

ČESKÝ LEV. 15 NOMINACÍ PRO KRAJINU VE STÍNU

GALAVEČEREM BUDE TAKÉ LETOS PROVÁZET HEREC VÁCLAV KOPTA STRANA 6



metro



Úterý, 19. ledna 2021

Č. 12, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Doubravka

[mojemetro](https://www.instagram.com/mojemetro) | [denikmetro](https://www.facebook.com/denikmetro)

Stále PES 5. Dokud se neuvolní nemocnice

Nejpřísnější stupeň. Rozvolnění opatření Hamáček podmiňuje poklesem počtu nakažených do dvou tisíc denně i počtu hospitalizovaných. **Dobrá zpráva.** Zpřísnění opatření z přelomu roku konečně zabrala STRANA 2



Mrzlo, až praštělo. Mrazivé noci vystřídají teploty nad nulou a obleva

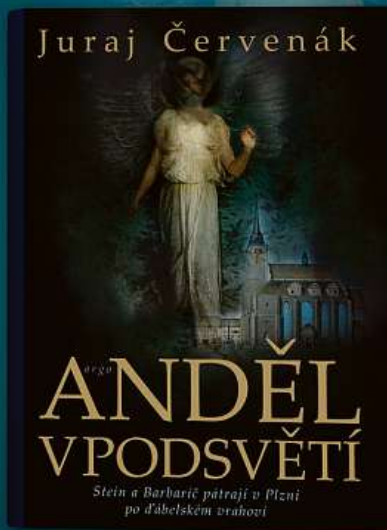
Česko v noci na včerejšek prožilo mrazivou noc. Teploty byly na mnoha místech pod minus 20 stupni Celsia a v Orlickém Záhoří na Rychnovsku klesly až na minus 27 stupňů. Šlo o dosud nejnižší letošní teplotu naměřenou v Česku. Na několika místech v republice dokonce padly mrazivé rekordy. Podle meteorologů ale po mrazivém víkendu dorazí do Česka obleva. Už včera se teploty na jihozápadě Čech dostaly nad nulu, od zítřka bude nad nulou také na horách. Tam se sice ke konci týdne opět ochladí, ale v nížinách zůstanou nejvyšší denní teploty kolem dvou stupňů. V pátek se na hory vrátí sněžení a o víkendu by mělo sněžit i ve středních polohách. Na snímku si rekreační hokejisté přišli na své na zamrzlé vodní nádrži Modlany na Teplicku. ČTK



KOMERČNÍ SDĚLENÍ

NEBEZPEČNÉ PÁTRÁNÍ V LABYRINTU PLZEŇSKÉHO PODZEMÍ

Juraj Červenák



ANDĚL V PODSVĚTÍ

Stein a Barbarič pátrají v Plzni
po ďábelském vrahovi

KAPITÁN STEIN A NOTÁŘ BARBARIČ
V DALŠÍ HISTORICKÉ DETEKTIVCE

KNIHU POHODLNĚ ZAKUPÍTE TAKÉ
V INTERNETOVÉM KNIHKUPECTVÍ WWW.KOSMAS.CZ

Krátce

Kloktací testy pro školáky

Žáci by se podle MŠMT mohli testovat na covid takzvanými kloktacími testy. Úřad o ně už projevil zájem.

Tisíce praktiků chtějí očkovat

Zapojit se ihned do očkování proti covidu lidí starších 80 let chtějí tisíce praktiků. Možnost ale mají jen desítky, není dost vakcíny.

Nejméně nemocných

V neděli přibýlo 2618 případů koronaviru, nejméně v tomto roce. Proti minulému neděli je to pokles o 1700 případů. Počet lidí, kteří leží v nemocnicích, klesl o téměř 150, na 6330. Méně hospitalizovaných bylo naposledy na začátku ledna. V souvislosti s covidem zemřelo 14 449 lidí. **ČTK**



Ministři není dobře

Ministr zahraničí Tomáš Petříček má koronavirus, po pozitivním antigenním testu absolvoval i PCR test, který to potvrdil. Uvedl, že mu není dobře, je unavený, ale zatím nemá závažnější příznaky. Koronavirus měli z členů vlády ministryně pro místní rozvoj Klára Dostálová či Petříčkoví straníční kolegové – vicepremiér a ministr vnitra Jan Hamáček a ministr zemědělství Miroslav Toman. Petříček už dříve podstoupil karanténu, stejně jako ministryně práce Jana Maláčová. V dobrovolné izolaci byl ministr dopravy a průmyslu Karel Havlíček. Kvůli pozitivnímu testu hlavní hygieničky Jarmily Rážové byl v karanténě tehdejší ministr zdravotnictví Adam Vojtěch. **MAFRA**

Česko zůstává v nejvyšším stupni, rozvolnění se vzdaluje

Až do 21. února, tedy o dalších třicet dnů, bude chtít vláda prodloužit nouzový stav.

Vláda bude ve Sněmovně usilovat o prodloužení nouzového stavu kvůli epidemii nemoci covid-19 o dalších 30 dní. Pokud získá souhlas poslanců, nouzový stav by měl trvat do 21. února. Zatím v Česku kvůli epidemii covidu-19 platí od 5. října do 22. ledna. O návrhu menšinové vlády ANO a ČSSD bude Sněmovna jednat zřejmě zítra.

Sněmovna při podzimní vlně epidemie dostala od vlády už čtyři žádosti o prodloužení stavu, který umožňuje vymáhání opatření proti šíření nemoci. Koncem října souhlasila Sněmovna s prodloužením stavu nouze o 17 dnů a ve druhé polovině listopadu o 22 dnů, potom na návrh komunistů o 11 dnů. Před vánočními svátky Sněmovna

souhlasila s prodloužením nouzového stavu o 30 dnů. Kabinet chtěl měsíc vždy. Na jaře trval v Česku nouzový stav kvůli koronavirové krizi 66 dnů, nynější trvá víc než sto dnů. Váže se na něj většína vládních protikoronavirových opatření. Lze také nasaďit například vojáky pro pomoc ve zdravotnictví a v domech pro seniory.

Vicepremiér a šéf Ústředního krizového štábu Jan Hamáček očekává, že Česko zůstane ještě nějakou dobu v nejvyšším, pátém stupni opatření podle protiepidemického systému PES. Novinářům řekl, že rozvolňování bude podle něj na radě až v době, kdy se uvolní lůžka v nemocnicích a bude přibývat 1000 až 2000 potvrzených případů covidu-19 denně. Index PES zůstává na 70 bodech ze sta, pátý den se drží ve čtvrtém stupni. V minulém týdnu byly denní přírůstky nakažených o třetinu až skoro polovinu nižší než o týden dříve, což Hamáček přičítá tomu, že zabralo zprísňení opatření z přelomu roku.



Cítát

Neznamená to ale důvod k velkým oslavám, ta absolutní čísla jsou stále vysoká.

JAN HAMÁČEK, MINISTR VNITRA

Počet lidí, kteří leží s nemocí covid-19 v nemocnicích, klesl podle posledních statistik o téměř 150, na 6330. Hamáček dodal, že to jsou stále velmi vysoká čísla. „Věřím, že ještě nějakou dobu ve stupni pět zůstaneme,“ uvedl. Zmínil, že okolní země s lep-

ší epidemickou situací opatření aktuálně nerozvolňují. Pracovávají také do svých predikcí a plánů tzv. britskou mutaci koronaviru, která je výrazně nakažlivější. „Pokud by se na našem území rozšířila, znamenalo by to nárůsty v počtu nemocných,“ varoval vicepremiér. Za nejvhodnější by považoval, aby se současných přísných opatření dostaly nemocnice dostatek času, aby se vyprázdnily a obnovily i neakutní péči. „Naší ambicí by mělo být stlačit nárůsty k 1000 až 2000 případů denně, poté bychom měli mluvit o nějakém uvolňování,“ uvedl. ČSSD podle něj podpoří na dnešním jednání vlády otevření papířnictví, obchodů s oblečením a botami pro děti a prodej se spodním prádlem, což ohlásil o víkendu premiér Andrej Babiš. „Pokládáme to za logickou úpravu, která neznamená zvýšené riziko z hlediska epidemie,“ uvedl Hamáček. Vidí to ale jako maximum možného, prostor pro masivní rozvolňování pravidel podle něho aktuálně není. **ČTK**

Jehly v Česku

Česko nakoupí dalších pět milionů injekcí a jehel na očkování proti covidu-19, uloženy budou do státních hmotných rezerv.

- Z hromadně vypsání tendru zemí Evropské unie má rezervováno už 12 milionů samostatných jehel a 1,8 milionu stříkaček s pevnou jehlou. Těchto 1,8 milionu kusů je připraveno k přepravě do ČR. Protože cesta lodním kontejnerem by trvala asi 1,5 měsíce, připlatí si za leteckou dopravu.

- „Zásilka od čínského výrobce bude připravena k odeslání letecky po 16. lednu. Jehly a stříkačky od bulharského výrobce dorazí na počátku dubna a pak dále, vždy po několika milionech měsíčně,“ řekla k tomu minulý týden mluvčí ministerstva Barbora Peterová. Celková cena podle ministerstva nepřekročí 4,9 milionu korun.

Překvapení bankéři. Virus z Čechů dlužníky nenadělal

Skoky zoufalců z posledního patra mrakodrapu.

Scény hospodářské krize v roce 1929 se konat nebudou. Češi (zatím) své závazky ustáli.

představenstva ČSOB. Podle posledních údajů banky je počet těch, kteří se zpožďují se splácením, minimální. „Jedná se o nižší jednotky procent,“ doplňuje Sadil. Navíc většina „hříšníků“ je z těch, kteří si brali spotřební úvěr. Ti, kteří splácejí nemovitost, patří v naprosté většině mezi bezproblémové dlužníky.

Uvedená čísla se týkají odložených splátek z jarní části epidemie. Ale i po podzimu se na banky obracejí lidé, kterým až konec roku a vládní restrikce přinesly potíže. „Jarní vlna nám přinesla kolem 71 tisíc žádostí o odklady, převážně se to týkalo spotřebitelských úvěrů,“ konstatuje Zuzana Filipová, mluvčí Sku-

piny Moneta. Momentálně je v běhu něco přes pět a půl tisíce odložených splátek, opět se to týká běžných půjček, ne hypoték. „Odložené hypotéky i v současnosti představují jen pět procent žádostí,“ říká Filipová. Většinu aktuálních žadatelů o odklad tvoří ti, kteří poslali žádosti již v loňském vládním moratoriu.

Procento schválených žádostí se pohybuje, alespoň v případě Monety, kolem devadesáti procent.

Někteří lidé řeší nyní potíže se splácením restrukturalizačních půjček, třeba i převedením do jiné banky. Rada lidí ale nakonec od takového kroku upustí. Byť by jim restrukturalizace dluhu situaci částečně usnadnila, podle zákona se automaticky dostávají do registru dlužníků. To pro ně může mít v budoucnu, zvláště v případě malých živnostníků, negativní dopad. Pokud by potřebovali například provozní úvěr, banky už na ně v takové situaci budou pohlízet podstatně přísněji.

Vysoký není jenom státní dluh. V roce 2020 evidoval Bankovní a Nebankovní registr klientů více než dva a půl bilionu dlužných korun mezi obyvateli celého Česka. Většina těchto peněz, kolem osmdesáti procent, je v nemovitostech všeho druhu. **PAVEL HRABICA**

INZERCE

Chápu, že nemovitost je stále nejlepší způsob uchování hodnoty peněz. Přesto i zkušení finančníci krouží hlavou, že ani uzavření ekonomiky a mnohonásobná omezení neubrali chuť Čechů brát si půjčky na bydlení. A to i v atmosféře, kdy nemálo lidí nemá jistotu budoucích příjmů. Stejně tak je ale překvapuje, že těch, kteří nemají na splácení, je minimálně.

„My jsme loni poskytli možnost odložit si platby kolem pětadesáti tisícům zájemců,“ říká Jan Sadil, předseda

Neprošla desetina

400

Přibližně čtyři sta tisíc žádostí o odložení splátek dorazilo loni do českých bank a hypotečních společností. Termín pro podání žádostí byl určen na 31. října 2020. Souhlas dali úředníci finančních ústavů zhruba 360 tisícům požadavků. Pouhých deset procent schválením neprošlo. Nejvíce žádostí směřovalo na hypotéky, ale na odložení spotřebitelských úvěrů.

VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

Značka



Receptura s extraktem z třešňových květů a keratinem pečuje o vlasy a posiluje jejich strukturu. Viditelně pomáhá zlepšovat kvalitu vlasů a jejich vlákna. Dodává vlasům objem, stačí ho jen jemně vetřít do vlasů. Neoplachuje se.

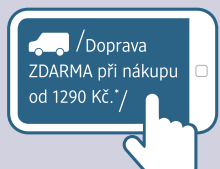


Balea Professional stylingový krém na vlasy s keratinem 100 ml

44⁹⁰ Kč



www.dm.cz
www.facebook.com/dm.cesko
instagram.com/dm_cesko



* Platí pro nákupy zákazníků zaregistrovaných a současně přihlášených v online shopu dm.cz.

V kolotoči dluhů

Exekutoři evidují přibližně 800 tisíc dlužníků.

- Většina z nich se točí v kolotoči závazků, kdy jednu půjčku kryjí platbami z dalších půjček.
- Počet neplatičů ale dlouhodobě klesá. Loni klesla částka nesplacených hypoték o 611 milionů korun.
- Více dlužníků přibýlo mezi podnikateli.

To už přehnali. Desítky lidí sáňkují po lidickém hřbitově

Na pietní území Památníku Lidice zamřily o uplynulém víkendu desítky sánkařů a bobistů, někteří jezdili i po starém hřbitově a po místech, kde stály nacisty zdemolované domy. Ředitel památníku Eduard Stehlík apeluje na dodržování piety a chování, které určuje návštěvní řád památníku. „Lidé by si měli uvědomit, na jakém místě jsou, a to, že pietní území není jen část poblíž silnice,“ uvedl Stehlík. Část řidičů navíc parkuje i přímo na piet-

ním území. Podle starostky Lidic Veroniky Kellerové místní děti v Lidicích vždycky sáňkovaly, ale na místech mimo hroby, bývalé domy či další lokality, které připomínají jejich zavražděné obyvatele. To nikomu podle starostky nevdalo. Šlo vždy spíše o několik lidí. „Ale teď, asi díky koronavirové situaci, tady bylo v jeden den asi 70 aut,“ uvedla. Podle ředitele památníku Stehlíka je problém s neukázněností lidí dlouhodobý. Často zde například pořádají pik-

niky nebo sem jezdí se čtyřkolkami.

Památník Lidice připomíná nacistické vyhlazení obce v červnu 1942. Ze zhruba 500 obyvatel Lidic jich válka přežilo 160. Přímo v Lidicích nacisté 10. června 1942 zastřelili 173 mužů, 16. června v pražském Kobylisích dalších 26 obyvatel Lidic. Pobyt v koncentračních táborech nepřežilo 53 lidických žen. V deportačním táboře bylo v plynovém autě udušeno 82 lidických dětí. **ČTK**

Krátce

Podvody restaurací

Téměř čtvrtina kontrolovaných restaurací v loňském roce klamala spotřebitele, většinou falešným tvrzením o potravinách. Podle Státní zemědělské a potravinářské inspekce patří mezi nejčastější případy problematických potravin sýr, smetana a šunka. Dlouhodobý problém by mohla změnit novela zákona o potravinách. Náhražkami se šidilo například u svičkové na smetaně, levná šunka nahradila

parmskou šunku, místo Kofoly se točila levná limonáda s kolovou příchutí.

Kriminalita v Česku klesá

V Česku loni klesla kriminalita oproti předchozímu roku o 16,9 procenta, na 165 525 skutků. V tiskové zprávě to uvedlo policejní prezidium. Pokles kriminality evidovali policisté ve všech sledovaných kategoriích. Například vražd loni policie zaznamenala 130, proti roku 2019 o 13 méně. **ČTK**



Traktor ani kůň to nedali

V areálu hradu a zámku Bečov nad Teplou na Karlovarsku dokončují stavbaři opravu Pluhovských domů. Jejich rekonstrukci ale v posledních dnech komplikuje napadlý sníh, těžká technika se kvůli němu nedostane na horní nádvoří. Stavitelé proto musí převážet stavební materiál pomocí pásového dopravníku. „Zkoušeli jsme nákladní auta i traktory, ale nevyšlo to. Dokonce jsme tu měli i koně,“ tvrdí kastelán Tomáš Wizovský. 2x ČTK



Žatec má šanci být v UNESCO

Chmel a žatecká krajina by mohly mít prestižní status. Rozhodne se v létě 2022.

Ministr kultury Lubomír Zaorálek podepsal dokumentaci pro nominaci Žatec a krajiny žateckého chmele na seznam světového dědictví UNESCO. Do 1. února bude nominace předložena Centru světového dědictví v Paříži, a tím bude zahájen hodnotící proces. O jeho výsledku by se mělo s největší pravděpodobností rozhodovat v létě příštího roku. Včera to sdělila Iva Awwadová z tiskového odboru ministerstva kultury.

Nominace navazuje na projekt Žatec, město chmele, který v roce 2018 doporučil výbor pro světové dědictví rozšířit o příklad krajiny s chmelnicemi. Žatec a krajina žateckého chmele jsou příkladem kontinuálního vývoje pěstování a zpracování chmele. Žatecká chmelařská krajina obsahuje nejcněnější a nejrůznější chmelnice, na kterých je celosvětově uznávaný žatecký chmel po staletí pěstován a šlechtěn. Oproti původní verzi obsahuje tato rozšířená nominace památkově chráněnou vesnici Stekník se zámekem, vesnici Trnovany s příklady zachovalých sušáren chmele a okolní krajinu chmelnic. Dále tuto krajinu

Chtějí na seznam

14

Česko má na seznamu 14 památek, naposledy přibylly hornická kulturní krajina Erzgebirge/Krušnohoří a kladrubský hřebčín. O zápis kromě Žatece usilují třeba Karlovy Vary, Františkovy Lázně a Mariánské Lázně, které jsou součástí společné nominace evropských lázeňských měst.

nou venkovskou komponentu doplňuje území historického jádra města Žatec a jeho Pražského předměstí, které je unikátní množstvím technických památek, především z 19. století, jež sloužily ke zpracování a skladování chmele. Dohromady tvoří celek, který dokumentuje celý cyklus pěstování, zpracování a obchodu s žateckým chmellem od historických dob do současnosti. „Jsem rád, že můžeme mezinárodní veřejnosti představit jedinečné chmelařské kulturní dědictví, které je po dlouhá staletí součástí naší historie a na které můžeme být právem hrdí. Žatecko patří k nejstarším a největším chmelařským oblastem v Česku,“ uvedl Zaorálek.

Soupis světového kulturního a přírodního dědictví UNESCO obsahuje 1121 položek z celého světa a Česká republika je co do počtu zapsaných památek mezi prvními 25 státy. ČTK

Krátce

Opilý řidič sjel do lesa

Přes dvě promile alkoholu nadýchal cizinec, který havaroval na zasněžené silnici cestou z Ještědu. Dodávkou sjel z cesty a uvázl na svodidlech nad lesem. Policisté muži zadrželi řídicí průkaz a obvinili ho z ohrožení pod vlivem návykové látky. Za to mu hrozí až rok vězení.

Liberec bojuje proti reklamě

Jak by mělo město vypadat? Obejde se bez nevkusných reklamních poutačů a výkladních skříní? Kancelář architektury města Liberce připravuje manuál, který by měl pomoci „vyčistit“ město od takzvaného vizuálního smogu. Liberec je dalším městem, jež začalo bojovat proti vi-

zuálnímu smogu. Podobně jako Praha.

Lepší vzduch

V roce 2020 byla kvalita ovzduší v Česku výrazně lepší než obvykle. Některá ze sledovaných kritérií dokonce klesla na nejnižší hodnoty od začátku měření. Obecně pomohlo teplejší počasí i omezení emisí z dopravy v době epidemie. IDNES.cz

Počítačové viry. Denně jich hackeři vyrobí až 400 tisíc

Denně vzniká na 400 tisíc různých nových počítačových virů. Většinou jde o upravené známé hrozby, těch úplně nových je řádově méně. Viry útočníkům přináší výnosy v řádu stovek miliard dolarů ročně. Vyplývá to z údajů antivirové firmy Eset. První počítačový vir Brain vznikl v roce 1986 v Pákistánu, takže v letošním roce od vytvoření prvního viru uplyne 35 let. „Během posledních více než tří dekád jsme mohli sledovat neuvěřitelný vývoj počítačových hrozeb. Od poměrně ne-

škodných a často humorných programů, což byly počítačové viry ve svých začátcích, jsme se dostali do současné fáze, kdy kybernetické hrozby představují pro zločince mimořádně výnosný byznys. Odhadem se jedná až o stovky miliard dolarů ročně. Objevem finančních prostředků tak bez nadsázky snese srovnání i s drogovým průmyslem,“ uvedl mluvčí Esetu Ondřej Šafář. Moderní viry podle expertů vyvíjejí skupiny vzdělaných odborníků. Útočníci se například pokoušejí

získat citlivá data vlád států, vydírají nemocnice nebo hledají cesty, jak infiltrovat elektrárny, které ani nemají síť on-line. Pokud útočníci ukradnou inovace nebo patenty, mohou zničit i velmi dobře prosperující firmy. „Bohužel najít skutečné viníky není snadné, jde o velice chytré a talentované lidi, kteří prostě znají všechny dostupné metody, jak svou identitu skrýt. Občas není možné určit dokonce ani to, z jaké pocházejí země,“ uvedl expert Esetu Igor Háek. ČTK

První počítačový vir se v počítačích Čechoslováků objevil na konci minulého století

Jedním z prvních virů v tehdejší Československu byl Vienna, v počítačích se objevil v roce 1987. Dokázal poškodit soubory. V reakci na Vienu vznikla také první verze programu Eset. Tehdy ještě neexistoval internet, takže se jak viry, tak antivirové programy šířily na disketách.

- První počítačový vir Brain vznikl v roce 1986 v Pákistánu. Vyvinuli jej bratři Basit Farooq

Alvi a Amjad Farooq Alvi, kteří vlastnili softwarovou firmu. Vir neměl nijak škodit. Právě naopak. Původně byl navržený tak, aby bratry chránil před nelegálními kopiemi jejich softwaru na disketách. Nelegální kopie obsahovaly vzkaz od vývojářů a vir Brain, který blokoval část paměti a zpomaloval tak práci s disketou.

- Rozmach internetu otevřel vývojářům škodlivých kódů

nevidané možnosti. Najednou mohli podle odborníků svůj malware šířit rychleji a efektivněji a také začalo být možné na virech vydělávat.

- Jedním z nejnichtěvších na světě byl virus ILOVEYOU, který v roce 2001 během několika dní infikoval 45 milionů počítačů po celém světě. Šířil se z přílohy e-mailu, která měla podle názvu obsahovat romantické vyznání.



Raketa z křídla boeingu

Společnost Richarda Bransona Virgin Orbit v neděli poprvé úspěšně vypustila raketu do vesmíru z křídla letadla Boeing 747, čímž otevřela novou cestu pro vynášení malých družic na oběžnou dráhu. Oproti vertikálnímu startu rakety z pozemního kosmodromu novinka minimalizuje riziko zrušení startu kvůli počasí.

VIRGIN ORBIT

Sáňkování. Pětiletá ruská dívka zmizela v kanalizaci

Na tuhle zimu nejspíš pětiletá holčička z ruského města Južno-Sachalinsk nikdy nezapomene. Zimní radovánky se v okamžiku změnilo v boj o život. Incident, při kterém dívka při sáňkování zmizela v kanalizační šachtě, již začala vyšetřovat ruská prokuratura. V místě, kde má vzniknout nové sídliště, chyběl na kanalizační šachtě poklop.

Dívka zmizela během neděle, kdy šla sáňkovat na nej-

bližší kopec. Když se do tmy nevrátila domů, začali po devěti pátrat policisté, hasiči a dobrovolníci. Až pozdě v noci našli holčičku živou v kanalizační šachtě, kam se zřítila. Podle serveru Provincija.ru ji před umrznutím nejspíš uchránila vlažná voda protékající kanalizací.

Radnice nyní zjišťuje, komu vlastně otevřený vstup do kanalizace patří. Starosta města s přibližně 200 tisíci

obyvateli vydal pokyn zjistit, kdo je za skandální stav zodpovědný, a viníky potrestat. A nezávisle na tom oblastní prokuratura zahájila prověrku komunálních služeb.

Podobný incident se stal i v srpnu 2018 v černomořském letovisku Soči na jihu Ruska. Tehdy přišel o život sedmiletý chlapec, který se propadl do kanálu. Ulice byla zalita vodou po prudkém lijáku a díru nebylo vidět. **ČTK**

INZERCE

Donald Trump. Plánuje udělit desítky milostí

Končí americký prezident Donald Trump hodlá den před svým odchodem z funkce udělit milost nebo zmírnit trest více než 100 lidem. Podle deníku The New York Times je v pozadí plánování „lukrativní trh“ s přístupem k prezidentovi, přičemž někteří lidé z jeho okolí inkasují desetitisíce dolarů za prosazování milostí či jiných zásahů ve prospěch bohatých zločinců.

Trump od podzimních prezidentských voleb udělil desítky milostí, z nichž mnohé se týkaly lidí napojených na odcházejícího prezidenta a jeho spolupracovníky. Omilostnil své bývalé poradce Rogera Stonea, Paula Manafortta, Michaela Flynn a George Papadopoulos, dále například Charlese Kushnera, což je otec prezidentova zetě Jareda Kushnera. Televize CNN s odvoláním na nejmenované zdroje píše, že na seznamu jsou i lidé, kteří byli odsouzeni za ekonomickou trestnou činnost, a známí rapři. **ČTK**

VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

Značka 

Abychom se mohli radovat z krásné pleti bez nedokonalostí, je nutné věnovat jí náležitou péči. Vedle každodenního čištění, dopřejte pleti také výživu v podobě masek.

Balea maska Beauty Collagen hydratuje pleť a podporuje přirozenou tvorbu kolagenu.

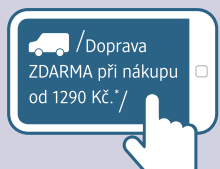


Balea
Beauty Collagen
pleťová maska
1 ks

**69⁹⁰
Kč**



www.dm.cz
www.facebook.com/dm.cesko
instagram.com/dm_cesko



* Platí pro nákupy zákazníků zaregistrovaných a současně přihlášených v online shopu dm.cz.

Číslo dne

95

Tolik milionů případů koronavirové nákazy registrují v součtu všechny země světa. Úmrtí spojených s nemocí covid-19 je globálně hlášeno na 2,03 milionu. Posledních pět milionů potvrzených infekcí se objevilo za necelých osm dní. Pozitivně testování i mrtví v posledních dnech stále přibývali rychleji než kdykoli v loňském roce.

24

Zhruba čtvrtinu součtu všech nakažených tvoří případy odhalené ve Spojených státech, které jich ohlásily bezmála 24 milionů. USA mají v absolutních hodnotách také nejvyšší bilanci obětí, v zemi s přibližně 330 miliony obyvatel je s covidem-19 spojováno skoro 400 tisíc úmrtí. Koronavirus se začal šířit na konci roku 2019 v Číně. Situaci kolem onemocnění označila Světová zdravotnická organizace za pandemii loni 11. března.

Krátce

Brazilci vir neřeší

Pláže v brazilském v Rio de Janeiru byly o víkend opět plné. Země s 210 miliony obyvatel má přitom třetí největší celkový počet nakažených covidem-19. Epidemioložka Chrystina Barrosová hovoří o „na-prosté banalizaci“ pandemie. Mezi slunečníky se podle fotografií brazilských médií na sebe těsnali návštěvníci na plážích Copacabana, Ipanema a Leblon, mnozí z nich bez roušky. **ČTK**

Bez testu ani do přírody

Slovensko začalo hromadně testovat, rezervační portál spadl.

Výpadek státního internetového portálu na rezervaci termínu pro absolvování antigenního testu provázela včera dopoledne na Slovensku zahájení hromadného testování obyvatel na koronavirus. Podle nedělního rozhodnutí vlády budou Slováci nově i na cesty do práce či do přírody

potřebovat negativní výsledek testu. Bez on-line registrace, kterou umožnila jen část z 250 mobilních odběrových míst, si zájemci musí v testovacích center vystát frontu. Podle oznámení na státním webu byla registrace na testy pozastavena z technických příčin. Systém patrně nezvládl nápor po ohlášení celostátního testování. Od plošného testování si kabinet premiéra Igora Matoviče slibuje kromě jiného snížení tlaku na nemocnici a počtu infikovaných, dříve než se v zemi rozšíří nakažlivější mutace viru.

Počet nakažených

573

Tolik nových případů nákazy bylo za neděli nahlášeno na Slovensku. Celkem země k 18. lednu registrovala 223 325 případů koronaviru.

Stávající kolo plošného testování potrvá do úterý příštího týdne. Od 27. ledna se jen na lidi s negativním výsledkem testu na koronavirus bude vztahovat širší okruh vy-

jimek z prodlouženého zákazu vycházení. Až na výjimky pouze se zmíněným potvrzením budou moci lidé jezdit do práce, do přírody či vycestovat do zahraničí a vrátit se zpět do vlasti. I bez testu bude možné opustit bydliště kromě jiného kvůli nákupu základních životních potřeb, návštěvě lékaře či účasti na pohřbu.

Omezení volného pohybu se vztahují také za zahraniční turisty, kteří přijedou do země; na Slovensku jsou platné i výsledky testů provedených v Česku. **ČTK**

Tuhý boj o Lvy svedou Krajina ve stínu, Havel nebo Šarlatán

Nejvíce Českých lvů, rovný tucet, si dosud odnesl film Masaryk Julia Ševčíka za rok 2016. Bude rekord překonán?

Nejvíce nominací na filmové ceny Český lev získalo drama Bohdana Slámy *Krajina ve stínu*. Dostalo jich 15. Následuje film režiséra Slávka Horáka *Havel* inspirovaný životem Václava Havla a příběh vyprávějící osud lékaře Jana Mikoláška *Šarlatán* od režisérky Agnieszky Hollandové. Mají shodně po 14 nominacích. Úspěšně si vedla také televizní minisérie *Herec* v režii Petra Zelenky, které získaly od akademiků po sedmi nominacích. Výsledek prvního

kola hlasování svých členů dnes oznámila Česká filmová a televizní akademie (ČFTA).

O sošku Českého lva se v 21 statutárních kategoriích bude ucházet v závěrečném hlasování 27 titulů. Všechny tři snímky s nejvíce nominacemi jsou v užším výběru mezi nejlepšími filmy i na cenu pro režiséra. V obou těchto kategoriích je doplnily snímky *Modelář* režiséra

Petra Zelenky a *Žáby bez jazyka* Miry Fornayové.

Včera byli ohlášení i vítězové nestatutárních cen Českého lva. Cenu za nejlepší filmový plakát získal Jan Poukar za výtvarný návrh pro film *Krajina ve stínu*. Cenu filmových fanoušků si odnesl snímek *V síti* režisérů Barbory Chalupové a Víta Klusáka, který na webu csfd.cz získal nadprůměrných 86 procent. **ČTK**

INZERCE

VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

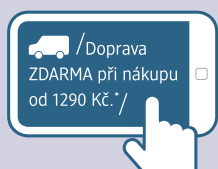
Značka 

Pravidelné čištění pleti je prevencí vzniku nedokonalostí pleti, proto ho nezanedbávejte ani ve dnech, kdy nejste nalíčená. Pleťová voda jemně a důkladně čistí a nedráždí pokožku. Neobsahuje alkohol a je ideální pro přípravu pleti na následnou péči.



Balea ošetřující pleťová voda 200 ml
24⁹⁰ Kč
12,45 Kč za 100 ml

www.dm.cz
www.facebook.com/dm.cesko
www.instagram.com/dm_cesko



* Platí pro nákupy zákazníků zaregistrovaných a současně přihlášených v online shopu dm.cz.



Letošní novinky

ČFTA se ve 28. ročníku rozhodla ceny obměnit.

- Tvůrci a herci televizních projektů mohou být oceněni také v kategoriích nejlepší herecký výkon v hlavní a vedlejší roli, zvuk, střih, kamera, hudba a podobně, které byly doposud určeny jen celovečerním filmům, případně dokumentům.
- Novinkou je i samostatné ocenění animovaných a krátkých snímků. Český lev nechal vytvořit sošky nově i pro díla distribuovaná prostřednictvím internetu.



Své ceny už dostali výtvarník Jan Poukar (vlevo) a režisér a scenárista Vít Klusák. **ČTK**

Kdo má šanci

Přehled některých nominací 28. ročníku filmových cen Český lev:

- **Nejlepší celovečerní film:**
 - Havel** (producent Slávek Horák)
 - Krajina ve stínu** (producenti Martin Růžička, Jindřich Motýl)
 - Modelář** (producenti Petr Zelenka, Martin Sehnal)
 - Šarlatán** (producenti Šárka Cimbalová, Kevan Van Thompson)
 - Žáby bez jazyka** (producenti Viktor Schwarcz, Mira Fornay)
- **Nejlepší dokumentární film:**
 - Alchymická pec** (režie Jan Daňhel, Adam Olša)
 - Kdo jinému jámu – Rudolf Slánský** (režie Martin Vadas)
 - Můj otec Antonín Kratochvíl** (režie Andrea Sedláčková)
 - Postižení muzikou** (režie Radovan Šíbrt)
 - V síti** (režie Barbora Chalupová, Vít Klusák)
- **Nejlepší režie:**
 - Slávek Horák** – *Havel*
 - Bohdan Sláma** – *Krajina ve stínu*
 - Petr Zelenka** – *Modelář*
 - Agnieszka Hollandová** – *Sarlatán*
 - Mira Fornay** – *Žáby bez jazyka*
- **Nejlepší herečka v hlavní roli:**
 - Jana Plodková** – *Bábovky*
 - Anna Geislerová** – *Havel*
 - Jenováfa Boková** – *Herec*
 - Magdaléna Borová** – *Krajina ve stínu*
 - Tereza Těžká** – *V síti*
- **Nejlepší herec v hlavní roli:**
 - Viktor Dvořák** – *Havel*
 - Jan Čin** – *Herec*
 - Csongor Kassai** – *Krajina ve stínu*
 - Kryštof Hádek** – *Modelář*
 - Ivan Trojan** – *Sarlatán*
- **Nejlepší animovaný film:**
 - Barevný sen** (výtvarník, režie, produkce Jan Balej)
 - Jsmo si o smrt bliž** (režie a výtvarník Bára Anna Stejskalová, produkce Jakub Košťál, Vratislav Šlajer)
 - MLsné medvědí příběhy** (režie Kateřina Karhánková, Alexandra Májová, produkce Barbora Příkaská, výtvarník Filip Pošivač)
- **Nejlepší krátký film:**
 - Anatomie českého odpoledne** (režie Adam Martinec)
 - Hranice** (režie Damián Vondrášek)
 - Přípyat Piano** (režie Eliška Cilková)

Český lev v číslech

87

O nominacích 28. ročníku ocenění Český lev hlasovalo 190 členů z celkového počtu 325 členů ČFTA. Vybírali z 87 hraných, dokumentárních, animovaných a krátkých filmů i televizních děl, které splnily statut cen Český lev.

5 a 6

Nejúspěšnější herečkou je Anna Geislerová s pěti Českými lvy, mezi muži vede Ivan Trojan se šesti soškami.

Zánět mozkových blan i zápal plic. Dejte pozor na pneumokok

Očkování je nejlepší prevence proti infekčním chorobám. Platí to u koronaviru, chřipky, ale i pneumokoku.



Primářka Hana Roháčová z Nemocnice Na Bulovce

Nebezpečný může být pneumokok především pro děti a seniory, a právě tyto dvě skupiny by měly o očkování vážně uvažovat. Proti pneumokokovým onemocněním však bylo v Česku očkováno v letech 2010 až 2018 jen 13,7 procenta seniorů. „Pneumokoková onemocnění nelze brát na lehkou váhu v jakémkoli věku, ale zejména pro seniory mohou v horších případech představovat až smrtelné nebezpečí, přitom očkování existuje. Nejčastějším zdrojem nákazy dospělých pneumokoky jsou bohužel malé děti,“ říká

doktorka Hana Roháčová, primářka Kliniky infekčních, parazitárních a tropických nemocí Nemocnice Na Bulovce.

Pneumokok je druh bakterie – streptokoku, který je schopný způsobit zánět tkání a orgánů přístupných z vnějšího prostředí jako například zánět středního ucha, vedle-

ších dutin dýchacích cest a má také schopnost dostat se do krevního oběhu člověka a vyvolat nebezpečnou infekci, například zánět mozkových blan.

Zpravidla se přenáší vzdušnou cestou, především od bezpříznakových nosičů, kteří se bez jakýchkoli známek one-

Pneumokok a seniory

Proč jsou ohroženi seniory?

- Výkonnost imunity s věkem klesá. Po šedesátce může mít pneumokoková infekce těžký průběh i u do té doby zdravého a neléčeného seniora. Když v zimě uklouzne a zlomí si krček stehenní kosti, nemusí se z nemocnice, přes úspěšnou operaci, kvůli komplikující infekci už nikdy vrátit. Velkou část těchto stavů způsobují právě pneumokoky.

znamný je právě přenos od dětí na rizikovou dospělou populaci, to znamená na osoby s poruchou imunity, ať už z důvodu nemoci, nebo léčby oslabující imunitní systém, například chemoterapie.

Proočkovanosť malých dětí proti pneumokokům v tuzemsku klesá od roku 2012, kdy bylo naočkováno 80,1 procenta dětí, až k hranici 64,8 procenta očkovaných dětí v roce 2018. Podle zkušeností ze zahraničí by více očkovaných dětí mohlo pomoci ochránit dospělou populaci, a seniory obzvlášť. „Chránit sebe a okolí znamená i více dbát na očkování proti pneumokoku. Přál bych si, aby výzvu vzal za své každý senior. Očkování je od 65 let zadarmo, je hrazené i rizikovým pacientům, takže jediné, co potřebují, je jen chtít a o očkování si říct,“ říká čtyřasedmdesátiletý divadelník, spisovatel a pedagog Arnošt Goldflam. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

INZERCE

Pneumokoky nejvíce ohrožují děti do dvou let a seniory!

Chraňte se proti pneumokokovým onemocněním očkováním.

Ve zvýšeném riziku onemocnění jsou především lidé s:

- chronickým onemocněním srdce,
- chronickým plicním onemocněním (astma, chronická obstrukční plicní nemoc),
- diábetem,
- nádorovým onemocněním,
- a dále kuřáci a lidé **starší 65 let.**

U osob starších 18 let přispívá k dlouhodobé ochraně 1 dávka vakcíny Prevenar 13, nutnost přeočkování nebyla stanovena!

Požádejte svého lékaře o vakcínu proti pneumokokovým infekcím.

OD 65 LET ZDARMA!

Prevenar 13

Pneumokoková polysacharidová konjugovaná vakcína (13valentní, adsorbovaná)

Prevenar 13 je registrovaný léčivý přípravek (vakcína proti pneumokokovým infekcím), jehož výdej je vázán na lékařský předpis. Přečtěte si, prosím, pečlivě příbalovou informaci. Prevenar 13 neposkytuje 100% ochranu proti typům pneumokoka, které vakcína obsahuje, a nechrání před typy neobsaženými ve vakcině ani jinými mikroorganismy, které způsobují zápal plic.

Pfizer, spol. s r. o.
Stroupežnického 17, 150 00 Praha 5
tel.: +420 283 004 111, www.pfizer.cz



Průlomové léky, které mění život pacientů™

PRV-2020.02.049

Jak neztlostnout na home office

Začít sportovat není nic složitého. Člověk se ale musí řídit pár jednoduchými pravidly.



Každá minuta pohybu se počítá.

PROFIMEDIA.CZ

Každý den proležený u televize stojí člověka až tři procenta svalové hmoty. S uzavřením sportovních center a nárůstem práce na home office je hlavní výzvou překonat vlastní lenost a zařadit pravidelný pohyb do svého denního režimu. „Současná doba velmi nahrává naší vrozené lenosti. Není to nic divného, každý někdy upadne do svého pohodlí, pokud ztratí motivaci a přestane se snažit. Když se nehýbeme jeden den, svaly atrofují o tři procenta, to se dá ještě promínout, ale proležený týden už znamená citelný úbytek svalových vláken, který se promítne do slabší kondice, ale i zhoršené psychiky. Pokud dnes všichni toužíme po dobré imunitě, není lepší recept než pravidel-

ný pohyb,“ poukázala na problém hlavní fyzioterapeutka FYZIOkliniky Iva Bílková. Jak se ale motivovat a vydržet?

Deset minut a je po bolesti
Rána, kdy se člověk budí s menšími bolestmi, které trvale přehlídí, znají už i třicátníci. V takovém stavu je složité těšit se z pohybu, a tak lidé raději nedělají nic. Místo aby si zdravou aktivitou od bolesti pomohli, spouští začarova-

ný kruh pasivity a sílicích problémů. „Probudte se o 10 minut dřív a protáhněte si hlavní partie – primárně nohy a záda. Pokud toto protahování během prvních deset dní nepomůže, navštivte nejbližšího fyzioterapeuta, který vaše bolavá místa protáhne a naučí vás tři až čtyři cviky. Důležitá je správnost jejich provedení a pravidelnost, pak stačí na kompenzaci sedavého zaměstnání či jed-

nostranných aktivit 10 minut denně kvalitního cvičení. Když toto dodržíte, garantuji vám zlepšení stavu a chuť do dalších aktivit. V tu chvíli je vhodné zařadit třikrát týdně jakékoli kardio cvičení, které nás bude bavit a udržovat ve formě, například běh, skupinové cvičení nebo posilování,“ doporučila Iva Bílková.

Nechť zmizí po pár dnech

Doma se leniví snadno, ale dlouhodobě nicnedělání je třeba utnout dřív, než přeroste ve zdravotní problém. „V prvních dnech člověk bývá po cvičení unavený, jak se tělo přizpůsobuje, ale vydržte, tato fáze netrvá dlouho. Intenzitu pohybu zbytečně rychle nenavýšujte. Dopřejte si čas. Úplným začátečníkům stačí každý den 15minutová procházka kolem domu, jóga, pilates, boxování. Po několika týdnech se cvičení stane zábavou. Zjistíte, že se vám u chůze dobře přemýšlí, dobře telefonuje nebo jen mozkově relaxuje, a budete mít chuť aktivitu sami natáhnout,“ popsala Iva Bílková.

Není třeba lámat rekordy

Vhodné je začít s lehčím cvičením, třeba posilováním s vlastní vahou, svižnou chůzí místo běhu nebo lehčí zátěží na kole v rovinatém terénu. Aby člověka pohyb těšil, je nutné intenzitu zvyšovat postupně. „Nejčastější chybou začátečníků je přepálený start, lidé chtějí hned uběhnout pět kilometrů, pak je bolí celé tělo a na sport zanevrou,“ doporučila Bílková.

Síla harmonogramu

U pohybu je zásadní jeho pravidelnost. Zařadit pohyb do pevného denního režimu ale bývá pro mnoho lidí to nejtěžší. „Pomoci může dohled individuálního trenéra, ale i osobní plán s reálnými cíli. Pokud se rozhodnete pro běh, už po dvou týdnech pocítíte, že se vám lépe dýchá a méně buší srdce, za čtyři týdny snáz vyběhnete kopec, formujete tvar stehien, hýždí, břicha a žeber a po osmi týdnech jste silní natolik, že si chcete dvoukilometrovou trať zdvojnásobit,“ vyjmenovala Iva Bílková. **MET**

INZERCE

Dezinfikujte své byty

Mikrobiologická kontaminace v uzavřených prostorech je stálou součástí vzduchu a obsahuje bakterie, plísně a viry.

Zvýšený výskyt kontaminace vzduchu může vyvolat mnoho nežádoucích účinků na zdraví od nevolnosti, k alergiím, zánětům, až po dýchací potíže. Tím přetěžuje náš organismus a oslabuje imunitní systém, který pak nemusí mít dostatečnou sílu na závažnější onemocnění, zvláště nyní v době chřipek. Hygienickým limitem znečištění ovzduší vnitřního prostředí dle EUR 14988 - kritérium koncentrace směsné populace bakterií a směsné populace plísni v ovzduší pobytových místností je **kontaminace do 500 KTJ** (kolonie tvořících jednotek) /m³. Větší kontaminace může ovlivnit zdraví zásadním způsobem u lidí s výrazně poškozeným imunitním systémem, případně rozhodovat i o jeho životě.

Jedním z testů biologického biocidního přípravku BIOREPEL® bylo snížení kontaminace ovzduší. Před aplikací přípravku jsme odebrali vzorky spadů. Petriho misky s agarem jsme nechali dvacet minut otevřené a po zavření je převezli do laboratoře ke stanovení kontaminace na 1 metr kubický. Následně jsme BIOREPEL ve spreji preventivně aplikovali formou postřiku na všechny zdi v místnostech.

Laboratorní výsledky měření před aplikací stanovily rozmezí **kontaminace 629 až 4718 mikroorganismů na m³**.

Laboratorní měření spadů v ošetřených místnostech po sedmi dnech od aplikace, kdy místnosti byly běžně v provozu, stanovily rozmezí **kontaminace 31 až 236 mikroorganismů na m³**. Poslední měření spadů v ošetřených místnostech po dvanácti týdnech od aplikace stanovily rozmezí **kontaminace 8 až 47 mikroorganismů na m³**.

BIOREPEL® můžeme používat v místnostech, kde aktivně bydlíme, pracujeme a nemusíme odcházet nebo dokonce v místnosti nějaký čas nebydlet nebo nepracovat.



Přípravek BIOREPEL® s Chytrou houbou - Pythium oligandrum dostanete v prodejních barev, v řetězcích v odděleních s barvami nebo drogeriích prodávající barvy. Vaše otázky rádi zodpovíme na infolince: 728 814 202, e-mail: klimes@biopreparaty.eu Více informací naleznete též na:

www.biorepel.cz

Používejte biocid bezpečným způsobem. Před použitím si vždy přečtěte označení a informace o přípravku.

Obavy z operace šedého zákalu nejsou ani dnes na místě

Napsala nám paní Lucie (70 let): „Stává se vám, že čtete v časopise o nějaké nemoci a říkáte si: „Jojo, to je přesně ono. Takové příznaky mám taky.“ Přesně to jsem si řekla, když jsem četla o šedém zákalu. Vzpomněla jsem si, jak se mi nedaří navléknout jehlu s brýlemi ani bez. Nebo mám pocit, že se nějak brzy stmívá. Vlastně je pošmurno celý den. Jít k oční doktorce se mi ale moc nechtělo.

Není čas ztrácet čas

Doktorům jsem se poslední dobou vyhýbala. Když jsem v říjnu poslouchala, jak to vypadá s nakaženými koronavirem, bála jsem se, abych se u nich nenakazila. Ale proč čekat s předsevzetími a starostí o své zdraví až na leden?! Objednala jsem se k oční doktorce a vyrazila. Lékařka potvrdila, že se skutečně jedná o šedý zákal, a poslala mě na oční kliniku. Na specializované oční klinice

není nutné rušit naplánované operace kvůli rostoucím počtům nakažených koronavirem a mají pro pacienty připravené volné termíny.

Obavy zmizely hned při první návštěvě

Objednala jsem se na kliniku Lexum a hned první návštěva mě přesvědčila, že tady koronavirus nepodceňují. Kromě klasické dezinfekce a roušek používali lékaři na přístrojích štíty a v prostorách byly lampy

ničící viry. Protože jsem nechtěla dlouho čekat s ostatními lidmi, přišla jsem tak akorát. A udělala jsem dobře. Šla jsem rovnou na řadu. Doktor mě vyšetřil a potom mi vysvětlil, jak bude operace probíhat. Dal mi také na vybranou, kterou čočku budu chtít místo té mojí. Musím přiznat, že to jsem nečekala. Vybrala jsem si program s tak zvanou asférickou čočkou. Díky té je lépe vidět v šeru. Přeci jenom, když se stmívá po čtvrté odpoledne, tak se to hodí. Také jsem si říkala, že nebudu muset doma tolik používat při vyšívání lampičku.

Rychlejší než nákup

Pokud bych to nezažila na vlastní oči (doslova), nevěřila bych. Výměna čočky trvala asi čtvrt hodiny. Říkala jsem si, že to bylo rychlejší, než vystát frontu v obchodě. Zákrok proběhl bez komplikací a už druhý den jsem měla pocit, že je svět nějaký barevnější.

Tak jsem si hned koupila nové bavlnky na výšivky. Po operaci jsem si ještě nějakou dobu kapala oční antibiotické kapky, aby se oko nezanítilo.

„Jsem ráda, že jsem se nechtěla odradit situací posledních měsíců nebo vlastně už skoro roku. Jsou věci, které nemá cenu odkládat, hlavně v mém věku.“

Šedý zákal – co je třeba vědět?

Jak poznám, že mám šedý zákal?

Prim. MUDr. Věra Kalandrová,

oční klinika Lexum v Brně

Riziko šedého zákalu stoupá s věkem. Ve věku nad 65 let se týká dvou třetin obyvatel, ve skupině nad 75 let ještě většího počtu. Na počátku jsou projevy mírné, které nemusí vidění výrazně ovlivňovat. Postupně se ale problémy stupňují. Pacient zpravidla vidí hůře za zhoršených světelných podmínek, jako je šero nebo mlha, nebo naopak při ostrém světle. Může se mu změnit i vnímání barev a často se rychle mění dioptrie. Pokud se šedý zákal neřeší, může oko až oslepnout.

Jaká jsou v současnosti hygienická opatření na klinice Lexum?

Pravidelná dezinfekce, nošení roušek a dalších ochranných pomůcek po celou dobu pobytu na klinice je pro nás nyní běžnou součástí pracovní doby. Prostory pravidelně pečlivě větráme, dezinfikujeme a používáme germicidní lampy. Pacienty objednáme jen do určitého počtu a na konkrétní čas tak, aby nemuseli čekat a setkávat se s dalšími pacienty na delší dobu, než je skutečně nutné.

NEODKLÁDEJTE OPERACI ŠEDÉHO ZÁKALU

U nás v LEXUM jste v bezpečí.

Dodržujeme přísná hygienická opatření.

Zákrok je bezbolestný
a hrazený zdravotní pojišťovnou.

My operace neodkládáme, neodkládejte ji ani vy.

Těšíme se na Vás na očních klinikách LEXUM
v Praze, Brně, Ostravě, Českých Budějovicích a Táboře.

Objednejte se na 800 22 66 55.

LEXUM – síť očních klinik
www.lexum.cz

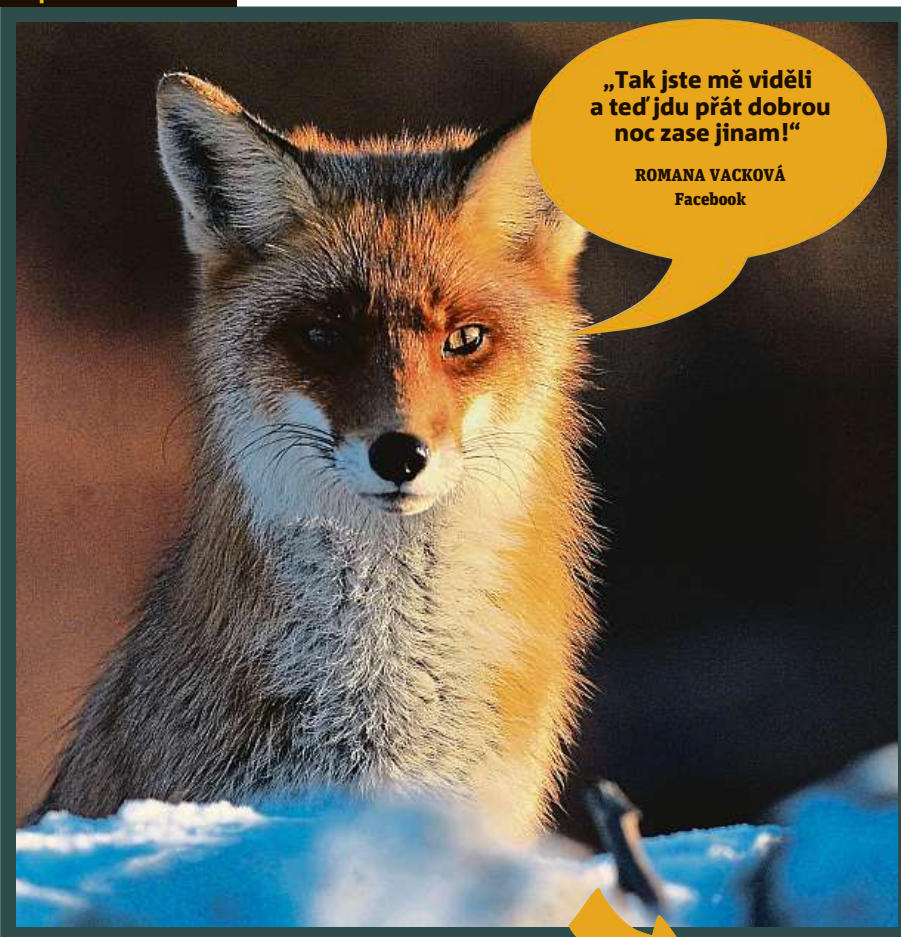


LEXUM | očividně
jiná péče

Sudoku

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

Napište svou bublinu



„Tak jste mě viděli a teď jdu přát dobrou noc zase jinam!“
 ROMANA VACKOVÁ
 Facebook

Luštěnka

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

- ženské jm. (3. 6.)
- ostrov v pásu atolu
- část naší republiky
- tajenka
- rovná krajina
- exotické ovoce

	1	2	3	4	5	6
1						
2						
3						
4				D		
5						
6						

Počasí

DNES	ZÍTRA	ČTVRTEK	PÁTEK
2/6 °C	4/8 °C	2/6 °C	4/8 °C

Teplotní rekordy: ↓ -19,0 °C (1942) ↑ 15,1 °C (2007) Bio: ❤️❤️❤️



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

TV tipy

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>16.00 To je vražda, napsala X</p> <p>16.45 Cestománie</p> <p>17.15 AZ-kvíz</p> <p>17.40 Černé ovce</p> <p>18.00 Události v regionech</p> <p>18.25 Kde domov můj?</p> <p>19.00 Události</p> <p>19.56 Branky, body, vteřiny</p> <p>20.10 Doktor Martin (4)</p> <p>21.00 Dobrá čtvrť</p> <p>22.00 Čtvrtá hvězda (1/12)</p> <p>22.25 Čtvrtá hvězda (2/12)</p> <p>22.55 Komici na jedničku</p> <p>23.50 Hnízdo (2/12)</p> <p>00.45 AZ-kvíz</p> <p>01.20 Zajímavosti z regionů</p> <p>01.45 Kuchařská pohotovost</p> <p>02.10 Dobré ráno</p> <p>04.40 Kočka není pes</p>	<p>16.05 Život ve vzduchu (1/3)</p> <p>16.55 Tajemství Gutha-Jarkovského</p> <p>17.25 Nádherná Amerika</p> <p>18.15 V karavanu po Česku (2/6)</p> <p>18.45 Večerníček</p> <p>18.55 Soukromá muzea</p> <p>19.05 Barrandovský most</p> <p>19.15 Cesty víry</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Americká válka</p> <p>20.50 Psi láska</p> <p>22.10 Projekt nacismu</p> <p>23.05 Grantchester (3/6)</p> <p>23.50 Doktorka Fosterová (3/5)</p> <p>00.45 Člověk plus – budoucnost našich smyslů (2/5)</p>	<p>15.55 Mentalista V (6)</p> <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.25 Co na to Češi</p> <p>18.25 Ulice (3972)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Stážišta Komedialní drama (USA, 2015)</p> <p>22.35 Smrtonosná zbraň II (7)</p> <p>23.30 Mentalista V (5)</p> <p>00.25 Mentalista V (6)</p> <p>01.15 Castle na zabiti V (6)</p> <p>01.55 Smrtonosná zbraň II (7)</p> <p>02.35 Na hromádce s ex II (15)</p> <p>03.05 Co na to Češi</p> <p>03.45 Ordinance v růžové zahradě 2 (865)</p> <p>04.45 Novashopping</p>	<p>16.25 Policie v akci</p> <p>17.25 Krimí zprávy</p> <p>17.50 Prostřeno!</p> <p>18.55 HLAVNÍ ZPRÁVY</p> <p>19.40 Sport</p> <p>19.55 SHOWTIME</p> <p>20.15 Slunečná (72) Zachráněná láska. Seriál (ČR, 2020)</p> <p>21.40 7 pádů Honzy Dědka</p> <p>22.50 Fachmani</p> <p>23.25 Policie v akci</p> <p>00.25 Námořní vyšetřovací služba X (11)</p> <p>01.20 Policie Hamburk VII (27)</p> <p>02.20 Policie Hamburk VII (28)</p> <p>03.20 Prostřeno!</p> <p>04.25 Jak se staví sen</p> <p>05.40 Pohoda u krbu</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 Zpátečka</p> <p>10.00 Óčko hity</p> <p>13.30 Óčko trendy</p> <p>15.00 Mixxxer</p> <p>17.00 Óčko hity</p> <p>17.30 Smartmania</p> <p>17.35 Óčko hity</p> <p>19.00 Moje desítka</p> <p>19.50 Óčko hity</p> <p>21.00 CZ & SK České a slovenské klipy</p> <p>22.00 Naked Attraction Seznamka na tělo</p> <p>22.30 Óčko flirt Proud klipů se vzkyazy diváků Óčka</p> <p>1.00 Tattoo Fixers</p> <p>1.30 Óčko flirt</p>



Krejčí bude chybět týdný

Fotbalisté Sparty se v řadu týdnů budou muset obejít bez Ladislava Krejčího staršího. Osmadvacetiletý levý obránce či záložník utrpěl v nedělním ligovém duelu v Ostravě zlomeninu spodiny očnice. Pražané o tom informovali na Twitteru. Krejčí se zranil v 37. minutě, kdy ho obránce Baníku Martin Fillo u postranní čáry zezadu srazil k zemi. Letenské trápí rozsáhlá marodka, kvůli zraněním postrádali v Ostravě osm hráčů. Další tři fotbalisté trenéroví Václavu Kotalovi chyběli kvůli disciplinárnímu trestu. **ČTK**

Krátce

Slavia jde do boje

Fotbalisté Slavia dnes od 15.30 v malém pražském derby proti druholigové Dukle vstoupí do domácího poháru MOL Cup. Červenobílí se představí v první ze sedmi dohrávek 3. kola soutěže.

Chtějí hrát Kaťušu

Rusové by místo hymny, kterou jim kvůli trestu za doping hrát nesmějí, chtěli mít při vyhlášení na LOH v Tokiu a ZOH v Pekingu píseň Kaťuša. O náhradě rozhoduje Mezinárodní olympijský výbor.

Finále v Madridu

Finálový turnaj Davisova poháru se uskuteční během jedenácti dnů od 25. listopadu do 5. prosince. Vedle Madridu by ho mohla hostit další dvě města. **ČTK**

Karanténu mají i Češi

Podle australských médií se koronavirem nakazil přímo někdo z tenistů.



Barbora Strýcová PROFIMEDIA.CZ

Barbora Strýcová, Kateřina Siniaková i Barbora Krejčíková jsou stejně jako Tomáš Macháč a dalších sedm desítek tenistů v Austrálii ve čtrnáctidenní striktní karanténě bez možnosti tréninku. Podle serveru iSport zmíněné hráčky letěly z Abú Zabí do Melbourne s koučem Bianky Andreescuové Sylvainem Bruneauem, který měl pozitivní test.

„Jsou to jejich pravidla, byli pět měsíců v úplném lockdownu, takže chápu, že se bojí, abychom jim sem nic nepřítáhli,“ řekla Strýcová. Před příletem ale o možnosti karantény bez tréninku nevěděla. „Poslední slovo nemá Tennis Australia, ale australské ministerstvo zdravotnictví. Můžou to změnit ze dne na den a tohle pravidlo změnili, když tam byl jeden pozitivní. A to ani nebyl hráč,“ dodala.

Před Australian Open proto stráví čtrnáct dnů v hotelovém pokoji. První grandslam sezony začne 8. února. „Bude to těžké, po čtrnácti dnech vyjít a hrát největší turnaj, co máme, a být v nejlepší formě. To prostě nebude, ale kdo ví, nemůžu propadat panice. Tenis hraju hrozně dlouho a za

tu dobu ho hrát nezapomenu,“ řekla. Na pokoji si složila rotoped a pokusí se alespoň částečně udržovat v kondici. „Mám naplánován na ráno trénink, pak si dám oběd, pak se koukám na seriály, filmy, čtu si, píšu si a takové věci. Odpoledne si udělám ještě jeden trénink, ať mám dva za den. Pak ten den už uteče, usnu a snažím se to brát tak, jak to je,“ řekla Strýcová.

Včera odpoledne přišla z Austrálie další zpráva. Tamní list The Age citoval šéfa zdravotního úřadu pro Melbourne Brettta Suttona, který uvedl, že mezi pozitivně testovanými je i jeden z tenistů či tenistek. Neuvedl jméno, ale ani pohlaví. Úřady pouze potvrdily, že se nově objevily další čtyři případy, jejich počet tak vzrostl na devět. Všichni pozitivně testovaní jsou v izolaci v hotelu.

Odložený Australian Open začne 8. února. **ČTK**

Číslo dne

6

Tolik tisíc sportovců očekává Mezinárodní olympijský výbor na slavnostním zahájení olympijských her v Tokiu. Celkově se má akce zúčastnit 11 tisíc sportovců ze 200 zemí. Ti budou moci do olympijské vesnice dorazit nejdříve pět dní před svou soutěží.

Hokej. Bělorusko je bez MS, ve hře je Slovensko

Letošní hokejové mistrovství světa se v Bělorusku kvůli obavám o bezpečnost účastníků turnaje hrát nebude. Rozhodla o tom Rada Mezinárodní hokejové federace (IIHF). O novém spoluorganizátorovi s Lotyšskem bude jednat, jako další hostitelé se nabízejí Dánsko a Slovensko. Ve hře je také

možnost, že se šampionát odehraje na jednom místě.

Minsk měl hostit společně s Rigou MS od 21. května do 6. června.

Po znovuzvolení Alexandra Lukašenka do prezidentské funkce v Bělorusku vypukly masové protesty. Nepokoje dosud přetrvávají. **ČTK**

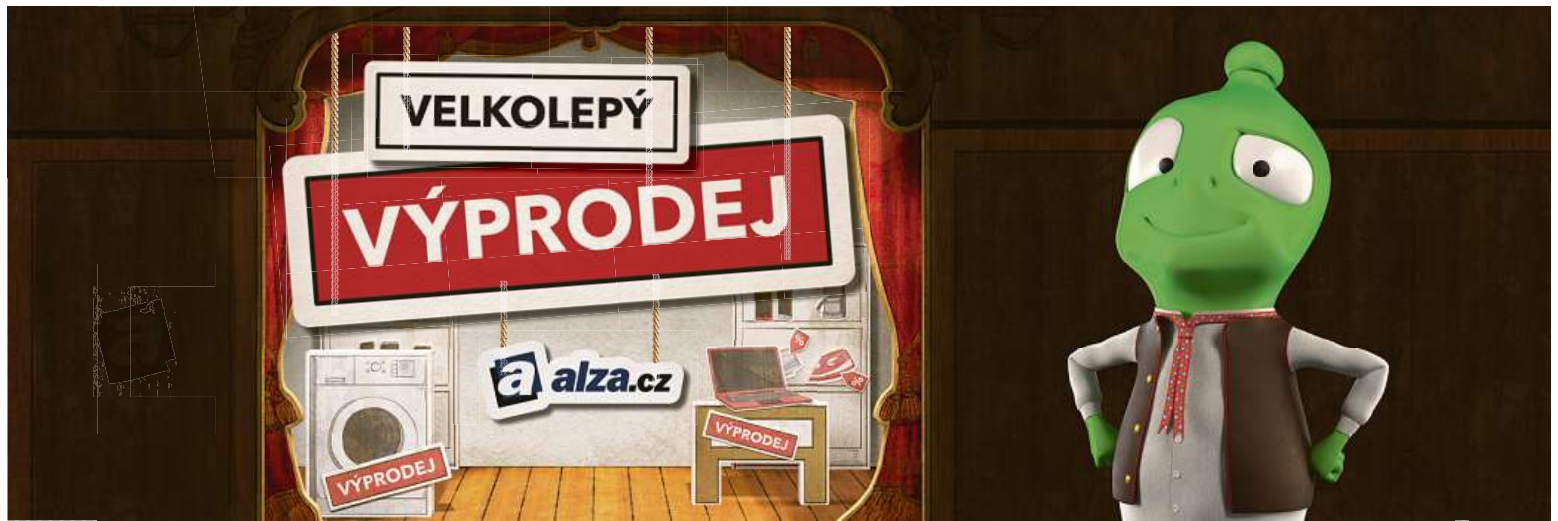
INZERCE



NEZAPOMEŇTE,

**JSME I ONLINE.
METRO.CZ**

metro



Splní s vámi všechny výzvy

AMAZFIT

Amazfit Bip U Black

Chytré unisex hodinky s měřením tepu
Analýza spánku a stresu i okysličení krve
Více než 60 sportovních režimů
Vodotěsné do 50 m, výdrž až 9 dní



Podlehnete vůni květin

ck
Calvin Klein

CALVIN KLEIN Eternity EdP 100 ml

Jemná parfemovaná voda pro ženy
Vůně ambry, jasmínu a mandarinek
Doplněno květinovými tóny růží a lilí
Na pokožce se rozvine a dlouho vydrží



Hry i tabulky dává s přehledem

Lenovo Yoga Slim 7 14IIL05 Slate Grey kovový

Procesor Intel® Core™ i5-1035G4
14" Full HD displej, RAM 8 GB, SSD 512 GB
Intel® Iris Plus Graphics, Windows 10 Home
Výdrž až 15 hodin, podsvícená klávesnice



O čem bude dnešní vlog?

SONY

Sony CyberShot DSC-WX350 bílý

Kompaktní digitální fotoaparát
20x optický zoom, 18,2Mpx snímač Exmor R
Objektiv Sony G, obrazový procesor BIONZ X
Full HD video s aktivní optickou stabilizací



Vstupte do nové reality

oculus

Oculus Quest 2 (256 GB)

Brýle pro virtuální realitu se 2 ovladači
RAM 6 GB, 8K video, podpora HDR10+
Vestavěné reproduktory s podporou 3D audia
2 samostatně fungující 90Hz obrazovky



Zaměstná ruce, potrápí hlavu

TM
TOYS

Rubikova kostka sada Klasik (3 x 3 x 3 + přívěšek)

Oblíbený hlavolam v sadě klasické a mini verze
Mini kostka s úchytem na klíče či batoh
Obě varianty kostky v provedení 3 x 3 x 3
Lehký plast s lepenými barevnými políčky



Více na [alza.cz/velkolepy-vyprodej](https://www.alza.cz/velkolepy-vyprodej)

Kup na www.alza.cz nebo volej 225 340 111

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 19. 1. 2021 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na www.alza.cz/reklama. Aktuální ceny najdete vždy na www.alza.cz.