finalistu minulé sezony Tottenham. V souboji dvou gigantů Real Madrid vyzve Manchester City a Chelsea narazí na Bayern Mnichov. Další dvojice tvoří Dortmund a Paris St. Germain, Bergamo s Valencií, Lyon s Juventusem Turín a Neapol s Barcelonou. Rozhodl o tom včerejší los ve švýcarském Nyonu. První zápasy se budou hrát.

Do osmifinále postoupili pouze zástupci pěti nejvyšších lig v Evropě – anglické, španělské, německé, italské a francouzské. Finále Ligy mistrů se bude hrát 30. května v Istanbulu. Jediný český zástupce v této sezoně Ligy mistrů Slavia Praha obsadila v základní skupině poslední místo s bilancí dvou remíz a čtyř porážek a nepostoupí-



Turecký fotbalista Hamit Altıntop při losu

la. Červenobílí nedosáhli ani na jarní vyřazovací fázi Evropské ligy, kam se přesunul třetí tým tabulky.

Liverpool bude na jaře usilovat o obhajobu. Suverénní lídr anglické ligy má s Atléticem v soutěžích UEFA vyrovnanou bilanci, ve čtyřech utkáních si připsal jednu výhru, dvě remízy a jednu po-

rážku. Schick s Lipskem narazí na lepší se Tottenham, který se po příchodu portugalského trenéra Josého Mourinha postupně zvedá. Český reprezentant začal v německém celku po zranění nastupovat v základní sestavě. Chelsea si v souboji s Bayernem Mnichov, který jako jediný neztratil v základní skupi-

## Začíná se v únoru

Los osmifinále Ligy mistrů:

- Dortmund – Paris St. Germain
- Real Madrid – Manchester City
- Atalanta Bergamo – Valencia
- Atlético Madrid – Liverpool
- Chelsea – Bayern Mnichov
- Olympique Lyon – Juventus
- Tottenham – RB Lipsko
- Neapol – Barcelona
- První duely jsou na programu 18., 19., 25. a 26. února, odvety se budou hrát 10., 11., 17. a 18. března.

## Evropská liga

Šlapou Čechům na paty.

- Fotbalisté Sevilly s brankářem Tomášem Vaclíkem se v úvodním kole jarní vyřazovací fáze Evropské ligy utkají s Kluží, kterou vyřadila v kvalifikaci Ligy mistrů pražská Slavia. Trenéra Pavla Vrba čeká s Ludogorcem Razgrad prestižní souboj s Interem Milán.
- Z českého pohledu budou důležité i zápasy týmů ze země, které s tuzemskými kluby bojují o umístění v první patnáctce žebříčku národních koeficientů UEFA. Nejbližší pronásledovatel, patnáctý Kypr, má ve hře APOEL Nikósií. Šestnácté Skotsko pak Celtic Glasgow a Glasgow Rangers.

ně ani bod, oživí vzpomínky na vítězná finále z roku 2012. Hlavní hvězdou tehdy byl nynější člen vedení Blues a někdejší český gólman Petr Čech, jenž Londýňanům vyčtyl penaltový rozstřel. Vítěz „slávicícké“ základní skupiny Barcelona narazí na Neapol, která kvůli trápení v domácí soutěži po postupu pro-

ustila kouče Carla Ancelottiho a angažovala Gennara Gattusa. Druhý z přemožitelů Slavie Dortmund vyzve jednoho z hlavních favoritů na celkové vítězství Paris St. Germain. Souboj bude prestižní především pro německého kouče francouzského šampiona Thomase Tuchela, který předtím vedl Borussia. **ČTK**

## Krátko

### Japonka má nového kouče

Dvojnásobná grandslamová vítězka Naomi Ósakaová vstoupí do nové tenisové sezony pod vedením trenéra Wima Fissettea. Dvaadvacetiletá Japonka bude v lednu na Australian Open obhajovat titul.

### Jsi nacista, volali na hráče fandové

Utkání druhé španělské ligy mezi fotbalisty klubů Rayo Vallecano a Albacete bylo o poločasově přestávce předčasně ukončeno kvůli tomu, že domácí fanoušci uráželi ukrajinského útočníka hostů Romana Zozulju. Označovali ho za nacistu. **ČTK**



### Zadina dal gól, na body to ale nestačilo

Útočník Filip Zadina (na snímku) zmírnil v NHL brankou ve třetí třetině porážku Detroitu, který doma podlehl Los Angeles 2:4. U druhého gólu poražených asistoval Filip Hronek. David Kämpf pátým zásahem v sezoně přispěl Chicagu k výhře 5:3 nad Minnesotou a vytvořil si osobní rekord. Český útočník vstřelil v předchozích dvou ročnících shodně po čtyřech brankách. **AP**

## Odhází

# 2,5

U fotbalistů Plzně podle očekávání skončil trenér Pavel Vrba. Viktorii při svém druhém angažmá vedl dva a půl roku. Šestapadesátiletý kouč od ledna převezme bulharského mistra Ludogorec Razgrad. Smlouva Vrbovi končila až v létě.

Kancelář rádkové inzercie: Václavské náměstí 1, palác koruna, Praha 1

## Starožitnosti

- Mongolské, čínské, japonské, turecké, perské starožitnosti a obrazy i evropské historické zbraně - koupím. M:776 35 88 65



# Všechny dárky vyřešíte na

**a** **alza.cz**



## Osvobodte se od drátů!



### Niceboy HIVE pods 2

Bezdrátová sluchátka s mikrofonem  
Uzavřená konstrukce do uší, Bluetooth 5.0 a USB-C  
Technologie MaxBass pro silné basy  
Výdrž baterie až 35 hodin

~~2 490,-~~  
**1 690,-**

obj. kód: NCB050c4a

## Má paměť jako delfín

**SanDisk**



### SanDisk MicroSDXC 200GB Ultra A1 UHS-I U1 + SD adaptér

Paměťová karta s kapacitou 200 GB  
Prémiová přenosová rychlost až 100 MB/s  
Záznam videa v rozlišení Full HD  
Apka pro správu složek, SD adaptér v balení

~~2 199,-~~  
**799,-**

obj. kód: DT807h9j1

## Kompaktní milovník pořádku

**KÄRCHER**



### KÄRCHER VC 3

Bezšáčkový vysavač s příkonem 700 W  
Na hrubé i jemné nečistoty  
Pracovní dosah vysavače je 7,5 m  
Hubice na koberce i na tvrdé podlahy

~~3 490,-~~  
**2 490,-**

obj. kód: KARVY207

## Pro hodné i zlobivé holky

CAROLINA HERRERA



### CAROLINA HERRERA Good Girl EdP Set 125 ml

Luxusní dárková sada pro ženy  
Parfémovaná voda a tělové mléko  
Květinová s orientálními tóny  
Postupně se rozvíjející vůně

~~2 129,-~~  
**1 679,-**

obj. kód: KPPF918

## Roztomilá jako živá

**Zapp  
Creator**



### BABY Born holčička

Interaktivní panenka s doplňky  
Napodobuje skutečné miminko  
Vodotěsná, děti se s ní mohou koupat  
Má roztomilý obleček, dudlík a lahvičku

~~1 599,-~~  
**1 149,-**

obj. kód: HRAif3446

## Připojte se k nám!

**ASUS**



### Asus RT-AX56U

Výkonný 2pásmový Wi-Fi router  
Pracovní frekvence 2,4 a 5 GHz  
Celkový bezdrátový výkon 1 201 + 574 Mbps  
4jádrový procesor, 2× externí anténa

**3 999,-**

obj. kód: AA1000a5a

# Více na [alza.cz/vanoce](http://alza.cz/vanoce)

Kup na [www.alza.cz](http://www.alza.cz) nebo volej 225 340 111

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 17. 12. 2019 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na [www.alza.cz/reklama](http://www.alza.cz/reklama). Aktuální ceny najdete vždy na [www.alza.cz](http://www.alza.cz). Dárky jsou dodávány pouze do vyčerpání zásob.