

XXX Lutz

24/7 e-shop
xxxlutz.cz

PONĚLÍ 18. LISTOPADU 2024 Č. 221 • WWW.METRO.CZ



GIGANTICKÉ OTEVŘENÍ!

přistáváme v Hradci!

XXX Lutz

**HRADEC
KRÁLOVÉ**
ul. Rovná

21. 11.
**Celé Česko
oslavuje!**



venda

včetně
• rozkládací funkce
• úložného prostoru

8.999,-

Cena je platná
pro majitele
hit karty.

XXXL výběr látek



Rozkládací pohovka, látkový potah v béžové barvě, velký výběr látek za individuální cenu, plocha lůžka cca 150x205 cm, šířka cca 207 cm, **8.999,-** (15740003/01)
Nabídka platí od 19. 11. do 24. 11. 2024 nebo do vyprodání zásob. Pro nákup v e-shopu zadejte kód: SHV414



30% sleva
pro majitele
hit karty
XXXL hit kartu získáte
u odborných
poradců.
XXXL hit karta
téměř na **VŠECHNO**

Sleva se vztahuje na dosavadní prodejní ceny. Nevztahuje se na akční a výprodejové zboží, dodatečně vybavení, zboží propagované v naší aktuální reklamě a na zboží označené Super cena a "cena snižena". Nevztahuje se na sortiment kuchyní, podlahy, zboží označené Online Only, nábytek JOOP! a značky Flexa, Voglauer, Carryhome, HOM'IN, Ti me, Biohort, Villeroy & Boch. Platí jen pro nově uskutečněné objednávky. Pro uplatnění slevy kontaktujte naše odborné poradce. Akce platí pouze pro majitele hit karty. Majitelem hit karty se může zdarma stát každý zákazník. Akce platí 21. - 24. 11. 2024. V e-shopu akce platí 18. - 24. 11. 2024.

Větší výběr, lepší ceny, nejlepší slevy!

GIGANTICKÁ OTEVÍRACÍ

sleva
60%

na plánované kuchyně

značek Novel, C'elina
a Dieter Knoll

Sleva se vztahuje na nezávazně doporučenou spotřebitelskou cenu a platí jen při nákupu plánované kuchyně v hodnotě nad 65.000 Kč bez elektrospotřebičů. Nevztahuje se na akční a výprodejové zboží a zboží propagované v aktuální reklamě. Platí jen pro nově uskutečněné objednávky. Akce se nevztahuje na kuchyňské bloky a spotřebiče. Po uplatnění slevy nemohou být žádné další slevy poskytnuty. Akce doprava a montáž zdarma platí při nákupu plánované kuchyně bez elektrospotřebičů v hodnotě nad 65.000 Kč. Myčka nádobí musí být stejné značky jako ostatní spotřebiče v rámci vybrané kuchyně. ZDARMA je nabízena vždy nejlevnější myčka z řady. Akce platí pouze v obchodních domech a v Kuchyňském & interiérovém studiu XXXLutz. Akce platí 18. - 24. 11. 2024.



Ilustrační foto.

Basic kuchyně snadno • rychle • výhodně

- » dodání na sklad za 4 týdny
- » velký výběr z mnoha dekorů předních stran, korpusů a úchytek
- » bez dopravy a montáže
- » spotřebiče, obklady na stěnu, dřez a baterie za příplatek

XXXL
katalog
kuchyní



Nově také
v XXXLutz
Hradec Králové!
Kuchyně
na ploše
700 m².

Navštivte
největší Kuchyňské
& interiérové
studio XXXLutz,
Praha,
Galerie Butovice!

Vystaveno
více než
120
kuchyní!



Kuchyni vám rádi
naplánujeme
ZDARMA!

tel.: +420 242 242 200
Po - Ne: 10:00 - 19:00 hod.
e-mail: interier-kuchyne@xxxlutz.cz

XXXL videoseriál

Jak naplánovat
kuchyni



XXXL DOMY NÁBYTKU.
TY S TOUTO ČERVENOU ŽÍDLÍ.

XXXLutz

metro

INZERCE

ŽALUZIE ROLETY

DODACÍ LHŮTA 2-3 dny

SÍTĚ PROTI HMYZU
MARKÝZY A VEŠKERÉ OPRAVYNabízíme 50% slevu
z ceny montážeZÁRUKA 5 LET
tel.: 728 863 201
ŽALUZIE SUCHÝwww.zaluzie-suchy.cz

Denní úklid = deset cigaret

Plíce jsou denně pod náporům škodlivých látek. Z emisí aut, prachu v ulicích nebo doma a chemikálií z úklidu. Specialisté přes naše dýchací ústrojí v těchto týdnech před Vánocemi od úklidu neodrazují. Tvrdí však, že všeho má být s mírou.

STRANA 3

Největší je Hope

Najdete v něm asi 80 milionů předmětů rozdělených do pěti hlavních kolekcí – botanika, entomologie, mineralogie, paleontologie a zoologie. Zaujme i kolosálními exponáty. Úplně největším je 25 metrů dlouhá kostra plejtváka obrovského. Říkají jí Hope. Vítejte v londýnském Přírodopisném muzeu. STRANA 16



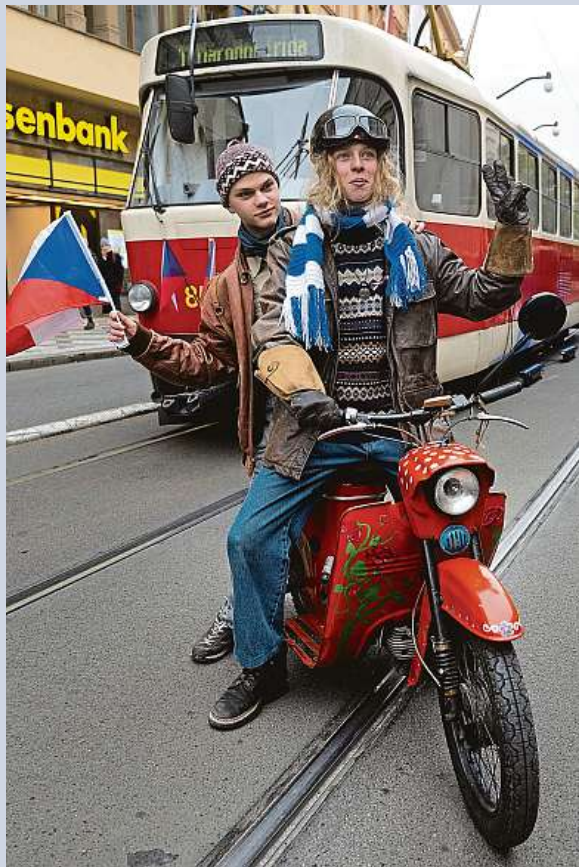
Miss Universe je aktivistka z Dánska

Letošní už **73. ročník soutěže krásy** vyhrála zástupkyně Dánska **Victoria Kjaerová**. Blondatá 21letá **modelka**, tanečnice, podnikatelka a **budoucí právnička** se označuje za aktivistku **za práva zvířat**. Korunku jí předala loňská vítězka Sheynnis Alondra Palaciosová z Nikaraguy. Na druhém místě se umístila dívka **z Nigérie**, na třetím soutěžící **z Mexika**.

NEWS



ZPRÁVY Z OKRESŮ NA METRO.CZ – VYFOŤTE QR KÓD



Osłavy sametové revoluce

Česko si včera na řadě akcí připomnělo revoluční události před 35 lety, které vedly k pádu komunistického režimu, i perzekuci studentů za nacistické okupace v roce 1939. Hlavním místem dění byla Národní třída v Praze (vlevo a dole). U pamětní desky připomínající brutální potlačení studentského shromáždění 17. 11. 1989 vítali politiky jejich příznivci i odpůrci. Slyšeli pískot, emotivní pokřikování, nadávky, ale i slova podpory a potlesk. Ke svobodě patří i hlasité vyjadřování kritických názorů, shodli se politici. Zástupci vládní koalice zdůrazňovali důležitost i nesamozřejmost svobody a demokracie, opoziční lídři poukazovali na to, že nynější vláda nevnímá skutečné potřeby lidí a stejně jako komunistům před listopadem 1989 jim jde jen o jejich posty. V podvečer se na zaplněné spodní části Václavského náměstí pořádal Koncert pro budoucnost. Vzpomínky probíhaly i jinde, třeba v Brně na náměstí Svobody (nahore). **ČTK**



INZERCE

JURIS REAL

 **Ihned
vykoupíme,**

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

Volejte
zdarma **800 22 33 88**www.prodejtojinak.cz**HLEDÁME ZAMĚSTNANCE NA POZICE:****RECEPCE A OSTRAHA**Vhodné i pro invalidní důchodce.
Nabízímemzda od 125,- Kč/hod
náborový příspěvek 10.000,- Kč
vyplácení denně**Tel.: 800 888 440**
(bezplatná linka)Pohovory jsou každý pracovní den
8.00-12.00 hodin na adrese:
Ocelářská 21, Praha 9 (metro Českomoravská)

Ocenil 17 osobností

Politoložka a ředitelka Herzlova centra izraelských studií Fakulty sociálních věd Irena Kalhousová, šéfdirigent Bamberkých symfoniků Jakub Hruša či diplomat Martin Palouš patří mezi 17 osobností, kterým premiér Petr Fiala

udělil medaili Karla Kramáře. Ocenil jejich zásluhy za rozvíjení veřejné debaty, za rozvoj kultury, šíření dobrého jména Česka za hranicemi, dodržování lidských práv či statečné občanské postoje v době komunistické diktatury. **ČTK**

KRÁTCE Z POLITIKY

Mezi Patriots

Hnutí Prísaha patří od víkendu mezi evropské strany Patriots.eu. České uskupení mezi sebe přijaly na jednání v Paříži. Účastnil se ho předseda Prísahy a senátor Robert Šlachta a také zástupci hnutí ANO.

Volební koalice

Komunisté budou do sněmovních voleb v příštím roce kandidovat pod značkou hnutí Stačilo!. Rozhodlo o tom vedení KSČM. Komunisté se pokusí do dolní komory vrátit příští rok na podzim po pěti letech. **ČTK**

Plíce trpí jak při každodenním uklízení, tak „rychlou stravou“

Kromě shánění dárků se vrhají hospodyňky i na generální očistu domácností. Lékaři nabádají k „hygienické střídmosti“.

Vyznavači přírodní existence tvrdí, že kdo se ve svém příbytku pohybuje lenochodím tempem a nevíří prach, ten se nemusí o své plíce bát. Specialisté přes naše dýchací ústrojí v těchto týdnech před Vánocemi od úklidu neodrazují. Tvrdí však, že všeho má být s mírou.

Výhrady plicních lékařů směřují především k frekvenci domácího uklízení a také k co nejmenšímu používání nejrůznějších prostředků. Ať již na mytí oken, tak na odpuzování prachu a mastnoty. Jejich připomínky, aby chom méně uklízeli, nejsou v předvánočním čase planým varováním.

Lékařské statistiky dokazují mužskou „lenost“

„Čísla jsou poměrně neúprosná, každodenní uklízení a pravidelné používání chemických úklidových prostředků, což se týká třeba zaměstnanců úklidových firem, plícním neprospívají,“ připomíná Vladimír Koblížek, předseda



Plíce jsou denně pod náporům škodlivých látek. Z emisí aut, prachu v ulicích i doma a chemikálií z úklidu.

WIKIMEDIA COMMONS

da České pneumologické a fti-
zeologické společnosti.

Podle něho se dennodenní úklid vyrovná deseti vykouřeným cigaretám. Dlouhodobá sledování dokazují, že plíce jsou opravdu mírně či více poškozeny u těch, kdo se více účastní úklidu v interiéru. „Postihuje to víc ženy než muže, takže i z toho vyplývá, jak je to s tímto druhem emancipace,“ hovoří s mírou nadsázkou Koblížek.

Půl milionu s CHOPN

Vedle rakoviny plic, která je celosvětově „výsadou“ kuřáků, populaci více zatěžuje chronická obstrukční plicní nemoc (CHOPN), při níž se snižuje kapacita plic. „V Česku se na ni léčí čtvrt milionu pacientů, skutečnost ale bude kolem 450 tisíc, protože

hodně lidí nebylo zatím diagnostikováno,“ vysvětluje Milan Sova, přednosta Kliniky nemocí plicních ve FN Brno.

Sova upozorňuje, že počty lidí s touto chorobou se budou zvyšovat. Léčba plíce, které už pozbyly nějakou kapacitu, do původního stavu nevrátí, ale nemoc lze zastavit, nebo alespoň zpomalit. „Určitě se vyplatí pravidelná kontrola u plicního specialisty, zvláště pokud člověk patří do rizikové skupiny kuřáků,“ apeluje pneumoložka Ivana Čierna Peterová z Brandýsa nad Labem.

Fastfood šetří čas, ale...

Na plíce však čekají nástrahy i jinde. „Konzument stravy z fastfoodů nebo stravy tohoto druhu, tedy hranolek či dalšího smaženého jídla, do



Jeden „hambáč“ jednou za čas neuškodí.

ARCHIV

sebe dostává nejen látky související s krevními tuky, s cholesterolem. Do krve se totiž dostávají také škodlivé látky, které působí toxicky na zánět, který probíhá v plíci a spolupodílí se na rozvoji CHOPN,“ vysvětluje Vladimír Koblížek.

Dokládá to na 25 let trvajícím sledování skupiny lidí ve Velké Británii. U čtvrtiny těch, v jejichž stravě převládalo jídlo často upravované na tucích, včetně časté konzumace uzenin, lékaři zjistili stopy plicní rozedmy. „U sledovaných lidí, kteří se naopak dlouhodobě stravovali takzvané středomořskou stravou s velkým podílem zeleniny, se známky na rozedmu plic objevily asi jen ve čtyřech procentech,“ uzavírá Koblížek.

PAVEL HRABICA

PROVĚŘTE SI PLÍCE

Letošní Dny pro zdravé plíce – spirometrie jsou opět bezplatně měřit v pražském OC Letňany od 12 do 18 hodin.

- V středu 20. 11. se bude bezplatně měřit v pražském OC Letňany od 12 do 18 hodin.
- Ve čtvrtek 21. 11. lze zajít na Kliniky nemocí plicních a TBC, pavilon E, ve FN Brno od 9 do 12 hodin **PH**

CHOPN V ČÍSLECH

7

Téměř tolik tisíc lidí zemře každoročně v České republice na rakovinu plic. Nejvyšší úmrtnost se týká kuřáků. Množství kuřáků se v posledním desetiletí srovnává s počty kuřáků.

40

Až tolik procent pacientů s CHOPN je mezi těmi, kteří na rakovinu plic zemřou.

INZERCE

BAUHAUS®

ČAS ADVENTU JE TADY

- Jedle Nordmann v kontejneru, od 598,-
- Vánoční ozdoby a osvětlení, různé typy
- Dekorace anděl, kov, výška 100 cm, 1.990,-
- Dekorace anděl, kov, výška 40 cm, 979,-
- Dekorační kožešina, imitace králíčí kůže, různé barvy, 395,-
- Svíčky, různé druhy

Ceny jsou uvedeny včetně DPH. Chyby a změny jsou vyhrazeny.

www.bauhaus.cz

„U zdravých a štíhlých lidí nebyl Ozempic testován“

Zázračný lék, nebo riziko pro zdraví? Jak u koho, shodují se odborníci.

Celebrity a influenceři se už několik měsíců netají tím, že ke zhubnutí kil jim pomohl lék Ozempic. Mnohými označovaný jako největší lékařský objev od antibiotik.

„Je to velmi důležitý objev, protože tyto léky nejen zlepšují kompenzaci cukrovky a snižují hmotnost, ale vedou také ke snížení rizika kardiovaskulárních komplikací, jako je srdeční infarkt či cévní mozkové příhody, chrání ledviny před diabetickým onemocněním ledvin, léčí také ztučnění jater a jeho komplikace, a jsou tedy i dlouhodobě velmi účinné a bezpečné. V oblasti léčby obezity ani cukrovky jsme ta-

kové léky dosud nikdy neměli,“ říká Martin Haluzík, přednosta Centra diabetologie Institutu klinické a experimentální medicíny (IKEM).

S tím, jak se mnohé hvězdy chlubí tím, že jim tento lék dopomohl zbavit se více či méně kil, ovšem nesouhlasí. „U zdravých a štíhlých lidí nebyly takto testovány a určité nejsou určeny k ‚hubnutí do plavek‘ u jinak zdravých a štíhlých,“ dodává i s tím, že mohou následovat i nežádoucí účinky. „Hrozit mohou podobné nežádoucí účinky jako u všech pacientů, tedy pocit na zvracení, bolesti břicha výjimečně zvracení nebo průjem,“ upřesňuje.

Právě příběhy lidí s nežádoucím účinkem začaly poslední dobou plnit americká média. Nejde přitom jen o problémy se žaludkem, ale i vážnější problémy se zrakem. „Případy zhoršení zraku se týkaly diabetiků s těžkými oční-

mi komplikacemi a byly zřejmě důsledkem příliš rychlého zlepšení kompenzace cukrovky. Případy náhlého oslepnutí u pacientů, kteří měli Ozempic, byly velmi výjimečně popsány, příčinná souvislost nebyla zatím prokázána. Tato komplikace je ale obecně častější u diabetiků, zejména se špatnou kompenzací cukrovky,“ přibližuje Haluzík ze svých zkušeností.

„Jde o velmi účinný lék na cukrovku, který snižuje hmotnost u pacientů s cukrovkou 2. typu. K hubnutí u nediabetiků by měl být využíván lék pod názvem Wegovy (stejná účinná látka semaglutid), který v ČR zatím není k dispozici. Místo něj je možné použít lék Saxenda z podobné lékové skupiny. Jde o lék pro pacienty s nadváhou, s komplikacemi nebo s obezitou,“ vysvětluje přednosta z IKEM možnou alterna-



Martin Haluzík

MAFRA

tivu. Ovšem i tady platí, že nejsou pro běžně zdravé lidi vhodné. „Ani jej by neměli využívat jinak štíhlí a zdraví, kteří jen chtějí zhubnout dvě až tři kila, zde by toho mělo být dosaženo jen úpravou diety a zvýšením fyzické aktivity. Také u indikovaných pacientů by měl být vždy využíván zároveň se změnou životního stylu, kterou pacientům výrazně usnadní,“ uzavírá Haluzík.

„Ozempic jsou léky určené k hubnutí pro pacienty s nadváhou a dalším onemocněním s ní souvisejícím nebo obezitou, vždy v kombinaci se změnou životního stylu, což tyto léky díky snížení chuti k jídlu usnadní.“

MARTIN HALUZÍK
PŘEDNOSTA CENTRA
DIABETOLOGIE IKEM

INZERCE

STAVÍME PRO VÁS METRO D



Nedržíme se při zemi 60 let

Sledujte nás
www.subterra.cz/online



Zemřela nejstarší japonská princezna

Ve 101 letech v pátek zemřela japonská princezna Juriko, jež byla pratetou vládnoucího císaře Naruhita. Podle císařského dvora zemřela v tokijské nemocnici poté, co se její zdravotní stav nedávno zhoršil, uvedla agentura Kjódó. Juriko byla nejstarší členkou císařské rodiny. Narodila se v roce 1923 do aristokratické rodiny a v osmnácti letech se provdala za prince Míkasu, bratra císaře Hirohita, který Japonsku vládl téměř 63 let až do roku 1989. Po boku svého manžela vykonávala dvorní povinnosti a také se věnovala dobročinným aktivitám, včetně podpory zdraví matek a dětí. Vychovávala tři syny a dvě dcery. Přežila svého manžela, který zemřel ve věku rovných 100 let, i všechny tři své syny.

ČTK



Kvůli smogu se učí doma

Znečištěné ovzduší v Indii i zabíjí.

Kvůli velmi znečištěnému ovzduší se indická metropole Dillí rozhodla zrušit prezenční výuku základních škol a přesunout ji do on-line prostoru. Opatření platí do odvolání. Vzdělávací instituce se v zemi uzavírají za nejhorších smogových situací každý rok, píše agentura AFP.

Dillí, kde i s okrajovými částmi žije více než 30 milionů lidí, se v zimě pravidelně umísťuje na předních místech světových žebříčků znečištění ovzduší. Oblast každou zimu zahálí hustý smog způsobený kouřem, prachem, nízkou rychlostí větru, emisemi z vozidel a pálením zbytků po sklizni.

Hladina drobných prachových částic označovaných jako PM2,5, které mohou pro-

POMŮŽE VODA?

16

Indická metropole minulý týden oznámila nasazení jednoho bezpilotního letounu o objemu 16 litrů vody, který bude jejím stříkáním rozptylovat částičky prachu v ovzduší.

MET

niknout hluboko do plic a způsobit řadu onemocnění, minulý týden přesahovala 50násobek limitů Světové zdravotnické organizace. Podle červnové vědecké studie může znečištěné ovzduší za 11,5 procenta úmrtí v Dillí, tedy 12 tisíc mrtvých ročně. Jiná studie mluví o úmrtí 1,67 milionu Indů v celé zemi jen za rok 2019.

ČTK

INZERCE

KDY pondělí 25. 11. a úterý 26. 11. 2024 od 10 do 17 h.

KDE

Národní dům na Vinohradech,
(bývalý dům železničářů - 1. mezipatro),
Náměstí Míru 820/9,
P-2 Vinohrady, metro stanice A



VÝKUP ZLATA, STŘÍBRA, STAROŽITNOSTÍ a obrazů 17. až 20. stol.

ZLATO:

zubní zlato i (nečištěné)
šperky mince a zlomkové



až 1800 Kč
za gr

STŘÍBRO:

příbory, tabatěrky
a technické stříbro



ŠPERKY:

granátové a brilantové šperky



HODINKY:

náramkové, kapesní
až do roku 1990



200 Kč

z vykoupeného předmětu
při předložení vydání.

firma H&Š tel.: 776 150 222, 603 505 686

JEŽÍŠ Tvá NADĚJE

**VSTUP
VOLNÝ**

Dnešní doba přináší nejen mnohé příležitosti, ale také nejistotu a starosti. I v této nelehké době však existuje naděje – Ježíš je zdrojem síly, pokoje, odpuštění a lásky.

Zveme vás na biblické přednášky a životní příběh Radima Passera ve dnech 29. 10. – 14. 12. vždy od 18:30 hodin ve Společenském centru Bethany na Brumlovce v Praze 4. Vstup je volný, není nutné se registrovat.

Využijte nabídku na individuální, skupinové či online studium Bible.

LISTOPAD

- | | | |
|----|-----|--|
| ÚT | 19. | MŮŽE BÝT NÁBOŽENSTVÍ FALEŠNÉ? |
| ČT | 21. | JEDNODUCHÉ PRINCIPY KE ZDRAVÉMU ŽIVOTU |
| SO | 23. | SMLOUVA ČLOVĚKA S BOHEM |
| ÚT | 26. | BŮH JAKO FINANČNÍ PARTNER |
| ČT | 28. | JEŽÍŠ A PRAVDA |
| SO | 30. | LZE ROZEZNAT PRAVÉHO PROROKA OD FALEŠNÝCH? |

PŘEDNÁŠÍ
RADIM PASSER



Více informací a další témata na:

tvanadeje.cz

PRAHA

Generál Klapálek prožil podzim života na sídlišti

Busta československého velitele Karla Klapálka je na dvou místech – v památníku dukelské operace na východním Slovensku a v Praze.



Armádní generál Karel Klapálek ve svém bytě na Jižním Městě

Nehledět do mobilu je pro ty, kteří se trochu zajímají o historii, na pražském sídlišti Jižní Město obzvláště důležité. Protože si jinak na stěně paneláku v Metodějově ulici, ve výši asi tří metrů, nevšimnou busty od sochaře Miroslava Pankráce. Patří veliteli československé jednotky na Středním východě a v severní Africe, kde se jako velitel tehdejšího 11. pěšího praporu podílel na obraně přístavu Tobruk.

Voják. Legionář. Uprchlík

V pondělí 18. listopadu totiž uplyne přesně čtyřicet let od odchodu armádního generála Karla Klapálka, dožil se jednadvadesátiletý a neměl jednoduchý život. Nebyl určitě jednoduchou osobností, ale pro své vojáky představoval až do posledních okamžiků života autoritu. Jeho osud není nepodobný osudu mno-

ha jiných vojáků minulého století. Nejdříve narukoval do rakousko-uherské armády, byl zajatý na ruské frontě, vstoupil do legií, do republiky se vrátil tři roky po jejím vzniku, odešel do Užhorodu k 36. pěšímu pluku, kterému velel budoucí prezident Ludvík Svoboda. Po okupaci Československa odešel složitou cestou přes Maďarsko na Střední východ, kde se hlásil u vznikající československé jednotky. Po palestinském a tobruckém působení se v roce 1943 přesunul do Velké Británie, kde se stal zástupcem velitele obrněné brigády (ta po vylovení v Normandii obléhala německé jednotky u Dunkerquu).

Ve Svobodových stopách

Odtud si ho v roce 1944 vyžádal z východní fronty Ludvík Svoboda. Klapálek nahradil u tehdejší třetí brigády naše-

ho sboru Karla Štělku. Důvodem byly velké ztráty brigády, ale jak v osmdesátých letech Klapálek vzpomínal, bylo to i shodou nešťastných okolností, nejen velitelským pochybením.

Generál Karel Klapálek došel do osvobozené Prahy už jako velitel celého armádního sboru, Ludvík Svoboda už v té době seděl ve vládě jako ministr obrany. Stínem v Klapákově životopise je, že v únoru 1948 následoval šlépěje Ludvíka Svobody, i on přispěl k neutralizaci armády ve prospěch komunistů.

Ani jeho nakonec nezachránil vstup do KSČ. I když osvobozoval republiku z východu, na východ přišel ze Západu. V roce 1951 byl propuštěn z armády, poslán do penze a v roce 1952 uvězněn. Na čtyři roky se jeho „domovem“ stala valdická káznice.

Procházky s vojínem

V Praze bydlela rodina Klapálkova nejdříve ve Střešovicích, pak v Nuslích, generál dožil svůj pestrý život na Jižním Městě. V roce 1968 byl rehabilitovaný, vrátili mu řády, dostal zpět hodnost i výsluh. Armáda mu v posledních letech poskytovala jednou týdně služební auto s řidičem, vyrážel s ním jak na setkání se spolubojovníky, tak na návštěvy k dceři a její rodině do

VOJÁK V DATECH

Karel Klapálek se narodil 26. května 1893 v Novém Městě nad Metují.

- Protože jeho otec byl železničář, byla rodina přeložena do Kralup nad Vltavou, kde absolvoval Karel Klapálek školní docházku.
- V roce 1915 se nechal zajmout na haličské frontě, vstoupil do našich legií.
- V roce 1917 se zúčastnil bitvy u Zborova.
- Po návratu do Československa působil také na vojenské akademii v Hranicích na Moravě.
- V roce 1940 uprchl z protektorátu.
- Do roku 1943 bojoval v Libanonu, Sýrii a v severní Africe.
- V roce 1944 byl převelen do 1. československého armádního sboru, do Prahy přijel 17. 5. 1945.
- V roce 1946 byl povýšen na armádního generála.
- V letech 1952 až 1956 byl vězněn. Na přímluvu N. S. Chruščova byl z vězení propuštěn.
- V roce 1968 získal titul hrdina ČSSR.

Nuslí. Často ale jen s řidičem auta absolvoval vycházku v okolí domu, býval to jeho jediný fyzický pohyb.

Generálovův pohřeb se konal v Praze-Strašnicích, pochován je na Olšanských hřbitovech.

PAVEL HRABICA



Karel Klapálek se narodil v Novém Městě nad Metují.

2x METRO

KLAPÁLKOVY ULICE

6

Tolik ulic nese v Česku jméno armádního generála Karla Klapálka. Ta nejbližší k Praze je v Kralupech nad Vltavou. PH

INZERCE

ZNOVU O RŮSTU VLASŮ

Před nedávnem jsem si přečetl článek, který se zabýval problémem vypadávání vlasů. Byly zde otištěny názory odborníků, kteří velmi zajímavě rozebírali příčiny padání vlasů i možnosti řešení, jak se této nepříjemnosti zbavit. Chtěl bych reagovat na tento článek a připojit svou zkušenost. Někdy v létě minulého roku jsem si na doporučení objednal účinnou vlasovou kosmetiku THERMAL. Tato kúra působila na mou osobu velmi příznivě. Před tím, než jsem ji začal používat, mi strašně padaly vlasy a začaly se mi tvořit čelní kouty. Teď nejen že mi přestaly padat, ale mám pocit, že mi vlasy i zhoustly. Přimlouval bych se, aby jste otiskli článek speciálně o preparátech THERMAL. Já jsem kompletní kúru THERMAL (2x TH krém a 1x TH šampón) pořídil asi za 990,- Kč. U firmy **SENS – 697 01 Kyjov, Komenského 606. tel.: 518 615 091** www.thermal-sens.cz

ČESKOSLOVANSKÁ AKADEMIE OBCHODNÍ

střední odborná škola

Praha 2, Resslova 5

Nabízí školní vzdělávací programy:

- Výuka vybraných ekonomických předmětů v anglickém jazyce
- Management v reklamě a umění

Zveme všechny zájemce na Dny otevřených dveří
4. 12. 2024 a 5. 2. 2025
od 15 do 18 hodin

Bližší informace na: www.cao.cz
nebo na tel.: 224 922 228

Ve dnech 21.–23. 11. 2024 navštívte náš stánek na Scholze Pragensis.

POTŘEBUJETE SI PŘIVYDĚLAT NA DÁRKY?
POJĎTE S NÁMI NA
BRIGÁDU
A MŮŽETE MÍT
ZÁLOHU
HNED DRUHÝ DEN
165-223,20
KČ/HOD
POKLADNÍ NA PRODEJNÁCH
ONLINE REZERVACE
SMĚN
Kontakty:
222 534 534
brigada@creditchech.cz
www.creditchech.cz



99 Můj nákupní seznam je sladký a lahodný66

Značka



LIMITED
EDITION

BIO



dmBio
vanilkové rohlíčky
100 g

59⁹⁰
Kč

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 07.10.2024 59,90 Kč



VEGAN



VEGAN

dmBio
punč
750 ml, více příchutí

49⁹⁰
Kč

6,65 Kč za 100 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 07.10.2024 49,90 Kč



dmBio
čokoládové lízátko
1 ks, 2 varianty

24⁹⁰
Kč

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 07.10.2024 24,90 Kč

dmBio
sušenky v čokoládě
90 g

59⁹⁰
Kč

6,66 Kč za 10 g

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 07.10.2024 59,90 Kč



Tato nabídka je kusově omezena.

Moje dm-app
dm.cz



ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

Velký háj ukrývá lesní divadlo, zdejší přírodu hyzdí bezdomovci

Majitelé lesa i Praha 4 se snaží místo kultivovat. Péče stojí miliony.

Velký háj poblíž Sídliště Novodvorská nepatří k nejznámějším pražským lesům. Zaujme ale svým příběhem. Větší část území lesa patří již po několika generacích potomkům podnikatele Tomáše Welze, který se významně zasloužil o rozvoj Krče na přelomu 19. a 20. století. Welz mimo jiné státu věnoval pozemky na výstavbu Masarykových domovů, tedy areálu dnešní Thomayerovy nemocnice.

Velký háj je oblíbenou vycházkovou destinací. Potkáte tu běžce i pejskaře. Zároveň jsou ale zdejší zákoutí i místem mejdanů a noclehárny pro bezdomovce. Les je tak často plný odpadků. Ty se snaží při nejrůznějších akcích uklízet například městská část. Háje ale potřebuje i další pravidelné zásahy. Třeba prořezávání dřevin. To však něco stojí. „Soukromí vlastníci zajišťují péči o les v mezích svých finančních možností. Na péči o plochy v oblasti Velkého háje, v údolí Kunratického potoka a Habrovce vynakládali v posledních letech kolem tří milionů korun ročně,“ říká místostarosta Prahy 4 Patrik Opa a dodává: „Z pohledu soukromých osob je to velká částka, z pohledu rozlohy těchto území pocho-pitelně nikoli.“

Patrik Opa nedávno spoluorganizoval procházku lesem, které se zúčastnili zá-

stupci majoritních vlastníků lesa i zástupci samosprávy. Pozváni byli také místní. Právě ti nejčastěji volají po větší péči o les. Z procházky a následné diskuse vyplynulo několik požadavků. Mezi nimi například instalování většího počtu košů a jejich pravidelné vyvážení. V lese také podle místních chybí posezení podél cest.

O kultivaci Velkého háje stojí i jeho vlastníci. Jejich postoj deníku Metro tlumočil Jakub Sklenka z Reflecta Development, který rodinu zastupuje. „Jedná se o ohromné území, náklady na roční péči jsou v řádu milionů korun, což nejsou spoluvlastníci schopni financovat najednou a průběžně,“ potvrzuje finanční náročnost správy lesa Sklenka. Podle něj mají ale všichni zainteresovaní společný cíl. „Líbilo by se nám, aby měl háj atmosféru čistého lesoparku, lesa, kde budou klidná místa, aktivní místa, kde bude prostor pro opékání buřtů i místo pro sbírání hub,“ doufá Sklenka. Ten také připomněl, že vlastníci zároveň uvažují o obnově zdejšího unikátního lesního divadla (viz box). Zmiňovaný projekt se zamlouvá i Praze 4. Místostarosta Patrik Opa zároveň ale připomíná, že celý nápad je teprve na začátku. „Vyžadovalo by to součinnost rodiny, hlavního města a městské části,“ upřesňuje Opa.

První krůčky k obnově lesního divadla ale byly přece jen již udělány. Majitelé Velkého háje nechali na jaře zarostlý areál pročistit a prořezat. Projektu byly založeny i facebookové stránky. **MAH**



Les hyzdí bezdomovci. Kvůli vandalům už byly z háje odstraněny dva dřevěné přístřešky.



4x METRO

DIVADELNÍ SEZONA TRVALA VŽDY OD 1. KVĚTNA DO POLOVINY ZÁŘÍ

Historie zaniklého divadla v Krči sahá více než sto let zpátky. Unikátní stavbu vybudoval v roce 1913 lékař Jan Šimsa, který vedl nedaleké sanatorium.

- Podle webu Krcakzije.cz se lesní divadlo brzy stalo důležitým centrem místního kulturního života. Kromě činohry se zde hrála i opera a svůj dramatický um na místním jevišti předváděly nejen amatérské spolky, ale i slavní herci a pěvci včetně velkých jmen Národního divadla. V dobách jeho největší slávy divadlo údajně navštěvovalo až 5500 diváků, přičemž pět set z nich sledovalo představení z lavic a ostatní stáli. **MET**



Dodnes jsou patrné obrysy hlediště i části scény.

INZERCE

MOBI A GAIA
PŘÍBĚH POKRAČUJE...



zoopraha.cz



Bojovníci za vaše **ZDRAVÍ**

Dvojitá síla při brnění a ztuhlosti končetin! Když jen béčka nestačí...

Brnění, ztuhlost, necitlivost končetin? Osvědčené vitaminy B vždy nestačí. Nepodceňujte příznaky, kterými o sobě dává vědět rezivějící nervová soustava. Rozhýbejte nervy dvojitou silou vitaminů B s resveratolem!

Nervovou soustavu ovlivňuje věk, fyzická zátěž, stres, toxiny, ale i užívání alkoholu či některých tablet. Nenechte nervy rezivět. Nový doplněk stravy **Neuromedic Regen** rozhybe nervy dvojitou silou. Vysoké dávky vitaminů B zajišťují správnou funkci nervů, komunikaci mezi nervovými buňkami a synergicky působí s resveratolem z vinné révy, která chrání nervy při jejich nedostatečné výživě, mechanické zátěži, vystavení toxinům, stresu i opotřebení vlivem věku. Žádejte v lékárnách!



CHRAŇTE SVŮJ ZRAK silou borůvek

Podrážděné, unavené a citlivé oči umí potrápit každého z nás. Nenechte si proto pokazit váš běžný den a pořiďte si kvalitní oční kapky s extraktem z borůvek, které budou váš zrak doslova hýčkat.

Proti svědění, slzení, řezání nebo pálení očí jsou v lékárnách k dostání **OCUTEIN SENSITIVE PLUS oční kapky**, které mírní podráždění způsobené vnějšími vlivy a zklidňují suché a unavené oči. V jejich složení naleznete hyaluronát sodný zajišťující lubrikační a hydratační účinek a extrakt z borůvek, který pomáhá ulevit od pocitu unavených očí a přispívá k udržení dobrého zraku. Díky šetrnému složení je tento zdravotnický prostředek určen i pro velmi citlivé oči. Oční kapky je možné aplikovat přímo na kontaktní čočky.



**Rychlá úleva pro suché,
podrážděné a velmi citlivé oči.**

Čtěte pečlivě návod k použití a informace, které se vztahují k bezpečnému používání zdravotnického prostředku.

Konopí a kofein zastaví vypadávání vašich vlasů

Trápí vás chomáče vlasů na kartáči po každém česání? Pak nasadte proti zvýšenému vypadávání vlasů účinnou kombinaci konopí a kofeinu.



Rychlá úleva při infekcích, zánětech a bolesti v krku

Maminky dbejte na své zdraví! Nepříjemné škrábání a náročné polykání značí, že váš krk potřebuje okamžitou pomoc!

Rychlou úlevu vám poskytne zdravotnický prostředek z lékárny **StopKašel ANGIN-EX sprej na bolest v krku**. Jedinečná kombinace přírodních účinných látek boswellie, silymarinu a bazalky pomáhá při bolesti v krku, infekcích a zánětech horních cest dýchacích. Spojení panthenolu a hyaluronanu navíc vytváří speciální biofilm, který sliznici krku hydratuje, regeneruje a chrání. Svým přírodním složením je uzpůsoben potřebám těhotných a kojících žen.



Čtěte pečlivě návod k použití a informace, které se vztahují k bezpečnému používání zdravotnického prostředku.



Jedinečný **Capillus šampon s kofeinem** z řady Cannaderm obsahuje nejen vysoký podíl kofeinu stimulující vlasové kořínky a konopný olej vyživující vlasovou pokožku, ale také kopřivu pro lesk vlasů. Při dlouhodobém používání dochází k omezení nadměrného vypadávání vlasů, zlepšuje se jejich vzhled i celková kondice. Capillus šampony z řady Cannaderm jsou k dostání v lékárnách a zdravotních výživách.



**Snadná a efektivní aplikace přímo
k ložisku infekce.**

Starožitnosti

VYKOUPIME KNIHY

zaplatíme á
2000,- Kč
za každou
banánovou
krabici knih,
které od Vás
koupíme.

Bibliofile
a cenné
knihy
oceníme
každou
zvlášť.

Telefon:
773 735 939

• KOUPIM OBRAZY - krajinky, portréty atd. v jakémkoliv stavu a jiné starožitnosti. Kontakt: e-mail: manvel4@seznam.cz, tel. 721235964

• STAROŽITNÍK koupí: obrazy, knihy, grafiku, sklo, porcelán, mince a bankovky, šperky a klenoty, hodinky, sošky. Vykupují i o vikendech. Tel. 702401621

• Sběratel koupí staré perské koberce, obrazy a starožitný nábytek, porcelán, sklo a staré pohledy. Tel.: 602218721

• Sběratel koupí staré fotoaparáty aca do roku 1970. email: alesla@centrum.cz, tel. 602343563

Práce - nabídka

• ZŠ Vybiralova 964, Praha 9 přijme učitele ČJ, ZE, NJ, FY, MA, administrativní prac., kuchařku do školní jídelny. Své životopisy, prošim, zašlejte na e m a i l reditel@zsvybiralova.cz.

• Společnost Lidl hledá nové kolegy/ně na pozici prodává/ka! Možnost úvazku 20-40 hod. týdně nebo DPP/DPČ. Oblast Praha - centrum, Praha - západ. Přihlaste se na www.kariera.lidl.cz. Těšíme se na vás! Team Lidl

ADESTRA security, spol. s r. o.

Přijme nové kolegy na pozici:

STRÁŽNÝ/SECURITY

Nabízíme:

- Mzda 130 - 170 Kč/hod.
- Možnost ubytování
- Náborový příspěvek
- Možnost záloh

Požadujeme:

- Certifikát strážný výhodou
- Spolehlivost

Kontakt:
tel.: 775 718 509
e-mail: personalni@adestra.cz
www.adestra.cz

• POKLADNÍ BRIGÁDNĚ za 165-213,60 Kč/hod - Praha a okolí, online rezervace směn, denní zálohy, zaškolení. Tel.: 222534534, www.creditczec.cz

• Noční/denní VYBALOVÁNÍ a DOPLŇOVÁNÍ zboží v týdnu i o vikendu, 165-214,50 Kč/hod dle směny a lokality. Online rezervace, Praha a okolí. T: 222534534

• PŘÍVÝDĚLEK za 176,60-210 Kč/HOD - pultový prodej lahůdek s praxí i bez praxe. Praha a okolí, směny dle možnosti. Tel.: 222534534, www.creditczec.cz

• DOPEK PEČIVA brigáda v týdnu nebo o vikendu - zaškolení. Nabízíme 176,60 - 194,26 Kč/hod, zálohy druhý den. Dlouhodobě i krátkodobě. Tel.: 222534534

SPŠS, škola hl. m. Prahy, Betlémská 4/287, Praha 1, hledá

KUČAŘE/KU

NA PLNÝ PRACOVNÍ

ÚVAZEK, NÁSTUP

IHNED.

CV zasílejte:

jana.kohoutova@betlemska.cz

• Nabízíme práci - uklid kanceláři v Praze pro INVALIDNÍ DŮCHODCE. Mzda až 15 000 Kč čistého/měsíčně. V případě zájmu volejte na číslo 774510686.

• Jste INVALIDNÍ DŮCHODCE a máte zájem o výdělek 200 Kč/hod? Nabízíme práci na kompletaci zboží a výrobků v Praze 4. Volejte 774510686.

• Ostraha v Praze do našeho týmu hledáme spolehlivé a zodpovědné pracovníky na pozici ostraha nákupního centra. Mzda 28000 - 35000 Kč. Kontakt 792777745

• Čistírna koberců přijme zaměstnance (i důchodce) na příjem zakázek + jednoduchou administrativní činnost na zkrácený úvazek. Praha 3. Tel. 603518242

• Základní škola U Borovíček 3, Praha 6 přijme kuchařku na plný úvazek do školní jídelny. Objem vařených obědů je cca 110 denně. Informace na tel.: 235325908 nebo 727806128

• ZŠ Praha 10, Veronské náměstí 20/391 přijme od 1. 12. 2024 asistentku/ta pedagoga. Životopisy zasílejte na zsvn@zsvn.cz nebo volejte na 274864235.

HLEDÁME popeláře, metaře/ky, řidiče sk.B a sk.C, manipulační dělníky s obsluhou PC

VAŠE BENEFITY:

5 TÝDNŮ DOVOLENÉ,

FINANČNÍ BONUSY, MHD ZDARMA, STRAVENKY, MULTISPORT KARTA, PROPLACENÉ PŘESČASY, FLEXI PASSY, PŘÍSPĚVKY NA PENZIJNÍ PŘIPOJIŠTĚNÍ ATD...

KONTAKTUJTE NÁS NA:

PRAŽSKÉ SLUŽBY, a.s.
POD ŠANCEMI 444/1, PRAHA 9, 190 00

705 809 183 PSAS.JOBS.CZ
704 657 974
705 809 151



PRÁCE V OBLASTI BEZPEČNOSTI A OSTRAHY



Získejte pozici jako **STRÁŽNÝ, RECEPČNÍ** nebo jako **OSTRAHA** ve značkových prodejnách. Hledáme **VEDOUcí OSTRAHY** pro střežení objektu.

Dáme Vám **služební oblečení**.

Do práce to můžete mít **blízko** nebo Vás rovnou **ubytujeme**.

A taky Vám dáme **zálohu na mzdu**.



VOLEJTE ZDARMA

800 108 111

nabor@abasco.cz



Nemovitosti - poptávka

KOUPIM CHATU

Hledám ke koupi chatu, chalupu do 50 km od Prahy. Stav nerozhoduje. Předem děkuji za nabídku. Tel.: 725 911 070

KOUPIM DŮM NEBO POZEMEK

v Praze a okolí. Právní vady nevadí. Financování mám zajištěno. RK-nevolat. Tel.: 725 719 745

POPTÁVKA CHATA HORY

koupím chatu/chalupu nebo stavební pozemek na horách, či v dojezdové vzdálenosti do hor. Krkonoše, Krušné, Orlické, Jizerský, Šumava. Může být i Vysočina. Na stavu nezáleží, spíše na místě. Tel.: 773 117 381

Koupím spolumajetnický podíl na jakémkoliv nemovitosti. Rychle vyplatím nejvyšší možnou cenu, veškerou administrativu zařídím. Celá ČR. Tel.: 605 15 11 11

• **IHNED VYKOUPIME** Váš byt, rodinný dům, činž. dům, pozemek. Hotovost do 3 dnů. Vyřešíme cokoli - privatizaci, právní vadu, dluhy, exekuce. 800662222.

• Koupím několik starších bytů na investici. Jsem přímý kupec a platím hotově. Byt si sám vyklidím a zrekonstruji. Děkuji za nabídky, Grygar 739641969

• **SPECIALISTA** na výměny bytů, prodej/pronájem a výkup nemovitostí. Právní servis na naše náklady. ZOOM REALITY, 777060126.

• **OSTRAHA AREÁLU** za 117 Kč/hod čistého. Denní/noční 12h směny. Práce u metra Zličín. Pracovníci na DPP (brigádu). Možnost záloh. Tel. 703891086

• Uklídková firma přijme pracovníce/pracovnice na odpovědný uklid kanceláři v Praze 1, nedaleko Náměstí Republiky. Pracovní doba po-pá cca 2 hod denně po 16hod. Základní mzda 6.000 Kč, placená dovolená, vhodná pro šikovné důchodce. Volat prosím tel. 773081915 mezi 8-14hod.

• Přijmu brigádníci min. SŠ do reprezentativní prodejny s uměleckými předměty na Praze 7. Práce vhodná pro studenty. Odměna 180 Kč/hod. Tel. 702401621

• ZŠ a MŠ Pera Strozziho, Praha 8, přijme asistenta pedagogu na 0,75 úvazku. Nabídky zasílejte e-mailem na zastupkyne@zs-strozziho.cz

• Přijmu pracovníce na uklid výstavních prostor na Smíchov. Blízko u OC Nový Smíchov. Prac. doba 18.00-19.30 hod. Týden práce, týden volno (pon. - neděle). Mzda 230 Kč/ jeden úklid (čist.). Vhodné jako přívýdělek (cca 3500Kč/měs.). Na dohodu o PP nebo živ. list +15%. 603421247, rapant@sluzbyrapant.cz

• **VÁNOČNÍ PŘÍVÝDĚLEK**-výpomoc na prodejních. Nabízíme až 223,20 Kč/hod, různé pozice, dlouhodobou i krátkodobou spolupráci, denní zálohy. T.: 222534534

Hobby - nabídka

SBĚRATELSKÝ KABINET

MICHELSKÁ 18, Praha 4

RÁDI VYKOUPIME:

VEŠKERÉ HODINKY VČETNĚ PRIM, TĚŽ NEFUNKČNÍ, I DÍLY A HODINÁŘSKÉ POZŮSTALOSTI, MINCE, ODZNAKY, POHLEDNICE, MILITARIE, ZNÁMKY, KNIHY A ČASOPISY, VYZNAMENÁNÍ, BANKOVKY, HRAČKY GRAMODESKY, NÁBYTEK DO R. 1970, RÁDIA, LAMPY A LUSTRY, UHLÁKY, SKLO A PORCELÁN, VÁNOČNÍ OZDOBY A BETLÉMY I PAPIROVÉ, MAPY, ANGLIČÁKY, OBRAZY A GRAFIKY, STARÉ NÁDOBÍ A NÁRADÍ, VZDUCHOVKY A ČTYŘLÍSTKY, ATP.

DROBNÉ STŘÍBRO (PŘÍVĚŠKY, NÁUŠNICE, PRSTÝNKY, BROŽE ATP.). TAKÉ STOLNÍ STŘÍBRO.

VÝKUP KNIH!!!

AŽ 2 000 Kč ZA KAŽDÝCH 10 KNIH, KTERÉ OD VÁS VYKOUPIME.

Cenné knihy ohodnotíme zvlášť. Vykupujeme také pohlednice a mapy.



Přijedeme kamkoliv v Čechách i na Moravě.
Likvidujeme též celé pozůstalosti.

NÁVŠTĚVY PO TELEFONICKÉ DOHODĚ 602 229 348
sberatelskykabinet@post.cz

Jak se dělá novinařina? Studenti radí studentům

Na půdě Vyšší odborné školy publicistiky vznikla unikátní příručka. Mluví jazykem mladé generace.

Vyznat se v mediálních vodách není často snadné ani pro dospělé, natož pro mladší generaci. Občas není jasné, kde končí zpravodajství a kde redaktor pro změnu využil například glosu. Také proto vznikla na Vyšší odborné škole publicistiky (VOŠP) Příručka novinářských žánrů s Arnoštem Lustigem. Jejím úkolem je seznámit žáky a studenty základních a středních škol s žurnalistikou ne-tradiční formou.

Novinka je vytvořena zábavnou formou, která má oslovit potenciální mladé novináře a zájemce o psaní. Příručku připravovala skupina studentů VOŠP pod vedením novináře a odborného lektora Pavla Urbana. Součástí díla



V tomto školním roce vzniká k příručce také interaktivní web. VOŠP

je osm žánrů. Vše zahajuje dialog fiktivních sourozenců Šimona a Lenky o daném žánru. Následuje text s historickými souvislostmi a citátem, opakování formou on-line diskuse, ukázka a test. Na závěr lekce je úkol, aby si studenti mohli žánr sami napsat.

„Příručka je hravá, aby mladým zájemcům o žurnalistiku bylo příjemné se z ní něco dozvědět. Nebojíme se tedy ani v určitých částech kapitol, kde se baví studenti, nechat nespisovné výrazy, protože tak oni skutečně mluví. Z workshopů, které jsme s na-

šími studenty absolvovali v různých koutech naší republiky, máme vyzkoušeno, že námi zvolená forma je současné mladé generaci blízká,“ uvádí autor příručky Pavel Urban.

Nevšední dílo, které bude školám k dispozici primárně v elektronické podobě, by se brzy mělo stát pomocníkem při mediální výchově napříč Českem. Podle autora příručky je jejím cílem seznámit žáky a studenty s novinářskými žánry, aby poté v médiích na základě jasných rysů a detailů i mladá generace pozna-

la, o jaký žánr se jedná a proč ho daný autor zvolil.

„Celý projekt vzniká ve spolupráci s Nadačním fondem Arnošta Lustiga. Světoznámý spisovatel byl také novinářem a později pedagogem. Vše se tedy propojuje jak přes jeho činnosti, ale i odkaz, díla a myšlenky. V některých textech se tak studenti a žáci setkají s hrůzami druhé světové války,“ říká Urban a dodává: „Mladé generaci bychom měli tyto situace připomínat, nejen proto, že příští rok uplyne od konce nejhorší války v dějinách 80 let.“

O tom, že i Arnošt Lustig začal psát jako mladý a původně se učil právě novinářskému řemeslu, se zmiňuje v úvodu příručky jeho dcera a zakladatelka Nadačního fondu Arnošta Lustiga. „Psal pro mladé a do svých příběhů obsazoval především mladé protagonisty, často i děti. Říkal, že člověk může psát jen o tom, co má v krvi, mozku a srdci. Tak pište i vy. A kultivujte lidství,“ vzkazuje čtenářům příručky Eva Lustigová. **MET**

V Lapidáriu zazní smyčce

Spolek studentů Akademie múzických umění v Praze Hudba mezi obrazy, jehož zakládajícími členy jsou klavírista Pavol Praženica a houslistka Terézia Hledíková, pořádá koncerty klasické hudby, kde dává prostor představit se mladým umělcům. Na podzimní část sezony připravil čtyři koncerty, které se konají v prostorách Galerie Lapidárium v centru Prahy.

Ve čtvrtek 21. listopadu od půl osmé večer se představí Siebeneichener Quartett, složený z mladých umělců studujících v Praze i v zahraničí. Kvartet byl založen teprve

loni na půdě Pražské konzervatoře pod uměleckým vedením profesora Radima Sedmidubského a působí ve složení David Hernych a Marek Pavlica (housle), Jan Čermák (viola), David Pěruška (violoncello). Kvartet je složený převážně ze stipendistů Akademie komorní hudby, kteří mají za sebou úspěchy jako jednotlivci, ale také jako soubor. Jenom před měsícem pracovali pod vedením houslistky Arety Zhully, primistky slavného Juilliard String Quarteta a připravovali díla, ze kterých si některá budete moci poslechnout.

Při příležitosti Roku české hudby zazní Čtvrtý smyčcový kvartet Ad honorem J. S. B. od Viktora Kalabise, Sedmý smyčcový kvartet Concerto da camera od Bohuslava Martinů a na závěr První smyčcový kvartet Z mého života od Bedřicha Smetany.

Další koncerty projektu Hudba mezi obrazy se budou konat 9. a 20. prosince, kdy se představí spolu s členy spolku dva z nejvýraznějších českých hudebníků mladé generace – houslista Daniel Matejčka a klarinetistka Anna Paulová. Vstupné na koncerty je dobrovolné. **MET**

INZERCE

S VYSTŘIŽENÝM INZERÁTEM ZÍSKÁTE U POKLADNY 50 Kč SLEVOU NA ZÁKLADNÍ VSTUPNÉ! Deník METRO, 18. 11. 2024

FOR GASTRO & HOTEL

14. MEZINÁRODNÍ VELETRH HOTELOVÉHO A RESTAURAČNÍHO ZAŘÍZENÍ, POTRAVINÁŘSTVÍ A GASTRONOMIE



Souběžně probíhající akce:

1. ROČNÍK MEZINÁRODNÍHO CUKRÁRSKEHO FESTIVALU

**SLEVA
50 Kč
NA ZÁKLADNÍ
VSTUPNÉ**

www.for-gastro.cz

21.-23. 11. 2024

**PVA
EXPO PRAHA**

PARTNER PVA EXPO PRAHA
shopex.cz

PARTNER PRO ENERGETIKU
pkv Enmon

OFICIÁLNÍ VOZY
SKODA

Byty - poptávka

• Koupím ihned byt v Praze před rekonstrukcí. Okamžitá platba. Případné právní vady vyřešíme. Nabídněte. Děkuji. Tel.: 777909090.

• Lékařka koupí byt v Praze v jakémkoliv stavu. Možnost vyplacení zálohy. Okamžitá platba v hotovosti. Tel/Sms: 777269462. RK nevolat.

• Koupím Váš BYT, dům. Umožním dožítí seniorům, uhradím dluhy, exekuce. Právní servis a slušné jednání. Děkuji J. Jurdová 725805115

KOUPÍM BYT V PRAZE

jako investici pro děti, právní vady, dluhy nejsou překážkou. V bytě můžete dále bydlet. Platba ihned. Realitní kanceláře prosím nevolat. Tel.: 601 522 292

KOUPÍM PODÍL NA NEMOVITOSTI

koupím vaši část na jakékoliv nemovitosti (byt, dům, pozemek) za nejvyšší možnou cenu. Peníze ihned, vše ohledně prodeje zajistí advokát na mé náklady. Tel.: 704 698 239

Služby - nabídka

• Vykližení bytů, domů, sklepů, půd...Spolehlivě, levně. Vstřícné, solidní jednání. Odkup sběratelských předmětů možný. Fa Kotek, tel. 731114068

Knihy a časopisy

**VÝKUP
KNIH
a
KNIHOVEN**

koupíme jednotlivé knihy i celé sbírky, pozůstalosti apod.

Přijedeme
(pro více než 300 ks)

zaPlatíme

odvezeme

Celá ČR

tel. 604 11 44 66
e-mail: arco@antikvariaty.cz

Nemovitosti - nabídka

• Prodám nemovitost 1079 m2 k rekonstrukci nebo demolici, Nýřany - Plzeň sever. Jen přímý kupec. Tel. 737159304

Judita vás z obrazu i uvítá

Bistro na pražské Malé Straně nabízí italskou atmosféru i nádech historie.

Hledáte magické místo v těsném sousedství proslulého Karlova mostu? Na konci ulice U Lužického semináře si můžete vychutnat unikátní atmosféru, prvotřídní kávu i skvělé jídlo v bistro Judita.

Najdete zde mimo jiné kouzlo renesančního měšťanského domu i zbytky mostního oblouku, mostovky a dlažby Juditina mostu. Prostory jsou ideální k soukromým akcím či firemním večírkům. V bistro vám rádi sestaví balíček na míru s výběrem ze skvělých vín a catering v italském stylu.

Inspirace z Harryho Pottera

Ale proč vlastně jméno Judita? „Bistro je takto pojmenováno z důvodu největších originálních fragmentů právě Juditina mostu. Nachází se tu u vstupu mostovka s vyjetý-



Bistro nabízí snídaně po celý den.

BISTRO JUDITA

mi koleji od vozů a zábradlí. Vše krásně přístupné pod skleněnou lávkou. A o patro níž je oblouk mostu severní části,“ vysvětluje jednatelka bistra Valentýna Kouřilová.

Nad osvětlenými pozůstatky stavby je navíc k vidění první z takzvaných oživlých obrazů bistra, na kterém je herečka Sára Milfaitová stylizována do role Judity Durnské, podle které byl původní most pojmenován. Milfaitová nebyla podle slov Kouřilové vybrána náhodou. „Hledali jsme světlý typ, co se podobá Juditě podobá. Co se týče

obrazů, inspirovali jsme se magickým obrazem ve filmu Harry Potter. Na obrazovce Judita stojí a vypadá jako opravdový obraz, najednou se pohne a zákazníci třeba uvítá gestem nebo se napije kávy,“ konstatuje jednatelka bistra.

Obrazů je v bistro celkem šest a na každém Judita dělá něco jiného. Zároveň celým konceptem bistra je historie a moderní design, proto na obrazech jsou i malé moderní detaily jako hodinky, sluchátka a podobně pro autentičtější výstup.

Výběr italských vín

A co kromě originálního prostředí Bistro Judita nabízí? „Bistro Judita originálním způsobem spojuje historii a moderní kuchyni. Ve staropražském domě si vychutnáte snídaně po celý den, teplé polévky na zahřátí a antipasti k prvotřídnímu vínu,“ popisuje jednatelka bistra Valentýna Kouřilová a pokračuje se slovy, že bistro zároveň nabízí výběr italských vín od pana Markuzziho.

Sázka na Itálii je patrná i u výběru zákusků, v nabídce je populární panna cotta či takzvané antipasti neboli malé porce jídla hodící se nejvíce právě k vínu.

Koneckonců samotné kořeny stavby Juditina mostu také sahají do Itálie. Právě tam se nechal tehdejší panovník Vladislav II. inspirovat. Do té doby byly v českých zemích k vidění pouze dřevěné mosty.

Samotný Juditin most pak pravděpodobně vystavěli italští stavitelé a nabídka Bistra Judita tak dává perfektní smysl i v tomto ohledu.

TES

INZERCE

MÓDA

PROSTĚJOV

ZDARMA
KABÁT

DLE VLASTNÍHO VÝBĚRU
KE KAŽDÉMU ZAKOUPENÉMU OBLEKU

PLATÍ DO ODVOLÁNÍ

www.modaprostejov.cz

KDE?

PRAHA, Vinohradská 123

5 minut chůze od zastávky metra „FLÓRA“ směrem k centru, zastávka tramvaje „Radhošťská“, vedle Všeobecné zdravotní pojišťovny, naproti restaurace Apetit. Parkování doporučujeme v PALÁCI FLÓRA.

KLADNO, Tyršova 1396 - 50m od Sokolovny

Zůstáváte v noci vzhůru, běháte na záchod a neustále máte mokré nehody?

Máme na to způsob!

„Nejste odsouzená k nekontrolovatelným únikům...“ – říká hlavní specialista v laboratoři Univerzity v Dublinu. „Oslabený močový měchýř je jako ochablý, pomalý balónek, po vypuštění vzduchu. Kvůli ztrátě dilatačních vlastností stěn není schopen pojmout tolik kapaliny jako dříve. Posilující fytoformule obnovuje stěny močového měchýře a obnovuje správné napětí tkání. To umožňuje jeho správné, flexibilní rozšiřování. Díky tomu fytoformule eliminuje časté, naléhavé nutkání...“ – dodává profesor.

To se v ordinaci ještě nedozvíte!

Uroposilující fytoformule nejnovější generace byla vytvořena jako výsledek

průkopnické kombinace přírodních aktivních složek z Dálného Východu. Fytoextrakty získané např. z *Commiphora wightii*, *Garcinia cambogia* a opuncie má uvolňující účinek na močový měchýř. Zvyšují napětí stěn močového systému a posilují svaly odpovědné za těsnost močového měchýře. Díky tomu přestanete pociťovat nečekané nutkání a znovu získáte kontrolu nad močením.

Testy uroposilující fytoformule, které provedl *Urologický institut* na skupině 150 dobrovolníků, ukázaly, že až 96,8 % z nich pozorovalo úplné snížení tlaku v močovém měchýři. Všichni účastníci studie omezili noční výlety na toaletu, vstávali odpočítat a s dobrou náladou.

Speciální nabídka pro čtenářky tohoto čísla

Cíťte se **opět bezpečně** v práci, při jednáních, nákupu, na sších a dalších místech bez obav z nepříjemné nehody. Pouze do **21.11.2024** si **20** čtenářek tohoto čísla může vyzvednout balíček fytoformule úplně **ZDARMA!**

Zavolejte teď: 296 849 716

Pokud je linka obsazená, volejte dál: od pondělí do pátku 8:00–20:00, sobota–neděle 09:00–18:00. Běžné místní volání bez příplatku.

Jak reklamovat zboží objednané on-line v období vánoční horečky?

Black Friday i vánoční slevy v internetových obchodech už jsou skoro za dveřmi.

Nákupy na e-shopech bývají pro zákazníky často výhodné, a to nejen kvůli ceně. Sice si nemůžete nabízené zboží prohlédnout a vyzkoušet, ale on-line obchody často nabízejí i další výhody.

V současnosti jsou téměř samozřejmostí, ale přichází s nimi i otázka, co dělat, když objednané zboží nesplní očekávání nebo vykazuje vady. „Mnozí z nás zažili frustraci spojenou s reklamacemi, přitom znalost svých práv i správný postup mohou celý proces značně usnadnit,“ popisuje Ondřej Tyleček, generální ředitel kreativní agentury Fairy Tailors.

Pozor na podvody

Základním pravidlem, které by měl každý zákazník znát, je dvouletá zákonná záruka, která se vztahuje na většinu zakoupeného zboží. „Pokud zjistíte vadu na produktu, máte právo ji reklamovat, a to i u zboží zakoupeného on-line. Navíc máte při nákupu přes internet možnost odstoupit od smlouvy do 14 dnů bez udání důvodu – což se sice netýká reklamace jako takové, ale může to být vhodné řešení, pokud zboží jednoduše neodpovídá vašim potřebám,“ komentuje Tyleček.

Podle něj je jednou z nejčastějších chyb zákazníků fakt, že se neobeznámí s reklamními podmínkami konkrétního obchodu. „Přestože právo je na vaší straně, některé obchody mají specifické procesy, které je třeba dodržet – například zaslání zboží na kon-

krétní adresu nebo vyplnění reklamačního formuláře. Důležité je také ověřit, jak obchod vrací peníze: zákon předepisuje refundaci v původní formě platby, avšak některé obchody mohou nabízet poukázky na další nákup. S tím nemusíte souhlasit,“ vysvětluje Tyleček.

Ochrana údajů

Při reklamaci je navíc zásadní chránit své osobní údaje.

„Ujistěte se, že poskytujete pouze nezbytné informace – například adresu pro zpětné zaslání, kontaktní údaje a doklad o nákupu. Dejte si pozor na podvodné pokusy o získání dalších údajů, zejména během on-line komunikace. Pokud obchod vyžaduje sken občanského průkazu, máte právo to odmítnout, protože takový požadavek bývá zpravidla neoprávněný,“ říká Tyleček z Fairy Tailors.

Reklamační lhůta

Také blížící se Vánoce představují specifickou výzvu. Obchody často prodlužují lhůtu pro vrácení zboží, aby vyhověly nákupům dárků, ale ne vždy se jedná o povinnost. „Proto je dobré se informovat o podmínkách konkrétního e-shopu. Pamatujte také, že reklamační lhůta 30 dní pro vyřízení reklamace platí i během svátků, a obchod nemá právo ji jednostranně pro-

dloužit,“ konstatuje Tyleček. Nejlepším nástrojem pro úspěšnou reklamaci je proto informovanost. „Zkontrolujte podmínky ještě před nákupem, uložte si doklad o koupi a pamatujte na svá práva. V případě potíží se můžete obrátit na Českou obchodní inspekci, která provozuje poradenskou linku pro spotřebitele a pomůže vám najít řešení. Ať už nakupujete pro sebe, nebo vybíráte dárky, znalost pravidel vás může ochránit před zbytečným stresem a komplikacemi,“ dodává Tyleček.

Vrácení peněz?

Podle Jany Večerkové, ředitelky kurzů programování Coding Bootcamp, je však důležité si ověřit, zda se opravdu jedná o prodloužení standardní čtrnáctidenní lhůty za stejných podmínek, nebo zda se tyto podmínky liší. „Zákazníci by měli vědět, že podle zákona mají právo odstoupit od smlouvy do 14 dnů bez udání důvodu a požadovat vrácení peněz, nikoli poukázky, pokud s tím sami nesouhlasí. Při řešení reklamací po uplynutí této lhůty je klíčové vyvarovat se nejčastější chyby – nedůkladného prostudování reklamačních podmínek. Některé obchody mohou například požadovat originální obal či preferovat specifický způsob komunikace,“ uvádí Večerková. Pokud navíc obchod uvádí podezřele dlouhou dobu na vyřízení reklamaci nebo tuto dobu vůbec nespecifikuje, stojí za zvážení, zda nákup u takového prodejce provést. „Při reklamaci také vždy chraňte své osobní údaje – neposílejte informace, které obchod nepotřebuje, a ověřte si, že komunikujete skutečně s oficiálním kontaktem e-shopu,“ dodává Večerková. **TEREZA ŠIMURDOVÁ**



Štědrá nadílka bez nadělení na účtu.



Načtěte QR kód skrytý v košíku a dozvíte se víc

Samozřejmě.

Vánoce jsou za dveřmi. Máme pro vás tipy, jak si nákupy užít bezpečně a s radostí.

Více na rb.cz

#BezpecneNakupy



Ředitel kreativní agentury Fairy Tailors Ondřej Tyleček 2x METRO



Zakladatelka kurzů Coding Bootcamp Jana Večerková

Oslepla láska naposled?

Streamovací platforma Netflix vsází na osvědčenou kartu příliš často.

Kdo by neznal vztahovou reality show *Láska je slepá* (Love Is Blind). Rodinné stříbro streamovací platformy Netflix, v němž se pod záminkou sociálního experimentu nezadaní muži a ženy snaží najít lásku (nebo pět minut slávy) a zasnoubí se dřív, než se osobně setkají. Od jejího uvedení v roce 2020 jsem o této hojně sledované taškařici napsal opravdu pořádnou kopu článků. Poctivě jsem nakoukával nejen všechny regulérní americké sezony, je jich celkem sedm, ale i nespočet evropských a asijských spin-offů.

Po zhlédnutí nejčerstvěji odvysílané, sedmé řady musím nicméně konstatovat, že se Netflix se svým formátem již vyčerpal. A že by možná s chrlením dalších pokračování do světa měl na chvíli přibrzdit. *Love is Blind* je nicméně pořád neskutečně úspěšný formát i fenomén.

Rychle a slabě

Tenhle pocit mívám v případě show *Láska je slepá* skoro vždycky, ale uznejte sami. Netflix nabízí divákům regulérní sedmé pokračování svého rádoby sociálního experimentu opravdu rekordně rychle. Považte, že *Strážce streamu*, respektive komentář k tehdy čerstvě odvysílaným epizodám britské verze s názvem *Love is Blind UK*, jsem sepsal pro čtenáře deníku *Metro* teprve na konci srpna. Klasickou šestou řadu vy-



Letos mají mužští diváci, kteří se nějakým nedopatřením budou na novou řadu show *Láska je slepá* dívat, na co koukat.

sílali v první čtvrtině letošního roku. Teď je tu regulérní sedmá. A diváci se stejně koukali a koukají po milionech.

Aktuální sedmá řada se nicméně dle mého názoru zapíše do historie jako ta, v jejímž případě mělo obvykle precizní castingové oddělení Netflixu velice nešťastnou ruku. Jak si jinak vysvětlit tu bandu rádoby chudých lůzrů či naopak bohatců, trofejních manželék, nediagnostikovaných narkoleptiků (snad to slovo existuje), lidí žijících ve sklepě svých rodičů, ale i těch, kteří šli do párování evidentně hlavně proto, aby jim někdo zaplatil dovolenou, nová prsa či zážitky. Nikoliv kvůli lásce, jak by měl naivněji nastavený divák alespoň na chvíli uvěřit. Tentokrát se nebojím spoilerovat. Na konci aktuální sezony se odehrávají pouze dvě svatby. Což lze po těch všech failech a zrušených zasnubách považovat za relativní úspěch. Obzvláště proto, že obě dobře dopadnou.

Sladký reunion

Netflix mohl nakonec přece jen otevřít šampaňské i pro

to, že oč více byla na prd celá sedmá řada, o to lepší a peprnější byla takzvaná reunion epizoda. Kdo by nevěděl, o co jde, v reunion epizodách se divák vždy na konci každé série dozví, jak to s hrdiny, respektive v show utvořenými či neutvořenými páry, dopadlo. Obvykle se tu dost řeší odcizení někdejších účastníků, rozchody a nešťastné konce. Mnohdy se ale divák dozví i nějaké ty pikantnosti, které mu kamery během reality show nezvládly ukázat. U těchto sedánek je navíc potřeba moderátorská dvojice – Nick a Vanessa Lacheyovi. Evidentně mi tato show už nadobro vymyla mozek. Začínám mít totiž dojem, že mi tahle dvojka, kterou, jak píší snad úplně každé, byste nenechali moderovat ani vlastní pohřeb, už nevádí tolik jako kdysi.

Pravidla hry

Než si povíme o sedmé řadě zbytek, pojďme pro neznalé jedince ve stručnosti shrnout princip a průběh celé show. To, že vše skončí reunionem, už víme. Na začátku nicméně sledujeme osudy několika de-



O show *Láska je slepá* jsme již v rubrice *Strážce streamu* psali mnohokrát. Jde o fenomén.

2x NETFLIX



ne. A právě tyto závěrečné momenty patří dle mého k tomu nejzábavnějšímu, co lze v pořadu vidět. V případě sedmé řady to nicméně z výše zmíněných důvodů neplatí.

Trochu pro blbce

Pro většinu diváků show *Láska je slepá* představuje takzvaný guilty pleasure. V aktuální řadě ale vše tak trochu zabili hlavně na vztahy nezralí účastníci, nikoliv otravné účastnice, které samozřejmě také neabsentovaly. Ano, mluvím o tobě, Hannah. Zmiňování muži buď vůbec neuměli komunikovat, nebo zamlčeli nějaké ty děti, poslali občas někomu nějakou chlipnou zprávu, nebo se poprali/nepoprali se svou budoucí partnerkou. Sedmička v případě této show zkrátka není pro diváky šťastným číslem. Jak ale Netflix již oznámil, osmá řada dorazí co nevidět. A co si o tom myslím já, streamovacího giganta logicky nemusí trápit.

FILIP JAROŠEVSKÝ

INZERCE

**DARUJTE
PŘEDPLATNÉ,
RADOST NA
CELÝ ROK**

mfdnes.cz/darek

OBJEDNÁVEJTE NA 225 555 522 NEBO
NA NAŠICH STRÁNKÁCH **MFDNES.CZ/DAREK**.
NABÍDKA PLATÍ DO 31. 12. 2024.

DNES



1,5 milionu mužů to rozhodně doporučuje: **Nechirurgické řešení prostaty!**

Benigní hyperplazie prostaty a časté močení zmizí během 19 dnů! **ZNOVU ZÍSKÁTE EREKCI JAKO Z OCELI**

Institut zdraví mužů rozdává 1000 balení **ZDARMA**

Brání deformaci prostaty, uvolňuje močovody a obnovuje 100% kontrolu nad přirozením. Přírodní přípravek vyvinutý speciálně pro muže vymaže z vašeho života noční návštěvy toalety, bolesti v oblasti podbřišku, pocit, že se vám nedaří zcela vyprázdnit močový měchýř, a „měkké situace“ v posteli. Pouze nyní poskytl kanadský Institut zdraví mužů 1000 BALENÍ ZDARMA. Zavolejte si o jedno z nich. Pozor! Rozhoduje pořadí žádostí!

Obtíže s močením, bolest a pálení při něm nebo dokonce celková únava a časté bolesti hlavy - vaše prostata vám dává signály, že ji musíte okamžitě zachránit! Diuretické byliny nebo brusinkový džus zde nepomohou. Pokud chcete, aby se noční návštěvy toalety a vyměknutí v posteli navždy staly minulostí, zvolte koncentrovaný profesionální přípravek vyvinutý předními odborníky na urologii a biochemii v kanadském Institutu zdraví mužů. Během 19 dnů **sníží tlak na močový měchýř a močovody** až o 96,7 %. Bez klinických zákroků!

PŘEKONEJTE HYPERPLAZII PROSTATY V DOMÁCÍCH PODMÍNKÁCH

Přihlaste se o 1 z 1000 BALENÍ
ZDARMA balení geniální procedury:

255 708 977

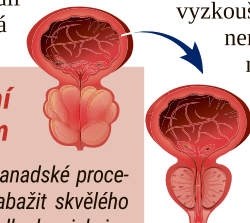
BEZ RECEPTU: Účinně a bezpečně zkldňuje bolest prostaty

Testy s muži ve věkové skupině 50-89 let ukázaly, že průlomová kanadská receptura až **3krát zmírňuje benigní hyperplazii prostaty** a zlepšuje intimní funkce již od prvního použití. Méně návštěv toalety, 100% pohodlí při močení a zdravá

Prostata už není mým nepřítelem

Stačil necelý měsíc kanadské procedury a nemůžu se nabažít skvělého sexu, který trvá tak dlouho, jak jen chci - třeba i 40 minut - a hodinové výlety po celé České republice. **Mohu sedět v autobuse až 8 hodin** a nepociťuji tlak na močovém měchýři nebo bolest v podbřišku.

Zdeněk,
65 let, Česká Lípa



Zdravotní průzkum vypracovaný
kanadským Institutem zdraví mužů

Tady je 13 signálů, že je čas na proceduru:

- ☐ Při močení cítíte bolest.
- ☐ Je pro vás obtížné začít močit.
- ☐ V noci vstáváte, abyste si odskočili.
- ☐ Váš proud moči je slabý nebo přerušovaný.
- ☐ Máte pocit neúplného vyprázdnění močového měchýře.
- ☐ Pociťujete nepříjemné pocity v oblasti prostaty.
- ☐ Máte bolesti zad nebo kyčlí.
- ☐ Máte potíže s dosažením nebo udržením erekce.
- ☐ Máte snížené libido.
- ☐ Trpíte celkovou slabostí.
- ☐ Máte horečku bez příznaků nachlazení.
- ☐ Cítíte pálení při močení.
- ☐ Vaše moč znepokojivě změnila barvu.

Získejte měsíční zásobu této procedury
za pouhých **0 Kč** a zbavte se příznaků
zvětšování prostaty během 19 dnů!

Důležité: Rozhoduje pořadí žádostí!



PROČ TO FUNGUJE?

▶ V průměru 198/200 mužů se zbaví příznaků hyperplazie prostaty již v 1. fázi procedury. Je tak účinná, protože kombinuje genialitu moderní vědy s **nevyčerpatelným potenciálem přírodních extraktů** podporujících zdraví.

PRO KOHO JE BLOKÁTOR RŮSTU PROSTATY URČEN?

▶ Četné klinické studie potvrdily, že procedura dobře funguje u padesátníků, sedmdesátníků a dokonce i osmdesátníků. **Neexistuje zde žádná horní věková hranice.** Nejstaršímu muži, který znovu dosáhl pevné erekce a zbavil se bolesti při močení, je 89 let.

JAK POŽÁDAT O BEZPLATNÝ PŘÍPRAVEK?

▶ Originální výrobek získáte pouze po zavolání na telefonní číslo uvedené na této stránce. Výrobce jej nevedl do lékáren, aby uměle nenavýšoval jeho cenu. Nehleďte tuto recepturu v obchodech, dejte si pozor na padělky! Přípravek vám bude doručen **kurýrem do vlastních rukou v diskrétním balíčku.**

KDO MŮŽE ZÍSKAT PŘÍPRAVEK ZDARMA?

▶ Prvních 1000 zájemců, kteří zavolají na číslo uvedené na této stránce, získá měsíční zásobu procedury za 0 (nula!) Kč. Nemusíte zasílat **žádné potvrzení** ani se k ničemu zavazovat.



Geniální receptura působí na zdroj bolesti prostaty

Objev vědců z kanadského Institutu zdraví mužů je skutečným průlomem v boji proti hyperplazii a zánětu prostaty. Složky přípravku byly modifikovány tak, aby snižovali hyperplazii - spontánně se zaměřují na deformované buňky prostaty a pomáhají jim obnovit jejich normální velikost a tvar. **7-8 hodin běžného spánku bez probouzení během noci, zdravý sex až 4krát za sebou a návštěva toalety maximálně 6-8krát denně.**

Ladislav Král, odborník na močopohlavní systém



Nejedná se o tiskovou chybu: prostatu napravujeme ZDARMA!

Zmenšení prostaty a odstranění zánětu z ní v domácích podmínkách je tak jednoduché. Výrobce tohoto

geniálního přípravku rozdává po dohodě s kanadským Institutem zdraví mužů 1000 balení ZDARMA. Požádejte o jedno z nich a **zajistíte si zdraví, pohodlí a správnou potenci 24 h/7** bez jakýchkoli nákladů. Důležité: akce refundace je jednorázová a už se nebude opakovat.

ZDRAVÁ PROSTATA NA LÉTA - ZDARMA a bez invazivních zákroků!

Prvních 1000 lidí kteří zavolají do 09.12.2024
obdrží **100% NÁHRADU VÝROBCE!**

Zavolejte: **255 708 977**

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

Muzeum plné obrů



Davy turistů

Dinosauři, savci a všude spousta lidí. Vítejte v londýnském Přírodopisném muzeu. To obsahuje asi 80 milionů předmětů, které jsou rozděleny do pěti hlavních kolekcí – botanika, entomologie, mineralogie, paleontologie a zoologie. Muzeum zaujme už samotnou budovou v novorománském slohu, která byla veřejnosti otevřena v roce 1881. Velkým plusem vyhlášené instituce je i to, že vstup do ní je zdarma. S tím ale souvisí i výše zmíněné davy. Pokud sem vyrazíte v sezóně o víkend nebo v době, kdy mají v Anglii školní prázdniny, musíte počítat s tím, že postojíte ve frontě před vchodem. Ta může být i na hodinu.



Ještě větší Hope

Přírodopisné muzeum v Londýně zaujme kolosálními exponáty. Tím úplně největším je 25 metrů dlouhá kostra plejtváka obrovského. Velryba Hope je ještě skoro o tři metry větší než pražská kostra plejtváka myšoka. Obrů je v muzeu ale daleko víc. Stačí zajít do části, kde jsou vystavené kostry dinosaurů. Děti určitě zaujmou i pohyblivé modely. Takový tyranosaurus působí opravdu hrozně. Mohutné tvory najdete ale také v oddělení savců. Impozantní je například tento hroch. Podívejte se na ty zuby! **TEXT A FOTO: MAREK HÝŘ**



INZERCE

INVESTIČNÍ PŘÍLEŽITOST NEJEN OD ČESKÉ NÁRODNÍ BANKY

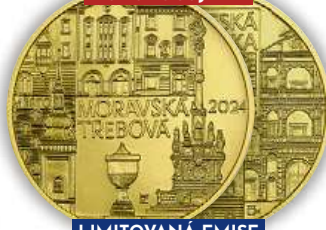
NEJPRODÁVANĚJŠÍ



NEJLEPŠÍ CENA

ZLATÁ INVESTIČNÍ MINCE
WIENER PHILHARMONIKER 1 OZ
Kód produktu: 000478

DOPORUČUJEME



LIMITOVANÁ EMISE

MORAVSKÁ TŘEBOVÁ
33 990 Kč
Kód produktu: 005799

ZVÝHODNĚNÁ CENA



ZLATÝ SBĚRATELSKÝ BALÍČEK

MORAVSKÁ TŘEBOVÁ + OLMOUC
66 700 Kč
Kód produktu: SA0005



ZLAŤÁKY®

...Safe heritage



www.zlataky.cz

Zákaznická linka +420 232 003 050

PRAHA | BRNO | OSTRAVA | LIBEREC | KARLOVY VARY | ČESKÉ BUDĚJOVICE | BRATISLAVA | KOŠICE | BANSKÁ BYSTRICA

PLAY

Emodži

Když jsem byl malý, rodiče mi kupovali časopis Sluníčko. Byl určen předškolním dětem a jejich omezené čtenářské kompetenci vycházel nápaditě vstříc: Na zadní straně býval jednoduchý příběh psaný nejprostšími slovy. Pokud bylo potřeba vyjádřit něco složitějšího, slovo v textu nahradil obrázek. Třeba ve větě „Ema má gastroenteritidu“ bylo poslední slovo, které mohlo dětem dělat potíže, nahrazeno obrázkem. I když teď mě napadá, že tam možná bylo jiné slovo. To je fuk, princip je asi jasný. Vzpomněl jsem si na něj tuhle při čtení postu na

„Vzadu býval jednoduchý příběh psaný nejprostšími slovy.“

sociální síti, který lákal do srdce Českého ráje. Místo slova srdce tam ale bylo červené srdíčko. Vzhledem k trvale klesající čtenářské gramotnosti populace jsem to vlastně ocenil, bohužel se ale ukázalo, že v používání obrázků dnes panuje naprostá anarchie: Daleko spíše než k nahrazení problematických slov totiž slouží jako doprovodná ilustrace. Třeba když dopravní podnik informuje, že zavádí novou linku tramvaje, ještě dá za poslední slovo obrázek tramvaje. Chápu, že to může eliminovat případy, kdy venkované omylem nasednou do lanovky a skončí na Větruši. Pokud se ale správce účtu do emodži posedle zamiluje, rychle promění běžný středoevropský text v hieroglyfický nápis. Třeba tuhle jsem viděl pozvánku na posezonní výprodej letní obuvi. Za slovem lodičky byl dámský střevíc, kajak s pádlem, pramice s vesly, plachetnice, parník, katamarán a Leonardo DiCaprio. Čili řeknu vám popravdě: Zlatý Sluníčko!

PETR KUKAL
OKRESNÍ BÁSNÍK



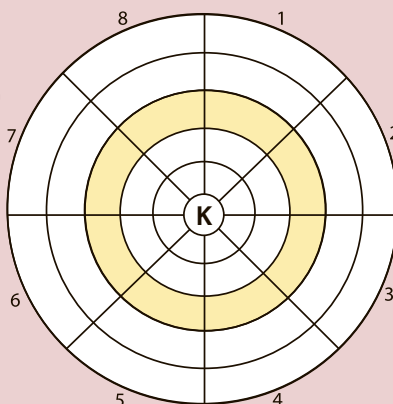
6	2	7	8	3	4	5	9	1
3	4	9	5	6	1	8	2	7
8	1	5	9	2	7	4	3	6
5	6	1	7	9	3	2	4	8
2	9	8	4	5	6	7	1	3
4	7	3	1	8	2	6	5	9
9	5	2	3	7	8	1	6	4
1	8	6	2	4	9	3	7	5
7	3	4	6	1	5	9	8	2
8	9	5	6	1	7	4	3	2
3	7	1	5	4	2	6	9	8
9	8	5	6	7	1	3	2	4
2	6	4	3	9	8	7	5	1
7	4	6	2	5	9	1	8	3
1	2	3	7	8	6	5	4	9
8	5	9	4	1	3	2	7	6
5	9	8	1	3	7	4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

LUŠTĚNKA: NYTOVÁNÍ
ŘEŠENÍ SUDOKU:

LUŠTĚNKA

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

1. menší klín
2. raci
3. učitel (zastar.)
4. samec kočky
5. pianino
6. převlečníky
7. pevný kryt želvy
8. kouřovody



@mojemetro



LIŠKA

Z borovice spadla šiška,
pod ní dřímala si liška.
"Kdo mi hodil tuhle šišku
jako blešku do kožíšku?"
Ptá se liška zrzavá,
borovici nadává.



Mirek Seifert

Obvykle se poezie spojuje s jarem, zvláště květnem. Jak ale ukazuje život, pokud je k veršování nálada, přicházejí nápady v kteroukoli roční dobu. Příspěvek v #Hlídači #deníku Metro je toho dobrým důkazem. Těšíme se proto i na vaše příspěvky. Ať již budou mít formu básniček, nebo kreseb či fotografií.

#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!



PŘEČERNÝ
SCÉNÁŘ: BARNABÉ HUBER, ILLUSTRACE: TADEŠ HUBER

SUDOKU: DALŠÍ NAJDETE NA WWW.SUDOKU.CZ

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

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



POČASÍ

DNES	ZÍTRA	STŘEDA	ČTVRTEK
3/6 °C	4/8 °C	2/7 °C	0/3 °C

Teplotní rekordy: -9,5 °C (1902) 16,2 °C (2016) Bio:

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

FOTO: 2x AP

ČT1	ČT2	NOVA	PRIMA	ÓČKO
20.15 Případy 1. oddělení (11/22) Krimiseriál (ČR, 2013). Hrají: B. Polívka, O. Vetchý, F. Blažek, P. Stach	20.00 Drsný chlapík Dobrodružný film (Fr./Kan., 1983). Chlapecké přátelství, touha po zlatě a poklad pod vodopády. Hrají: L. Ventura, C. Cardinalová, B. Giraudeau, P. Frag. Režie J. Giovanni	20.20 Kriminálka Anděl VI (13) Vražda čerpadlářky. Krimiseriál (ČR, 2024). Hrají: D. Švehlík, M. Taciík, J. Langmajer, H. Dvořáková, O. Hes	20.15 Temný Kraj (5) Hříšníci (1/2). Krimiseriál (ČR, 2016). Hrají: L. Vaculík, K. Nováková, J. Teplý, K. Zima	19.00 YOUTUBE CHART: ARGENTINA
21.20 Reportéři ČT Kauzy a reportáže s Anetou Šnopovou	21.55 Anastázie Melodrama (USA, 1956). Hrají: I. Bergmanová, Y. Brynner, H. Hayesová, A. Tamiroff	21.40 Specialisté (43) Zlomená srdce. Krimiseriál (ČR, 2018). Hrají: D. Prachař, J. Štáfek, Z. Kajnarová, J. Zadražil	21.40 Temný Kraj (6) Hříšníci (2/2)	19.30 Óčko hity Klipy nonstop
22.00 Do konce (2/6) Docusoap České televize o užívání života do poslední chvíle	23.40 Vždycky zvítězít Komedie (USA, 1980). Hrají: C. Eastwood, S. Lockeová	22.50 Víkend Příběhy štěstí, proher a objevů	23.00 Honeymoon – líbáanky k nepřezítí Minuta vzájemných sympatií, obřad v exotickém ráji a společný život na opuštěné pláži!	21.00 Hot hity
22.45 Maigret Čekání na vraha. Detektivní seriál (Fr./Belg./Švýc., 1998)	01.30 Kostel sv. Jana Křtitele ve Velkých Hořticích	23.35 Záhadné případy (4) Mysteriózní seriál (ČR, 2024)	23.50 Receptář prima nápadů	22.00 Naked Attraction Italy Italská verze nahé seznamky. Francescovi je 34 let a pochází z Bari, je zdravotním bratrem a věnuje se crossfitu
00.20 AZ-kvíz		00.45 Mentalista IV (23, 24) Krimiseriál (USA, 2011)	00.40 Policie v akci Čtyři případy, čtyři lidské osudy	22.30 Virtuální svět TV Vydejte se na cestu kolem světa z pohodlí vašeho domova
				0.00 Óčko flirt

Již 267 tisíc lidí se zbavilo bolesti kloubů za 36 dní



Prof. James D. Reynolds
z univerzity v Chicagu

Objeveno nechirurgický způsob, jak obnovit poškozené klouby!

Průlomový objev týmu vědců z Chicago College of Rheumatology: lidé trpící degenerací kloubů a tíživou, pulzující bolestí se mohou konečně vrátit do normálního života.

Díky nově objevené metodě, každý má šanci překonat nepříjemné bolesti kloubů a získat zpět svou dřívější fyzickou zdatnost. „Už žádná nestálá bolest a neschopnost pohybu,“ říká prof. James D. Reynolds z univerzity v Chicagu. „Nezáleží na tom, jestli vás bolí kolena, kyčle, zápěstí nebo páteř. Bez ohledu na to, zda má nemoc genetický základ, je to důsledek zatěžování kloubů a obezity. S bolestí a degenerací lze bojovat! Proto jsem byl vždy

proti předepisování tolika prostředků proti bolesti



„Vstoupil do mě nový život!“

„Je těžké žít s touto bolestí. Každý, kdo má artritidu, ví, jaká je to muka. Ráno nemůžete vstát ani chodit, každý pohyb bolí. Abych vůbec nějak fungovala, brala jsem obrovské dávky kortizonu. Ale po těchto lékách jsem strašně otékala a ještě doktor říkal, že jsou návykové. Když jsem brala méně, bolest byla nesnesitelná a tak stále do kola. Ale moje netař, která žije ve Spojených státech, poslala mi tento přípravek. Už po týdnu otok ustoupil a bolest zmizela. Mohu znovu chodit a pohybovat se. Vstoupil do mě nový život!“

Barbora (65) z Pardubic

pacientům, protože každý neduh se dá zničit u zdroje,“ dodává nadšeně profesor! „Našli jsme způsob, který odstraňuje záněty a zároveň vyživuje buňky chrupavky a regeneruje synoviální tekutinu. Stačí se podívat na tomografické snímky kloubu pořízené před a po kúře“ [viz: foto].

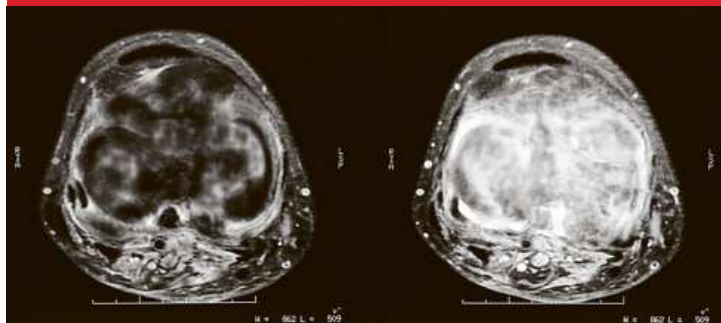
Ortopedové byli v šoku

„Když jsme revmatologům a ortopedům ukázali fotografie s účinky kúry, byli šokováni. Nemohli uvěřit, že degenerativní změny v kloubech mohou jednoduše zmizet. Opotřebovaná tkáň chrupavky byla obnovena a synoviální tekutina znovu získala svou dřívější kluzkost. U všech lidí, kteří se zúčastnili testů, zmizely bolesti kloubů a ustoupil zánět.

Příroda chce, aby vaše tělo fungovalo perfektně, a aby se samo opravovalo. Stačí mu podat látku s odpovídajícími bioinformačními vlastnostmi a vše se začne vracet do normálu. Není to magie – je to čistá biologie. Dokonalým příkladem toho je penicilin, vyrobený z běžné houby (známé všem plísně), který snížil úmrtnost na bakteriální infekce o více než 90 %! S degenerací kloubů je to podobné: člověk nemůže vynalézt způsob na artrózu, ale může ho hledat v přírodě. A tou náповědou se řídil můj tým.

PŘED kúrou:

PO kúře:



Fotografie vlevo ukazuje prázdná místa v kloubním pouzdře v důsledku nadměrné hydratace tkáně. Po kúře byla struktura synoviální tekutiny přebudována (foto vpravo) a získala zpět svou viskoelastickou konzistenci a kluzné vlastnosti. Kosti jsou správně „namazané“, aby se o sebe neдрhly, protože byly obnoveny amortizační funkce kloubu.

Po měsících testování jsme objevili recepturu, která uvede tělo do bojového režimu proti degeneraci kloubů. Odstraňuje nejen příčiny zánětu, ale také vyživuje chondrocyty a zahajuje proces autoregenerace kloubní chrupavky. Díky tomu ničí artrózu stejně účinně jako penicilin bakterie! Teď už vím, že je to nejsilnější zbraň proti bolestem kloubů, kterou matka příroda vymyslela.

Bolest navždy zmizí

„Už na druhý den kúry lze očekávat, že bolest začne

slabnout. Po několika dnech zmizí bolest, otok a ztuhlost, které vám brání v noci spát. Ale to není konec! Po skončení kúry bude váš život vypadat úplně stejně jako před prvním záchvatem artrózy. Zbavíte se bolesti a znovu získáte plnou zdatnost.

Přípravek prof. Reynolds'eho regenerující klouby není populární jen v USA. Používají ho také lidé, kteří bojují s bolestí kloubů v Evropě. Nyní se dostal i do České republiky. Díky speciálnímu dofinancování může omezený počet lidí získat přípravek ZDARMA!

DOFINANCOVÁNÍ PRO PRVNÍCH 130 LIDÍ

Prvních 130 lidí, kteří se přihlásí telefonicky do 18.11.2024 r., má nárok na 100% dofinancování. Tehdy dostanete preparát prof. Reynolds'eho zcela ZDARMA!

Zavolejte: 296 849 574

Po-Pá 8:00-20:00, So-Ne 9:00-18:00
(pravidelný místní hovor bez příplatku)

Trefovali břevno, vezou pouze bod

Zítra čeká české fotbalisty duel s Gruzii.

Fotbalová reprezentace v předposledním z šesti utkání skupiny B1 Ligy národů remizovala v Albánii bez branek a udržela se v čele tabulky. Svěřenci trenéra Ivana Haška měli v Tiraně blíže ke gólu, ale Václav Jemelka a Lukáš Červ v úvodu krátce po sobě trefili jen břevno. Čeští fotbalisté tak nenavázali na říjnové domácí vítězství 2:0 nad Albánii, zároveň ale po čtvrté za sebou neprohráli.

„Přijeli jsme sem pro tři body, ve finále máme pouze jeden. Na druhou stranu základem byl, abychom tady neprohráli. Pořád to máme ve svých rukách, i ten bod teď bereme. Máme poslední zápas doma, a když vyhraje, jsme první ve skupině,“ řekl Hašek.



Kvůli trestu za žluté karty budou Češi postrádat kapitána Tomáše Součka (vlevo s trenérem Ivanem Haškem) a Tomáše Chrást. ČTK

Národní tým se zítra v posledním letošním zápase utká v přímém souboji o prvenství ve skupině a postup do elitní divize A v Olomouci s Gruzii. Pokud Albánie neporazí Ukrajinu, bude národnímu celku stačit i remíza. Případné prvenství v tabulce by Haškovým svěřencům vel-

mi pravděpodobně zajistilo účast nejméně v play-off o MS 2026, kam projdou čtyři nejlepší vítězové skupin Ligy národů, kteří neuspějí v klasické kvalifikaci. Ta bude rozlosována 13. 12., český tým v listopadových zápasech hájí udržení pozice v druhém výkonnostním koši. ČTK

ČÍSLA DNE

2:0

Čeští fotbalisté do 21 let v úvodním utkání play-off o postup na ME 2025 zvítězili v Belgii 2:0 a jsou blízko třetí účasti na šampionátu za sebou. V 34. minutě se prosadil se štěstím Adam Karabec, kterého trefil domácí brankář při odkopu. Pojistku přidal Daniel Fila v 80. minutě. Odveta se hraje zítra v Hradci Králové.

98

Americká lyžařka Mikaela Shiffrinová vyhrála suverénně slalom Světového poháru v Levi a svou rekordní bilanci v seriálu vylepšila na 98 vítězství. Osmý triumf ve finském středisku oslavila s náskokem 79 setin před Rakušankou Katharinou Liensbergerovou. Češka Martina Dubovská ve 2. kole závod nedokončila. ČTK

Prohrály 1:2

České tenistky do semifinále Poháru Billie Jean Kingové nepostoupily. Tým kapitána Petra Pály nedotáhl na tvrdém povrchu v Málaze nadějně rozehrané čtvrtfinále s Polskem. V rozhodující čtyřhře Kateřina Siniaková a Marie Bouzková (na snímku) podlehly dvojici Iga Świąteková, Katarzyna Kawová. Úvodní dvouhru vyhrála Bouzková, Linda Nosková však prohrála se Świątekovou. ČTK



KRÁTCE

Zlepšuje se

Česká skeletonistka Anna Fernštátová výrazně vylepšila sobotní šestnácté místo z úvodního závodu sezony. Včera skončila v druhém závodu Světového poháru na olympijské dráze v Pchjongčchangu osmá a zaznamenala nejlepší výsledek po téměř dvou letech. V lednu roku 2023 v předminulé sezoně byla česká reprezentantka sedmá v Altenbergu.

Opět maximum

Tanečníci Natálie a Filip Taschlerovi byli na krasobruslařské Finlandia Trophy čtvrtí. Vyrovnali tím své maximum v seriálu Grand Prix, které vybojovali v říjnu na Kanadské brusli. Celkově nasbírali 190,43 bodu. K premiérovým stupňům vítězů však měli daleko, na bronzové Finy Juulii Turkkilaovou a Mathiasse Versluisse ztratili více než šest bodů. ČTK

INZERCE

SPARTA

ON FIRE

NAROZENINOVÁ PARTY

22.11.2024

VÝSTAVIŠTĚ PRAHA

GENERÁLNÍ PARTNER: ČSOB

30% sleva

téměř na VŠECHNO

pro
majitele
hit karty

Hit kartu získáte
u odborných
prodejců

XXXL hit karta

Hit kartu získáte
u odborných
prodejců

time
your style

XXXL novinka

15.000,-

5.999,-

1 OBÝVACÍ SESTAVA

Ceny jsou
platné
pro majitele
hit karty.

XXXL hit karta

CARRYHOME
XXXL utz

včetně

- úložného prostoru
- rozkládací funkce
- nastavitelné opěrky hlavy
- bederního polštáře

XXXL výběr látek

12.999,-

2 SEDACÍ SOUPRAVA

cantus

max. nosnost
do cca 120 kg

10.417,-*

2.999,-

3 RELAXAČNÍ KŘESLO
S TABURETEM

LINEA NATURA

masivní bukové
dřevo

2.999,-

4 NOČNÍ STOLEK

13.999,-

4 POSTEL

3.499,-

4 ÚLOŽNÝ BOX

HOM'IN®

2.945,-*

1.499,-

5 ŽIDLE S PODRUČKAMI

CARRYHOME
XXXL utz

699,-

6 ŽIDLE

2.999,-

6 JÍDELNÍ STŮL

BOXXX

669,-

7 REGÁL

time
your style

XXXL novinka

3.834,-*

1.199,-

8 KONFERENČNÍ
STOLEK

Ceny jsou
platné
pro majitele
hit karty.

CARRYHOME
XXXL utz

max. nosnost
do cca 110 kg

1.499,-

9 OTOČNÁ ŽIDLE

1: Obývací sestava, bílé provedení s vysokým leskem a s prvky v dekoru dub wotan, Š/V/H: cca 277/173/35 cm, **5.999,-** (21400164/01) 2: Sedací souprava, látkový potah v šedomodré barvě, velký výběr látek za individuální cenu, lze montovat také zrcadlově obráceně, plocha lůžka cca 135x200 cm, rameno cca 179x240 cm, **12.999,-** (08120063/01) 3: Relaxační křeslo s taburetem, látkový potah v antracitové barvě, Š/V/H: cca 80/108/75 cm, **2.999,-** (23810385/01) 4: Postel, masiv bukového dřeva, přírodní olejovaný povrch, vč. záhlaví, plocha lůžka cca 180x200 cm, **13.999,-** úložný box, Š/V/H: cca 145/24/77 cm, **3.499,-** noční stůl, Š/V/H: cca 50/43/38 cm, **2.999,-** za příplatek: matrace, lamelový rošt a lůžkoviny (24180002/01-03) 5: Židle s područkami, kovová podnož, látkový potah ve světle šedé nebo antracitové barvě, Š/V/H: cca 57/88/62 cm, cena za ks, **1.499,-** (07580109/01-02) 6: Jídelní stůl, černé provedení s matným vzhledem, Ø cca 100 cm, výška cca 75 cm, **2.999,-** židle, kovová podnož, látkový potah se sametovým vzhledem v tmavě šedé nebo zelené barvě, Š/V/H: cca 43/84/56 cm, cena za ks, **699,-** (07580120/07;0191/01-02) 7: Regál, bílé provedení nebo v dekoru dub sonoma, Š/V/H: cca 60/175/24 cm, **669,-** (08870073/01-02) 8: Konferenční stůl, kovová konstrukce, deska v dekoru dubového dřeva, cca 60x110 cm, výška cca 35 cm, **1.199,-** (27120004/01) 9: Otočná židle, sedák a opěradlo se síťovaným potahem v černé barvě, výškově nastavitelná cca 111-119 cm, cena za ks, **1.499,-** (26960003/02)

1) Bližší informace na titulní straně.

*Nezávazně doporučená spotřebitelská cena. Ostatní uvedené ceny jsou ceny platné pro majitele hit karty.

Pro nákup v e-shopu zadejte kód: SHV414.

XXXL DOMY NÁBYTKU.
TY S TOUTO ČERVENOU ŽIDLÍ.

XXXLutz

30% sleva

téměř na VŠECHNO

pro
majitele
hit karty
Hit kartu získáte
u odborných
poradců.

XXXL hit karta



ESPOSA

1.299,-*

399,-

1 POVLEČENÍ NELLY

Ceny jsou
platné
pro majitele
hit karty.

XXXL hit karta



novel



2.379,-*

899,-

2 ZÁVĚSNÉ SVÍTIDLO
GLOSSY



ESPOSA

1.199,-*

349,-

3 ZATEMŇOVACÍ
ZÁVĚS ROMAN



BOXXX

4dílná
sada

1.799,-*

799,-

4 SADA HRNCŮ



JOOP!

1.199,-**

499,-

5 POTAH
NA POLŠTÁŘ

2.299,-**

999,-

5 OBOUSTRANNÝ PLÉD

1: Povlečení Nelly, 100 % bavlna satén, cca 70x90 cm/cca 140x200 cm, 399,- (48910419/01-02) 2: Závěsné svítidlo Glossy, kov/sklo, 3xE27 max. 40 W, délka cca 77 cm, výška cca 110 cm, 899,- (40620042/02) 3: Zatemňovací závěs Roman, 100 % polyester, cca 140x260 cm, 349,- (39170985/01-05) 4: Sada hrnců, ušlechtilá ocel, vč. odměřovací stupnice a poklic, 4dílná: hrnec, Ø cca 24 cm, kastrol, Ø cca 16 cm a Ø cca 20 cm, pánev, Ø cca 24 cm, 799,- (68760106) 5: Oboustranný pléd JOOP, 58 % bavlna, 35 % polyakryl, 7 % polyester, v antracitové nebo pískové barvě, cca 150x200 cm, 999,- potah na polštář, cca 50x50 cm, 499,- (42190150/01;0031/06;0018/03,14)

— ✂ ✂ ✂ —
RESTAURACE

XXXLutz

Zveme vás do XXXLutz restaurace!

Naše XXXL restaurace jsou v obchodních domech: Brno, Praha Černý Most, Praha Čestlice, Praha Stodůlky a Hradec Králové. Aktuální otevírací dobu restaurací najdete na xxxlutz.cz. Ilustrační foto. *Dosavadní prodejní cena. Do vyprodání zásob.



219,-*

149,-

XXXLutz řízek

Platí
od 19. 11.
do 01. 12.
2024

4 pack
Staropramen
EXTRA CHMEL
ZDARMA



259,-*

199,-

XXXLutz
Double Burger

Platí
od 11. 11.
do 15. 12.
2024



Platí
od 11. 11.
do 15. 12.
2024

ZDARMA!

Porce dortu ZDARMA
ke každé vaší kávě

Všechny nabídky platí od 19. 11. do vyprodání zásob, nejdéle však do **24. 11. 2024**. Textové a tiskové chyby vyhrazeny. Všechny ceny jsou uváděny v Kč včetně DPH. Chyby v letáku, meziprodej a změny modelů vyhrazeny. Všechny výrobky mohou být vydány pouze v limitovaném množství. Výrobky z reklamní nabídky nemusí být vystaveny ve všech obchodních domech XXXLutz. Přesné rozměry a návody na údržbu jsou k dostání v obchodním domě.

1) Blíží informace na titulní straně.

*Nezávazně doporučená spotřebitelská cena. **Dosavadní prodejní cena.

Ostatní uvedené ceny jsou ceny platné pro majitele hit karty.

Pro nákup v e-shopu zadejte kód: SHV414.

Adresy všech obchodních domů, Kuchyňského & interiérového studia

a otevírací dobu naleznete na xxxlutz.cz/pobočky

Kontaktovat nás můžete také na: infocentrum@xxxlutz.cz

navštivte nás také na:



12x v ČR

XXXL DOMY NÁBYTKU.
TY S TOUTO ČERVENOU ŽIDLÍ.

XXXLutz

