

„ROCK FOR PEOPLE
UŽ HRAJE PRVNÍ LIGU“

DENÍK METRO VYZPOVÍDAL ŠÉFA FESTIVALU MICHALA THOMESE STRANA 10

metro

PRAHA

Středa
19. dubna 2023

Č. 75
www.metro.cz

Svátek slaví: Rostislav

mojemetro | denikmetro

INZERCE



Praktiky na vesnice může poslat i brigáda

Mladí lékaři. Praxe u obvodáka může rapidně změnit pohled na medicínu, říká studentka medicíny. **Staň se praktikem.** Projekt může změnit rušení ordinací mimo velká města. **Odborníci.** Stále jich ubývá STRANA 11



Stovky vojáků v noci na úterý v Londýně nacvičovaly vojenský průvod, který bude součástí ceremonií při korunovaci krále Karla III. Více čtěte na straně 12. AP

INZERCE



EROTICKÝ
VELETRH
by
Satisfyer

20.-22. 4. 2023

PVA EXPO Praha



Kupujte nejlevnější
vstupenky v předprodeji na
www.ErotickyVeletrh.cz



„Kvůli postoji pošty bylo jednání k ničemu“

Lidé v průměru využijí pobočku dvakrát do měsíce a na přepážce průměrně stráví tři minuty, tvrdí statistika.

Česká pošta odmítla žádost vedení Prahy 8 zachovat dvě ze čtyř poboček chystaných ke zrušení. Zástupci České pošty odmítli i návrh Prahy 3 nerušit pobočku na Jarově.

V Praze 8, která patří k nejrozsáhlejším a nejlidnatějším částem, je nyní devět poboček a v Praze 3 šest. Pošta již odmítla návrh zachovat pošty i dalším radnicím. Podnik chce od července kvůli úsporám zrušit v celé zemi 300 poboček. V metropoli to je 35 ze 106 pošt. S rušením nesouhlasí většina pražských starostů, jejichž části se plán České pošty týká.

Radnice Prahy 8 chtěla zachovat poštu v Čimicích a v Karlíně. „Jednání bylo kvůli

li postoji zástupců pošty vlastně k ničemu. Tedy kromě „vysvětlení“, že je to dáno tragicou finanční situací pošty. Návrhy a argumenty byly odmítnuty s tím, že počet rušených poboček je již schválený a nezměnitelný. Ze strany pošty bylo nakonec řečeno, že jde o její zodpovědnost a nutné manažerské rozhodnutí,“ okomentoval jednání starosta Prahy 8 Ondřej Gros.

Ten kritizuje také způsob komunikace pošty. „O chystaném tahu nebyla nejen schopna včas informovat samosprávu, ale na přímý dotaz v březnu dokonce nedokázala žádné informace poskytnout. O celé podobě rušení poboček se tak vedení měst a obcí dozvědělo strohým sdělením 31. března ráno. Bez jakékoliv předchozí diskuse, direktivně a od stolu,“ uvedl Gros.

Zůstane jen jedna

O čtyři z pěti poboček přijde Praha 3. Její vedení argumentovalo tím, že pro 80 tisíc obyvatel nemůže fungovat pouze jedna pobočka v Olšanské ulici. Navrhla proto za-

chovat tu na Jarově. Přestože zástupci pošty po společném jednání podle mluvčího Prahy 3 Jiřího Hannicha slíbili, že návrh promyslí, nyní jej zamítli. Pobočka v Olšanské bude pro změnu rozšířena o dvě přepážky na 13.

„Podle statistik České pošty občané v průměru využijí poštovní pobočku dvakrát do měsíce a na přepážce průměrně stráví tři minuty. Vezme-li v úvahu počet obyvatel Prahy 3 a současnou provozní dobu pobočky na Olšanské, vychází nám z toho, že místo plánovaných 13 přepážek bude potřeba přibližně o deset víc. Takto poměrně zásadní disproporcii v budoucím fungování poštovních služeb pro naše občany ještě budeme chtít od České pošty vysvětlit,“ uvedl starosta Prahy 3 Michal Vronský.

Nespokojení jsou všude

Se zástupci pošty jednájí i další pražští starostové. Návrh zachování pobočky minulý týden odmítli starostce Prahy 11 Šárce Zdeňkové a setkali se i s vedením Prahy 4. Sta-

rosta Ondřej Kubín tehdy uvedl, že jim zástupci pošty sdělili, že v žádném případě nezmění počet rušených poboček, ale jsou ochotni tu kterou vyměnit za jinou. Které by ale následně měly být zrušeny, by tedy rozhodla radnice. Nechat na sebe přenést zodpovědnost pošty ale podle starosty nelze.

S poštou jednala také Praha 9, která navrhla, aby jedna z fungujících poboček, které se nemají rušit, přešla do systému Pošta Partner, kdy by se radnice podílela na jejím chodu. Cílem je předejít případnému zrušení v budoucnu. Proti rušení se postavily i ostatní radnice. Vadí jim nejen rušení poboček, ale také způsob komunikace, kdy se část starostů dozvěděla o plánech pošty z médií. Proti rušení přijala usnesení i Praha 13.

S poštou v uplynulých měsících jednalo také vedení Prahy 1. Strany se domluvily, že pošta na Malé Straně zůstane a pouze se přesune z Josefské ulice na Malostranské náměstí do bývalého infocentra, které patří radnici. **ČTK**

Číslo dne

27. 4.

Štafeta Nočních běhů pro Světlušku zamíří 27. dubna do Prahy, kde bude ve 21 hodin odstartován běh nočním městem. Akce se uskuteční v pražské Stromovce. Na výběr bude i letos z malého (2,8 km) nebo velkého (4,5 km) okruhu. Na každém z běhů bude možnost přihlásit se jako dobrovolný trasér či vyzkoušet na světluškových stáncích pomůcky pro zrakově hendikepované, simulované zrakové vady a smyslově hry i sportovní vybavení. **MET**

93

Hygienické požadavky loni nesplňovalo 93 procent vzorků ze studní v Praze. Pražské vodovody a kanalizace proto doporučují jejich pravidelnou kontrolu. Ta by měla proběhnout minimálně jednou ročně. V roce 2021 nevyhovělo 95 procent vzorků testované vody ze studní, meziročně tedy loni podíl klesl. Nejčastěji byly v loňském roce překročeny mikrobiologické ukazatele. V některých případech byly překročeny limity dusičnanů a také limity pro hodnotu zákalu a železa. **ČTK**

Krátké

Peněžité tresty

V kauze prodeje městských bytů v Praze 1 se čtyři lidé se státním zástupcem dohodli na peněžitých trestech. Zdeněk Barták přijal trest 75 tisíc korun, Jiří Janoušek, Miroslava Vlašánková, Pavel Král

pak musí zaplatit 10 tisíc korun. Všichni také musí Praze 1 zaplatit část škody v různých poměrech. Jejich dohody o vině dnes schválil Obvodní soud pro Prahu 1. Státní zástupce tvrdí, že byty v městské části byly prodávány pod cenou.

V případě bylo původně stíháno celkem 34 lidí, dva už dříve přijali tresty uložené soudem. Zbylí obvinění se proti uloženému trestnímu příkazu odvolali, jejich případ proto soud projednává v hlavním líčení. To by mělo pokračovat v květnu. **ČTK**

INZERCE

OC DBK Budějovická pořádá

BAZAR DĚTSKÉHO OBLEČENÍ, HRAČEK A SPORTOVNÍHO VYBAVENÍ (JARO, LÉTO)

**Ve čtvrtek 27. 4. od 10⁰⁰ do 18⁰⁰
ve 2. patře vedle hračkárství.**

Zájemci o prodej se můžou hlásit mailem na: marketing@dbkpraha.cz
Více info na www.dbkpraha.cz

Cena za pronájem prodejního místa:
100 Kč za polovinu dne
a 200 Kč za celý den.



Živel omezil tři přívozy

Kvůli velké vodě Praha přerušila provoz tří ze sedmi přívozů, a sice P1 ze Sedlce do Zámek, P2 z Podbavy do Podhoří a P6 z Lahoviček do Modřan. Nadále zůstávají uzavřená protipovodňová vrata na Čertovce a vyklizené náplavky. Magistrát situaci sleduje a podle aktuálního dění bude reagovat. **ČTK**

Streamy. Příležitost pro divadlo

Dejvické divadlo potřebuje nový impulz, míní budoucí ředitel divadla Lukáš Průdek. Při financování by mohlo víc využít přenosy inscenací do kin nebo zkusit získat nové dárce v krajích. Průdek, který nastoupí do Dejvického divadla v lednu, zároveň skončí po devíti letech jako ředitel Jihočeského divadla v Českých Budějovicích.

„Dejvické divadlo slaví 30 let, je možná na nějakém rozcestí. V Budějovicích jsem devět let, po nich by bylo načase zase něco změnit a já v sobě už těžko hledám motivaci,“ řekl Průdek, který je v dozorčí radě Dejvického divadla a devět let v něm pracoval jako zástupce ředitelky a vedoucí marketingu a produkce. Nyní Dejvické divadlo řídí Blanka Cichon.

Pomáhá grant města

Průdka zajímá i to, že Dejvické divadlo je obecně prospěšná společnost, a má tak jiné financování než třeba Jihočeské divadlo, jež je příspěvkovou organizací města. Dlouhodobě vyprodané Dejvické divadlo je soběstačné zhruba z 50 procent, hlavní příjem má díky čtyřletému grantu hlavního města Prahy: „Čtyřleté financování, to je sen, protože financování z roku na rok je složité. A není to napřímo každoroční debata s politiky,“ řekl Průdek.

Jako klíčové hodnoty Dejvického divadla vnímá Průdek „upřímnou“ divadelní práci, poetiku i humor, skrze který se přistupuje k vážnějším tématům. Důležitější než forma je podle něj obsah. „To vše mám rád i jako divák, je to největší hodnota toho divadla. Zajímá mě, jestli se na ten starý soubor dají nabalovat noví mladší členové a pokračovat dál v dejvickém stylu. Pak má Dejvické divadlo obrovský věhlas a je otázka managementu, co s tak věhlasným divadlem dělat,“ řekl čtyřicetiletý Průdek.

Inscenace v kině

Jako příklad zmínil, že dnes má derniéru inscenace Ucpanej systém, jež bude přenášena do kin, kde ji uvidí přes 10 tisíc lidí. V podobných streamech vidí obchod-

ní příležitosti. Míni, že kvůli snižování schodku státního rozpočtu nastanou pro kulturu těžké časy. „A Dejvické divadlo může mít náskok před ostatními divadly v tom, nakolik může být méně závislé

na veřejných prostředcích,“ řekl budějovický rodák. Jako jinou možnost, jak získat víc peněz a také zlepšit platy v divadle, vidí klub dárců, který by oslovil i sponzory v krajích.

Zakladatelem Dejvického divadla je Praha 6. V roce 2021 mělo z grantů města a ministerstva kultury 33,6 milionu korun, z darů 2,6 milionu. Má kolem padesáti zaměstnanců. **ČTK**

INZERCE

NEPORAZITELNÉ AKCE TÝDNE

NEPORAZITELNÉ AKCE TÝDNE

NEPORAZITELNÉ AKCE TÝDNE

Každý týden za Vás hlídáme nejvýhodnější zboží na trhu.

~~239,-~~ **-58 %**
99⁹⁰

Vepřová pečeně
bez kostí – v celku
chlazená, 1 kg



Milko Řecký jogurt
140 g, 100 g = 10,65 Kč,
vybrané druhy



~~21,90~~ **-31 %**
14⁹⁰

Česká chuť Máslo
82%, 250 g,
100 g = 13,96 Kč,
do vyprodání zásob
▼ 34,90 Kč*



~~59,90~~ **-41 %**
34⁹⁰

MAXIMÁLNĚ
12 ks
/den

~~207,-~~ **-22 %**
161,-

Pilsner Urquell 6pack
světý ležák, 6x 0,5 l
0,5 l = 26,84 Kč, 1 l = 53,67 Kč
▼ 161 Kč*



albert
STOJÍ ZA TO JÍST LÉPE

*Nejvýhodnější cena na trhu za posledních 30 dní.
Akce platí v prodejnách Albert od 19. 4. do 25. 4. 2023 nebo do vyčerpání zásob v jednotlivých prodejnách.

Seznam všech prodejen na www.albert.cz

NEPORAZITELNÉ AKCE TÝDNE

NEPORAZITELNÉ AKCE TÝDNE



Lukáš Průdek

ČTK

NHL v kopuli planetária? Nová technologie to umožní

Objekt ve Stromovce čeká velká rekonstrukce za 300 milionů korun.

Fanoušci vesmíru by neměli meškat. V polovině května se totiž částečně uzavře Planetarium Praha. Stávající promítací systém je už zastaralý, přestože funguje teprve čtrnáct let. Nahradiť by ho měla nová revoluční technologie. „Když to hodně zjednoduším, původní planetária byla opravdu jen přístroje, ve kterých byly destičky s dírami. Uvnitř svítila žárovka a z toho vznikal obraz hvězdné oblohy na zakřivené kopuli. Problém nastal ve chvíli, kdy se mechanismus digitalizoval. Mechanické planetarium bylo nahrazeno několika projektory. Ty jsou řízené počítači a každý z nich promítá na jeden segment kopule,“ popisuje původní technologii Jakub Rozehnal, ředitel organizace Planetum, pod níž spadá Štefánikova hvězdárna, Hvězdárna Dáblice a Planetarium Praha.

„Problém je, že ve chvíli, kdy promítnete cokoli jiného než hvězdy, vznikne odražené parazitní světlo, které obraz degraduje. Projektční plátno je bílé a zakřivené, odraz naproti vždy obraz potírá, a tím pádem je málo kontrastní. Navíc projektory nejsou úplně totožné a každý stárne jinak rychle. Technologie, kterou chceme nainstalovat, je na projektorech nezávislá. Nepůjde totiž už o promítačku a plátno. Celá kopule

Patří k největším

Planetarium Praha bylo postaveno podle návrhu architekta Jaroslava Fragnera a veřejnosti zpřístupněno 20. listopadu 1960.

- Vůbec poprvé bylo Velké Zeissovo projekční planetarium představeno veřejnosti na veletrhu v Lipsku v šedesátých letech 20. století. Výstavu navštívili i bratislavský a pražský primátor. Oba přímo na výstavě podepsali smlouvu na dodávku dvou přístrojů v hodnotě 10 milionů Kčs. V Praze planetarium vzniklo, v Bratislavě ale ne.
- Jeho kopule je jedna z největších na světě, v průměru měří 23,5 metru. MET

bude nově tvořena LED panely se zhruba 50 miliony diodami. Obraz bude neuvěřitelně kontrastní. Na 2D ploše vytvoříme iluzi 3D prostoru,“ popisuje novou technologii Rozehnal.

Podle něj rozdíl nyní a po rekonstrukci pozná i laik. „Kromě kvality obrazu se významně posune i vlastní zpracování obrazu. Počítáme s tím, že na kopuli bude možné v reálném čase promítat jakýkoliv stream. Není problém strčit kameru na U-rampu, na které se jezdí závody ve snowboardu, nebo ji dát na hokejový stadion, kde se hraje finále NHL. Díky naší projekci se dostanete opravdu přímo na kluziště,“ slibuje ředitel organizace Planetum.



Jakub Rozehnal před pražským planetáriem.

METRO

Minimálně do prázdnin chce mít pražské planetarium alespoň částečně otevřeno (viz box vpravo). Lidé mohou zajít například do Simulatoria, kde jsou instalovány simulátory různých kosmických i jiných vzdušných dopravních prostředků. Závěci tu najdou například simulátor stíhačky L 39 nebo si zde mohou vyzkoušet přistát s raketoplánem. „Simulatorium chceme nechat i nadále o víkendech otevřené,“ upřesňuje Rozehnal.

Jak to bude vypadat v planetáriu na podzim, zatím není úplně jasné. Stavební práce budou produkovat hluk a prach. Jestli objekt otevře například pro školy, by mělo být zřejmé o prázdninách. „Nicméně zájemci o vesmír

nemusejí propadat beznaději. Otevřeny jsou nadále obě naše hvězdárny, větší na Petříně a menší v Dáblících. Na pozorování jsou vhodné obě,“ zve do dalších objektů organizace její ředitel.

Toho překvapilo, že je o planetáriu v posledních týdnech nebyvalý zájem. „Návštěvnost narostla velmi prudce. Spíš bych očekával, že si lidé naopak budou chtít počkat a dorazit až do zmodernizovaného planetária. To bude, a to slibuji, mnohem lepší,“ říká Rozehnal a dodává: „Nejspíš u velkého nárůstu návštěvnosti hraje roli i pocit nostalgie. Spousta lidí mi říká, že v planetáriu byli naposledy se školou. Tuhle větu bych ale rád už za pět let nikdy neslyšel.“ MAH

Už jen pár týdnů

Větší část planetária ve Stromovce se má návštěvníkům kvůli modernizaci na zhruba rok uzavřít 14. května.

- Ještě ale během června může veřejnost o víkendech některé části objektu navštívit. Pokud do planetária chcete do prázdnin vyrazit, ověřte si otevírací dobu na webu www.planetum.cz.
- Současný projekční systém byl v planetáriu nainstalován v roce 2009 a je už na konci životnosti. Rekonstrukce čeká i celý sál včetně jeviště a hlediště, rozvodů a vzduchotechniky. MET

INZERCE

NÁBOR

DO MLÁDEŽNICKÉ AKADEMIE SK SLAVIA PRAHA

**20. DUBNA OD 17:00
V HORNÍCH MĚCHOLUPECH**

SLAVIA



Holubi se stěhují na venkov

Jeden dobře vykrmený pták vyprodukuje ročně několik kilo trusu.

S holuby v posledních letech bojují snad všechna větší města. Ptákům se v centrech a na sídlišťích líbí zejména proto, že mohou využívat zázemí vyšších domů a snadněji si zde obstarají potravu. Holubi představují nejen riziko pro samotné budovy a historické památky, které ničí svým trusem a zobáky, ale také v podobě infekčních nemocí, které mohou přenášet. Jedná se hlavně o salmonelózu nebo vysoce nakažlivé ptačí chlamydie. Zdraví nebezpečné jsou však i různé alergie, které způsobují roztoči, prach a trus.

Pozor na alergie

Holubi, nebo okřídlené krysy, jak se jim mnohdy přezdívá, si zvykli na přítomnost lidí, takže jim nedělá sebelepší problém pohybovat se



Opeřenci mění kvůli rekonstrukcím svá bydliště.

v jejich bezprostřední blízkosti. „Lidé často holuby krmí a považují je za roztomilé, ale zapominají, že tyto ptáci přenášejí celou řadu infekčních nemocí, například salmonelózu, ptačí tuberkulózu či ornitózu, která se též nazývá ptačí chlamydie a je pro člověka vysoce nakažlivá a projevuje se jako úporný zápal plic, kterého se velmi těžko zbavuje,“ varuje Lukáš Rom ze společnosti Kärcher.

Holubi přenášejí i nebezpečnou klíšťovou encefalitidu nebo toxoplazmózu, která

ohrožuje hlavně těhotné ženy. Zapomínat bychom neměli ani na výskyt parazitů, kteří mohou sát krev na člověku. Mezi nejčastější zástupce patří štěnice ptačí nebo klíšťák holubí. Také při kontaktu s trusem může dojít k alergické reakci, která se projevuje nejčastěji zánětem sliznice a očí.

Populace ubývá

Přestože se v Praze setkáváme s holuby téměř na každém kroku, je jich rok od roku méně. „Pražská populace holubů se v posledních de-



Na domech dokáží napáchat velké škody.

2x ASPEN

setiletých spíše snižuje,“ uvádí Lukáš Viktor z České společnosti ornitologické. „Kvůli rekonstrukcím a opravám starší zástavby v centru metropole se zdvočetnil domácí holubi přesouvají na panelovou zástavbu velkých sídlišť na vnějších okrajích města. Nacházejí zde nové hnízdní příležitosti a na polích v okolí i dostatek potravy,“ vysvětluje Viktor.

Přesto jich je stále dost na to, aby napáchali spoustu škod. Podle odborníků dokáže jeden dobře krmený holub vyprodukovat i několik kilo-

gramů trusu ročně. Kromě škod na fasádách domů a památkách, na které působí jejich chemicky agresivní trus a poškozují je, tak fasády devastují svými zobáky, když z nich vyzobávají vápno a kamínky.

„Holubi agresivním trusem znečišťují okapy, okenní římsy, balkony, fasády domů, chodníky, sochy a jiné kulturní památky,“ komentuje Rom. Podle něj je potřeba k čištění přistupovat velmi šetrně, aby nedošlo k poškození památky a zároveň se povrchy zbavily virů. **MET**

Bez kamínků se neobejdou

Městské populace zdvočetnilých holubů se skládají z potomků holuba skalního (*Columba livia*), žijícího v západní a jižní Evropě, severní Africe a Přední Asii.

• Potrava holubů se během roku proměňuje. Hlavní složkou jsou semena obilovin, luštěnin a směsek v době jejich setí a sklizně, dále též různé odpadky, zbytky lidské potravy a hmyz. Holubi potřebují i takzvaný grit, což jsou drobné kamínky, které jim pomáhají ve svalnaté části žaludku

potravu rozmělnovat. Způsobují proto obrovské škody na budovách, protože vyzobávají vápno a drobné kamínky z malty spojující střešní krytinu a z omítek.

• Jeden holub vyprodukuje průměrně za rok 10 až 12 kilogramů trusu, který rovněž ničí fasády domů a sochy.

• Zároveň je zdrojem mikrobů, plísní, parazitů a alergenů. Z alergologického hlediska jsou holubi významným zdrojem roztočů. **ULÉKÁŘE.CZ**

INZERCE

pojd'te pracovat na nejkrásnější místa v praze

Hledáme desítky nových spolupracovníků a stálých brigádníků!

Staňte se kustodem, pokladní/m, průvodcem/kyní na Staroměstské radnici, Petřínské rozhledně, Prašné bráně a dalších krásných památkách.

Pošlete nám životopis na brigada@prague.eu a my se s vámi domluvíme na pozici, která by vám nejvíce vyhovovala.

S láskou pečujeme o pražské věže a udržitelný cestovní ruch.



Ptáci okupují i vnitřní prostory hlavního nádraží v Praze.

MAFRA



prague
city tourism



ČTK

Odešli. Matěj a Janette

V Berouně uhynul medvěd Matěj, z původní trojice medvědů známých z populárního večerníčku Méďové tak zbyl jen Kuba. Matějovi bylo 23 let a v posledních dnech mu nebylo dobře. Ošetřovatelka ho našla ráno bez známek života. Nejpravděpodobnější příčinou bylo selhání některého z orgánů. Špatnou zprávu mají také z brněnské zoologické zahrady. Tam museli utratit 21letou žirafu Janette. Začala mít zdravotní problémy. „Méně žrala, hůře chodila a začala ztrácet na váze. Poslední týden už ani nemohla chodit do výběhu. Její stav se o víkendu rapidně zhoršil. Velmi málo pila a žrala, potravu nebyla schopná udržet, přestala chodit, popsal mluvčí zoo Michal Vaňáč. ČTK

S novými auty do sněhu

Technika pracovníků Správy a údržby silnic Plzeňského kraje je stále v pohotovosti. Sypače například vyjízděly na Šumavě o minulém víkendu, kde napadl mokrý těžký sníh. Firma včera dostala osm nových nákladních vozidel pro letní i zimní údržbu. ČTK

Prestižní cena pro Vysoké Mýto

Historickým městem roku 2022 se stalo město z Pardubického kraje.

Sdružení historických sídel Čech, Moravy a Slezska a ministerstvo kultury a pro místní rozvoj ocenily Vysoké Mýto titulem Historické město roku 2022. Cena je odměnou za nejlepší využití peněz na obnovu památek z programu ministerstva kultury. Jedná se o ocenění nejlepší uplatnění dotací z programu mi-

nisterstva kultury regenerace městských památkových rezervací a zón. V programu se na opravy sdržují peníze státní, obecní i od vlastníka.

Starosta vítězného města František Jiráský připomněl, že památky se musejí nejen opravovat, ale že je také třeba, aby žily. „Myslím, že ve Vysokém Mýtě se nám daří naplňovat historické město životem,“ uvedl. Na dotaz, zda mají ve městě rozmyšleno, kam získaný milion korun investují, odpověděl, že město by bylo schopné na péči o památky uplatnit milionů i deset. „Ale napadlo nás

cestou sem, že pokud by to vyšlo, uděláme novou fasádu na našem Šemberově divadle,“ doplnil.

Krajskými vítězi soutěže o titul Historické město roku 2022 byly vedle hlavního vítěze ještě České Budějovice, Horažďovice, Cheb, Jablonec nad Nisou, Jemnice, Jičín, Kolín, Lomnice, Praha 1, Příbor, Šternberk, Valašské Meziříčí a Žatec. Každé město získalo odměnu 100 tisíc korun. Svou cenu a odměnu ve stejné výši udělilo ještě ministerstvo pro místní rozvoj také městům Valašské Meziříčí a Žatec. ČTK

E-úředníci. Už je začali testovat

Zjednodušit vyřizování poplatků za psy či odpad, vydávání průkazů nebo komunikaci s policií by měly chytré samoobslužné kiosky pro samosprávy. Přístroje podobné bankomatům mají lidem v obcích umožnit podávat žádosti, hradit platby nebo nalézt informace, aniž by museli dojet na úřad. Takzvané e-úředníky představili zástupci Svazu měst a obcí, policie a České spořitelny. Pilotní provoz samoobslužných kiosků by podle ředitele veřejného a neziskového sektoru České spořitelny Pavla Kváše mohl začít v posledním čtvrtletí letošního roku. Banka plánuje chodit, popsal mluvčí se pohybuje kolem milio-

nu až 1,5 milionu korun podle vybavení, obcím zpočátku pronajímat. ČTK

Stačí mít hodinky

Nový samoobslužný terminál už koncem března zprovozní úřady Prahy 1.

- Obyvatelé nejbohatší městské části v Česku zde mohou uhradit správní poplatky pomocí platební karty, telefonu nebo chytrých hodinek.

- V České spořitelně věří, že spuštění terminálu se stane zásadním krokem v digitalizaci státní správy. MAP

Krátce

Ochrana nebude

Piráťům se nepodaří zlepšit zákon o ochraně oznamovatelů o pochybení, ke kterému dochází v práci v soukromé nebo veřejné společnosti, organizaci nebo úřadu. Nepodařilo se jim získat podporu koaličních partnerů pro zavedení ochrany pro anonymní oznamovatele. Podle šéfa pirátských poslanců Jakuba Michálka to znamená významné oslabení současné praxe, kdy část oznamovatelů vystupuje anonymně, k problému jsou ochotni vyjádřit se až po zahájení prověřování podání. Zákon by měl ochránit zejména oznamovatele například před propuštěním, snížením mzdy a podobně.

Proti koloběžkám

Sdílená kola letos v Novém Boru na Českolipsku nebudou, záměr nezískal velkou podporu u místních v anketě. Mezi nesouhlasnými stanovisky převážil názor, že by se kola povalovala po městě, případně že jejich pořízení je s ohledem na rozlohu města zbytečné. Liberecký kraj letos připravil na podporu sdílených kol nový dotační program. Ten počítá s napojením systému sdílených kol na nový odbovovací systém veřejné dopravy s cílem usnadnit lidem cestování. K záměru do zapojit se do systému se podobnou formou vyjádří také lidé v Trutnově nebo České Lípě. ČTK

INZERCE

PREMIUM KUPÓÓÓÓÓÓN

MÖBELIX

Sleva 1500 Kč
při nákupu nad 5000 Kč

PRO ZÍSKÁNÍ KUPŮNU SI STÁHNĚTE APLIKACI

VÍCE INFORMACÍ O PRÉMIOVÝCH KUPŮNECH NAJDETE

WWW.ELKUPON.CZ

Portmonka

Byty - poptávka

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

BYT/ DŮM POPTÁVKA

s přátelky hledáme ke koupi byt a rodinný dům v Lounech, případně v dojezdové vzdálenosti do Loun. V jakémkoli stavu.

Děkujeme za případnou nabídku. Tel: 731 117 381

- **IHNED ZAPLATÍM**, koupím byt, dům. Nabízím zdarma možnost dožití seniorů, případně uhradím. Slušné jednání, právní servis. Děkuji J. Jurdová 725805115

- **VYKUPÍME IHNED** do investičního firemního portfolia byt v osobním vlastnictví v Praze. Právní servis pro Vás zdarma. Děkuji za nabídku. Tel: 602212121

Vzácné druhy. Jsou v ohrožení

Vědci z českobudějovického Biologického centra Akademie věd ČR požadují, aby Jiřícká nádrž v Novohradských horách získala zvláštní status ochrany. Upozorňují na to, že soukromý majitel ji pronajímá pro komerční rybolov. Vyžadují se tam nepůvodní dravé ryby, které decimují vzácné stěvle potoční. „To, že je tato horská rašelinná nádrž vedena jako obyčejný rybník, je těžko pochopitelné, neboť v kontextu jejího povodí a oživení ohroženými druhy ryb to vůbec neodpovídá realitě,“ uvedl ředitel hydrobiologického ústavu Akademie věd ČR Jiří Peterka. ČTK

DÁMSKÉ OKÉNKO

KOMERČNÍ SDĚLENÍ

Zalijte vlasy,
ať hustě
rostou!



HUSTÉ
SLOŽENÍ,
HUSTÝ
VÝSLEDEK



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

Sérum **Vlasové hnojivo** představuje koncentrovanou péči o slabé a řídké vlasy s tendencí vypadávat. Jeho složení spojuje účinky kofeinu a komplexu Hustoplex™ do mimořádně koncentrované bezoplachové péče. Díky tomu sérum zajišťuje rychlý a výrazný nástup účinku i při problémech s intenzivním vypadáváním, řídnutím a oslabením vlasů.

Vyzkousejte také Vlasové hnojivo ve formě tablet či šamponu, kolagenový drink Pleťové hnojivo nebo sérum Rásové hnojivo. K dostání v lékárnách a na www.VlasoveHnojivo.cz.

Krásná a zdravá ňadra

Ženské poprsí je symbolem ženskosti a smyslnosti. Kromě touhy po dokonalé siluetě je důležité myslet také na celkové zdraví ňader. Mějte vše, po čem toužíte – plná, pevná a celkově zdravá prsa!

Váš sen se stane skutečností díky jedinečnému doplňku stravy **Decolen Forte**. Přírodní složení ze semen vinné révy, chmelu otáčivého, sóji a extraktu ze Inu setého, chrání a podporuje zdraví prsní tkáně. Navíc má pozitivní vliv na plnost, pevnost a celkové zdraví prsou a pomáhá snížit negativní účinky hormonální nerovnováhy. K dostání v lékárnách.

Opět ideální figura Chytře na redukční dietu!

Toužíte dosáhnout ideálních křivek, ale přesto se odmítáte vzdát všech svých neřestí? Zkuste to tentokrát jinak. Prozradíme vám efektivní a osvědčený recept, jak dosáhnout své vysněné postavy.

Přibližte se ke svému cíli díky přípravku **UniLakt skořice**. Obsažená rozpustná vláknina na sebe váže vodu, tím v trávicím traktu nabobtná a navodí pocit sytosti, a proto je nepostradatelná při redukčních dietách. Tento jedinečný doplněk stravy navíc obsahuje probiotickou kulturu, nerozpustnou vlákninu a řasu chlorellu, které napomáhají k upravení trávení a zažívání. Dále i skořici, jež podporuje odbourávání tuků a rovněž usnadňuje trávení. UniLakt žádejte v lékárnách či zdravých výživách.



V PODOBĚ TABLET NEBO SYPKÉ SMĚSI!

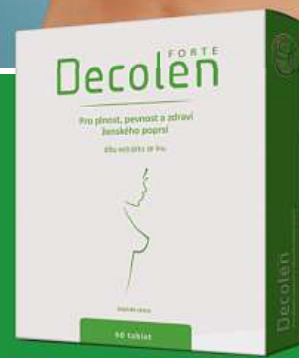


Nohy spoutané otoky?

Uvolněte nohy ze zajetí otoků, křečových žil a těžkosti. Dopřejte si pocit lehkých a svěžích dolních končetin. Ulevte nohám konopím!

Konopné mazání **Venosil** s chladivým efektem poskytuje okamžitou úlevu a osvěžení pro nohy bez otoků, křečových žil, metliček nebo pocitů těžkosti. Venosil obsahuje unikátní kombinaci konopného oleje a jedle sibiřské doplněnou o rutin, kostival, arniku, fenykl, řepík, mátu a měsíček. Dlouhodobá péče a jemná masáž nohou Venosilem přispívá ke zmírnění obtíží a celkově lepšímu stavu dolních končetin.

Konopná úleva pro vaše nohy je dostupná v lékárnách a zdravých výživách také jako sprej s aplikací bez nutnosti roztírání.



Čeští turisté míří na jih republiky

Česku chybí hosté z ciziny. Ti domácí vyrazí na řeky nebo s karavanem.

Dovolenou v Česku si letos na jaře dopřeje asi 58 procent Čechů. Nejčastěji navštíví Jihočeský, Středočeský a Jihomoravský kraj. Vyplývá to z průzkumu agentury CzechTourism. Na jarní dovolené lidé plánují strávit přibližně týden, proti loňsku o 1,5 dne méně. Stoupla očekávaná útrata za osobu, a to o 310 korun na 6148 korun.

„Pevně věřím, že jarní sezona bude dobrá. Po letech strádání s covidem věřím, že se v Česku letos objeví i zahraniční turisté, a to nejen z Evropy, ale také z Asie, kteří tady chyběli. K tomu by například mělo pomoci i nové letecké spojení do Soulu,“ říká

ředitel CzechTourismu Jan Herget. Na dovolené budou Češi především odpočívat a lehce sportovat. Nejčastěji zařadí procházku, túru, vodní sporty nebo návštěvu akvaparku. Asi čtvrt z deseti Čechů má podle průzkumu zkušenost se sjížděním řek. K nejoblíbenějším v ČR patří Bečva, Berounka, Jizera nebo Labe, uvedla agentura. „Letos se v Česku otevřelo 15 přístaňů,“ tvrdí a dodává, že po postupně otevřené potenciál Česka i pro říční lodní dovolenou,“ tvrdí a dodává, že po markantním zdražování ubytování v minulém roce kvůli cenám energií se letos ceny budou stabilizovat. Na zájem turistů se aktuálně připravují například kempy. Ty se zároveň snaží přizpůsobit novým trendům, jakými je například glamping, tedy kempování s komfortem hotelových služeb, nebo karavanning. **ČTK**

Do málo známých míst

V Česku jsou na letošek pro turisty připraveny desítky tisíc kilometrů pěších nebo cyklistických tras.

- Deník Metro a jeho magazín dlouhodobě představují málo známá místa, které nejsou v hledáčku masivního turismu.
- Jedná se především o sever Moravy, Ústecko a Karlovarsko. Největším letošním tahákem bude podle deníku Metro město Zatec, které se podruhé pokusí své chmeleřské památky dostat na prestižní seznam světového dědictví UNESCO. Leží v oblasti známé pěstováním vynikajícího aromatického chmele. Velmi zajímavé jsou také Krušné hory a jejich chráněné hornické oblasti. **MET**

Krátce



MLADÍ V SOUŽÍ. ŠLO O RYCHLOST A PREZÍZNOST. **ČTK**

Uční závodili v rychlosti oprav

Dvoučlenné týmy učňů druhých a třetích ročníků ze šesti středních škol v ČR soutěžily v Plzni v rychlosti a kvalitě opravy pračky a kávovaru s nasmulovanou závadou a v práci s technickou dokumentací. Šlo o první ročník projektu Naučíme vás to opravit, který řeší akutní nedostatek servisních techniků a opravářů elektrospotřebičů na českém trhu. **ČTK**

Babiš. Omlouva za udavače, psychopata prošel

Šéf hnutí ANO Andrej Babiš se omluvil senátorovi Lukáši Wagenknechtovi za výroky, že je udavač a tím, kdo připravil Česko o 800 milionů korun. Podle rozhodnutí soudu se nemusí omlouvat za označení Wagenknechta jako „psychopata“. Soud to odůvodnil tím, že označení „psychopata“ je přípustným hodnotícím soudem. **ČTK**

INZERCE

mediální skupina **mafra**



Pro posílení našeho úspěšného týmu hledáme:
kolegu / kolegyni na pozici

Mzdová účetní

Vášim hlavním úkolem bude:

Komplexní zajištění mezd zaměstnanců,
Tvorba analýz a reportů – využívání MS Excel,
komunikace se státními institucemi.

Místo výkonu práce: Karla Engliše 11, Praha 5.

Očekáváme:

Praxi ve mzdovém účetnictví min. 1 rok,
Znalost MS Office na velmi dobré úrovni,
Spolehlivost, důslednost, diskrétnost a vstřícnost,
Zájem pracovat v týmu,
Komunikativnost - poskytování poradenství zaměstnancům.

Nabízíme:

zajímavou práci na zaměstnanecký poměr, moderní pracovní prostředí s výbornou dopravní dostupností, přátelský kolektiv, zajímavé platové ohodnocení, 5 týdnů dovolené, stravovací příspěvek, mobilní telefon, notebook, příspěvek na penzijní připojištění, slevy od obchodních partnerů, zvýhodněné předplatné, volné vstupy do ZOO a mnoho dalšího.

Kontaktní osoba: Barbora Vavřinová
+420 734 517 421
barbora.vavrinova@mafra.cz

Pokud Vás naše nabídka oslovila, zašlete nám svůj strukturovaný životopis s průvodním dopisem na uvedenou emailovou adresu.

MAFRA, a. s., personální útvar, Karla Engliše 519/11,
150 00 Praha 5 - Smíchov. Název pozice, o kterou se ucházíte, uveďte prosím do předmětu e-mailu Barbora.Vavrinova@mafra.cz.

DNES
LIDOVÉ NOVINY
iDNES.cz
metro
LIDOVKY.cz
ÓČKO
mafraprint.
5+2

mediální skupina **mafra**



Pro posílení našeho úspěšného týmu hledáme:
kolegu / kolegyni na pozici

Telefonní prodejce pro předplatné

Vášim hlavním úkolem bude:

Prodlužování předplatného stávajícím klientům,
Prodej předplatného novým klientům,
Obchodování s kvalitními produkty.

Místo výkonu práce: Tiskařská 625/2, Praha 10.

Očekáváme:

Dobré komunikační schopnosti v českém jazyce,
Uživatelskou znalost práce na PC,
Spolehlivost a důslednost,
Schopnost být týmovým hráčem,
Proaktivní přístup.

Nabízíme:

zajímavou práci na zaměstnanecký poměr, stravovací zařízení přímo v budově, Multisport karta, práce pouze ve všední dny (od 8:00 do 16:30), 5 týdnů dovolené, stravovací příspěvek, mobilní telefon, notebook, příspěvek na penzijní připojištění, slevy od obchodních partnerů, zvýhodněné předplatné, volné vstupy do ZOO a mnoho dalšího.

Kontaktní osoba: Barbora Vavřinová
+420 734 517 421
barbora.vavrinova@mafra.cz

Pokud Vás naše nabídka oslovila, zašlete nám svůj strukturovaný životopis s průvodním dopisem na uvedenou emailovou adresu.

MAFRA, a. s., personální útvar, Karla Engliše 519/11,
150 00 Praha 5 - Smíchov. Název pozice, o kterou se ucházíte, uveďte prosím do předmětu e-mailu Barbora.Vavrinova@mafra.cz.

DNES
LIDOVÉ NOVINY
iDNES.cz
metro
LIDOVKY.cz
ÓČKO
mafraprint.
5+2

Minimální důstojná mzda? V Praze téměř 43 tisíc korun

Češi často pracují pod hranicí příjmu, které jim umožní klidněji žít.

Minimální důstojná mzda za práci na plný úvazek tak, aby pokryla potřeby dospělého s dítětem, volný čas i menší spoření, loni v Česku dosáhla

40 912 korun hrubého. V Praze činila 42 776 korun, zejména kvůli vyšším nákladům na bydlení v hlavním městě. Uvádějí to zástupci platformy pro minimální důstojnou mzdu. Upozornili, že na minimální důstojnou mzdu, která podle platformy představuje odměnu za práci za běžnou pracovní dobu, nedosáhne 63 procent pracovních úvazků. Před dvěma lety činila mi-

nimální důstojná mzda v regionech 31 146 korun, v Praze 36 717 korun. Nárůst v uplynulém roce způsobila zejména vysoká inflace, když nominální mzdy rostly pomaleji než spotřebitelské ceny. Pod úroveň minimální důstojné mzdy se tak ocitlo o 800 tisíc pracovních úvazků víc než v roce 2021. Minimální důstojná mzda se dostala na úroveň průměrné mzdy, kte-

rá loni v ČR činila 40 353 korun. Zákonem stanovená minimální mzda loni byla 16 200 korun, letos se zvýšila na 17 300 korun. „Vysoký růst cen se koncentruje v oblasti základních potřeb, které mají větší dopad na nízkopříjmové zaměstnance,“ upozornil ekonom Jan Bittner. Připomněl, že nominální mzdy inflaci nepokrývají. „Sledujeme politické tlaky, aby mzdy

nadále nerostly tak vysokým tempem, protože by údajně hrozila mzdově-inflační spirála,“ dodal. Menší než minimální důstojnou mzdu mají častěji ženy než muži. Týká se to 68 procent pracovních úvazků žen a 53 procent pracovních úvazků mužů. „Důvodem je mzdová nerovnost mezi muži a ženami, která je v Evropě nadprůměrná,“ řekl Bittner. **ČTK**

Krátce

Po stříbru tu bude skanzen

Jihlava nechala zpracovat projektovou dokumentaci pro chystaný hornický skanzen pod vrchem Rudný, kde se těžila stříbrná ruda. Příprava skanzenu pokračuje i přes loňský propad ústí šachty svatého Jiří, která bude otevřena.

Jídlo do banky

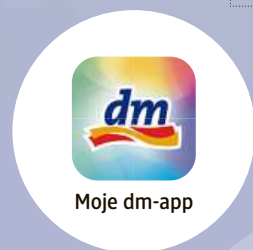
Do jarního kola celostátní sbírky potravin se lidé mohou připojit v internetových obchodech. Zboží putuje do skladů potravinových bank, které je s pomocí neziskových organizací rozdělují mezi lidi v tíživé sociální situaci. Obchody nabízejí nákup takzvaných balíčků pomoci v různých hodnotách. Šéf federace potravinových bank Aleš Slavíček řekl, že sklady potravinových bank jsou už téměř prázdné. **ČTK**

INZERCE

VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

Značka 

Dodá pleť zářivý vzhled. Chrání před škodlivými vlivy prostředí. Intenzivně hydratuje a vyhlazuje jemné linie prvních vrásek. S antioxidačním účinkem.



nyní
stáhnout

Download on the
App Store

GET IT ON
Google Play

Moje dm-app
dm.cz



Balea
pleťové sérum
s vitamínem C
30 ml

139 Kč
46,33 Kč za 10 ml

DLOUHODOBÁ CENA
od 22.02.2023 139 Kč

dm
ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

Jak se počítá?

Výše minimálního důstojného výdělku vzniká na základě aktuálních cen, jakou výši by musela mít odměna za práci za běžnou pracovní dobu, aby pracujícím a jejich domácnostem poskytla dostatek finančních prostředků k životu. Mají se z ní dát pokrýt základní náklady a také volný čas a zaplatit další důležité výdaje včetně úspor pro případ neočekávaných okolností.

- Koncept vypracovali po vzoru obdobných statistik, které jsou zveřejňovány v zahraničí. V Česku na ni pracují desítky odborníků na sociální problematiku, ekonomů, sociologů a politologů.
- „Jedním z důvodů, proč je u nás tlak na navýšení mezd nižší než jinde v EU, je naše relativně nízká odborová organizovanost. Slabou pozici pracujících umocňuje také fakt, že se u nás vyjednává převážně na podnikové a nikoli sektorové úrovni, jak to je běžné například v Německu,“ uvedla Kateřina Smejkalová z nadace Friedrich-Ebert-Stiftung. **ČTK**

Pomáhá jim

V Česku funguje mentorinový projekt DoToho!, který zdarma podporuje české malé a střední podnikatele. Nyní opět spouští obdobný projekt pro živnostníky z Ukrajiny. V ČR loni začalo podnikat 8514 Ukrajinců. Část z nich jsou lidé, kteří doma úspěšně podnikali a kvůli válce o podnikání přišli, další část chce v Česku začít od nuly. Projektem prošla dnes úspěšná kavárna Olena Žurakivská (na snímku), která si otevřela podnik v pražských Holešovicích. **ČTK**



Předběhli nás Poláci

3.

V žebříčku atraktivitu 16 zemí střední a východní Evropy je Česko pro německé investory na třetím místě za Slovinskem a Polskem. Do roku 2018 se Česko několik let drželo na prvním místě, v dalších letech až do války na Ukrajině investoři za nejatraktivnější lokalitu považovali Estonsko. Vyplývá to z průzkumu Česko-německé obchodní a průmyslové komory, který zjišťuje náladu mezi investory a manažery. **ČTK**

„Muse si prověřovali celý měsíc, zda je zvládneme“

Kulturní festival na královéhradeckém letišti Rock for People vypustil pro letošek velká jména: na historicky největší 27. ročník mají vedle Muse a Slipknot dorazit třeba i Machine Gun Kelly, Billy Talent, Hollywood Undead nebo The 1975. Během čtyř dnů 8. až 11. června má přijet až rekordních 40 tisíc lidí. „Rock for People už hraje první festivalovou ligu,“ říká deníku Metro šéf festivalu Michal Thomes.

Festival se koná v červnu, jaký je k tomu důvod?

Do června nás nasměroval minulý ročník s Green Day, o které jsme dlouhodobě usilovali. Jejich tour byla časově velmi omezená a opustili jsme kvůli nim náš tradiční červencový termín. A díky tomu jsme zjistili, že se nám v červnu mnohem lépe domlouvá i ostatní program, protože je více zahraničních kapel na turné.

Když jsme dělali rozhovor před rokem, říkali jste, že je těžké oklepat se z covidových let. Jak dopadl minulý ročník?

Z pohledu přestupu do vyšší festivalové ligy dopadl na výbornou, byli jsme vyprodáni s 35 tisíci návštěvníky. V mnoha směrech to byl rekordní ročník a spokojenost

diváků i účinkujících byla velká. Ale také jsme čelili nové ekonomické realitě, kdy ceny služeb dodavatelů výrazně nahoru, často o 30 až 50 procent. Rovněž dostupnost a kvalita služeb byly kvůli přetlaku odložených akcí komplikované, takže z produkčního pohledu to bylo velmi náročné.

Na co se letos máme těšit?

Za loňský ročník nás odborná porota European Festival Awards zařadila mezi deset nejlepších středních festivalů v Evropě, takže to bereme jako potvrzení toho, že nastavená cesta je správná, jen jsme posunuli naši laťku opět o trochu výš. Podařilo se nám domluvit silné headlinery – Muse, Slipknot, Machine Gun Kelly a The 1975, o které se mnohdy přetahujeme s těmi největšími evropskými festivaly, a širokou paletu dalších světových hvězd, jako například Papa Roach, Billy Talent, Hollywood Undead nebo Simple Plan. K tomu tradičně mnoho českých premiér zajímavých zahraničních umělců a samozřejmě i výběr z domácí scény v čele s Tata Bojs, Vypsanou fixou, Horkýže Slíže a Wahnouty. Nezapomínáme samozřejmě ani na mladé talenty, kterým dáváme prostor v rámci soutěže Rock for People Talents.

Co rozhodně nepropásnete vy osobně?

Můj osobní seznam je poměrně dlouhý a jsem zvědav, co se mi podaří stihnout. Vždycky mě baví objevování nových kapel, které jsem ještě neviděl naživo. Nenechám si ale určitě ujít vystoupení Václava Neckáře, který vystoupí v rámci našeho retro okénka, v rámci kterého do programu každoročně zařazujeme legendy české hudební scény. Jejich vystoupení mívají vždy naprosto jedinečnou atmosféru. Největší zážitek je pro mě ale vidět to, jak se lidé opravdu autenticky a svobodně baví. Atmosféra našeho festivalu je jedinečná a nejde popsat slovy, to si každý musí zažít. Je to jiný svět plný soundžitosti, kde může být každý sám sebou a spontánní.

Loni si Green Day poručili postavit vlastní kuchyni, máte letos také náročné interputy?

Vydali jsme se na cestu line-upu se světovými hvězdami, takže světové požadavky jsou součástí naší práce. Tým Muse si naši produkci přes měsíc prověřoval, jestli budeme schopni jejich obrovskou pódiovou show zajistit. Až na základě toho jsme teprve mohli začít vyjednávat ostatní podmínky. Velikost a kon-



Citát

Zjistili jsme, že se nám v červnu v mnohém lépe domlouvá program, protože je více zahraničních kapel na turné.

MICHAL THOMES, ŘEDITEL FESTIVALU

centrace velkých hvězd je letos ještě větší než loni, takže nepochybuji, že se naše produkce letos zapotí. Každá takto náročná show je ale obrovským zadostiučiněním naší celoroční práce, a když vidíme na festivalu desetitisíce nadšených fanoušků užívajících si své oblíbené interprety, víme, že naše práce má smysl.

Bude festival i letos ekologický? Loni jste například třídili všechno možné a měli vodíkový pohon.

Ano, tím, že jsme od loňského roku ve vlastním areálu – stali jsme se celoročním provozovatelem královéhradeckého prostoru Park 360 – tak máme možnost tuto linii, které se dlouhodobě věnujeme, realizovat ještě ve větším rozsahu. Opět budeme na festivalu třídít sedmnáct druhů odpadů, zálohovat kelímky a PET lahve, využívat alternativní zdroje energie, které nám slouží i k pohonu některých pódii s využitím vodíkové, solární a větrné energie a podobně.

Hitem jsou stále obytná auta, jak jste připraveni na karavanisty?

V letošním roce jsme pro festival zvětšili prostory na kempování a parkování návštěvníků o několik hektarů, takže pro karavanisty máme připraveny nové travnaté plochy, napojení na elektrický proud, nové sanitární kapacity i snídaňovou zónu. O tuto variantu je vždy enormní zájem a jinak tomu nebylo ani letos, v tuto chvíli je tedy beznadějně vyprodaná.



PETR HOLEČEK
petr.holecek@metro.cz

INZERCE

SLEDUJTE
OBLÍBENÉ POŘADY
ČESKÉ TELEVIZE

UŽ TEĎ NA
VOYO

Kukačky Dobré ráno, Brno! Dabing Street Osada

„Brigáda“ může změnit plány a nasměrovat studenta jinak

Tady vystudujeme, tady pak zůstaneme. Tak si mnozí vysokoškoláci plánují život, když nastupují na školy v Praze a velkých městech.

O životě leckdy rozhodují náhody. Když si například student lékařské fakulty vysní kariéru zubaře v hlavním městě nebo primáře ortopedie ve vyhlášené nemocnici ve velké krajské metropoli.

Scházel jí kontakt a další osudy pacientů

Ale pak stačí zprvu nezajímavá nabídka na studentskou praxi u obvodáka a naplánovaná kariéra zamíří jiným směrem. „Už na gymnáziu jsem věděla, že se chci věnovat profesi, která dává smysl a má přínos pro společnost.



Barbora Košuličová ARCHIV

Zachraňování lidských životů to beze zbytku splňovalo, takže jsem už své seminární předměty směřovala tak, abych mohla jít na medicínu,“ popisuje Barbora Košuličová, která pochází z Dubňan na Hodonínsku.

Když chodila na studentskou praxi do fakultní nemocnice, dalo jí to hodně po profesní stránce, ale chybělo jí, že neznala další osud těch, na

jejichž léčbě se částečně podílela. Změna se dostavila při absolvování stáže u Kateřiny Javorské, praktické lékařky z Nového Města nad Metují. Sama přitom o dráze praktička v začátcích studia vůbec neuvažovala, především kvůli špatným zkušenostem lidí ze svého okolí.

Její výsňemým lékařským oborem byla dětská psychiatrie. „To změnila praxe

u doktorky Javorské, která mi ukázala, jak lze k pacientům přistupovat. Také mi došlo, jak důležitá je primární péče,“ přiznává budoucí lékařka. Pokud ta bude dobře fungovat, odlehčí nemocnicím i celému zdravotnickému systému. Obzvláště ve venkovských oblastech, kde je praktik součástí místního společenství a mnohdy se stará o několik generací.

Tady málo, tady nic, tady hodně

V případě Barbory Košuličové je nutné uvést, že o změnu priorit se zasloužil projekt Staň se praktikem v Královéhradeckém kraji, jehož financování letos pro studenty páteho ročníku medicíny spustil Královéhradecký kraj ve spolupráci s Lékařskou fakultou Univerzity Karlovy v Hradci Králové.

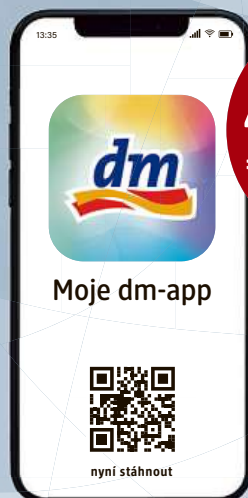
Rušení ordinací praktiků tak může podobný projekt hodně změnit. Obvodáků je v některých regionech značný nedostatek. Ukazuje to například jedna z nejnovějších analýz v několika okresech Moravskoslezského kraje. Ze zjištěných dat vyplývá, že největším problémem Moravskoslezského kraje je nerovnoměrná dostupnost praktických lékařů. V okrese Nový Jičín jich aktuálně chybí dvaadvacet, v okrese Karviná osm, v okrese Opava pět. Celorepublikový průměr je statisticky 1600 pacientů na jednoho lékaře, pokud budeme počítat jen skutečně aktivní a ordinující praktiky, mluvíme o dvou tisících,“ tvrdí Petr Žižka, člen vedení společnosti Moje ambulance.

„Myslím, že pro mě i pro celou řadu mladých lékařů je stále důležitější mít prostor i na soukromý život, práce praktického lékaře se mi v tomto směru jeví jako příjemnější než služby v nemocnicích. Vzhledem k nedostatku praktických lékařů také nemusí být složité praxi po někom převzít. Zvláště u nás na jižní Moravě bych tak pacientům ušetřila případné hledání nového doktora,“ sdílí svou motivaci Barbora Košuličová. PAVEL HRABICA

INZERCE

„Moje dm, s tebou si nákupy užívám“

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



400 BODŮ
= 100 Kč SLEVA*

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

Moje dm-app
dm.cz

dm
ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

Proti odlivu mozků

2,4

Tolik miliard korun je hodnota Mezuregionální univerzitní rady (MUR). Vznikla proto, aby si školy z celé země lépe předávaly zkušenosti. Rada chce také pomáhat regionům, aby vzdělání lidé neodcházeli do Prahy, Brna a podobně. „Nechceme naši zemi vyvíjet směrem k banánové republice, kdy hlavní centra jsou ve velkých městech a na venkově není nic,“ komentoval založení MUR její předseda a rektor Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně. IDNES.cz

Malé štěstí

Filmy o Básnících a o Štěpánku Šafránkovi, který vystudoval lékařství v Praze, ale doktorský život praktického lékaře prožil na „maloměstě“ a na vesnici, jsou příkladem, že štěstí nekveté jen v hlavním městě, ale... Data Ústavu zdravotnických informací a statistiky říkají, že 40 procent současných praktiků je starších 55 let. Do pěti až deseti let odejdou do důchodu. Lékařské fakulty nezvládnou vychovat tolik nových doktorů. A pokud vychovají, není vždy záruka, že odejdou na venkov. PH



I „vejšky“ mají málo lidí

S nedostatkem odborníků se nepotýkají jen regiony.

- Například v letech 2010 až 2020 ubylo v absolutních počtech sto tisíc studentů vysokých škol.
- Nejvíce lidí s vysokoškolským diplomem žije v Praze. Tvoří téměř čtyřicet procent jejich obyvatel.
- Nejméně vysokoškolsky vzdělaných obyvatel mají kraje Karlovarský a Ústecký. Statistiky jich evidují do 13 procent. čsů



Brzy králem

Stovky vojáků včera v noci v Londýně nacvičovaly vojenský průvod, který bude součástí ceremonie při korunovaci krále Karla III. a jeho chotě Camilly 6. května. Vojáci projeli na koních trasu od Buckinghamského paláce k Westminsterskému opatství, kterou ve slavnostní den projede i královský pár. Za Česko se akce zúčastní prezident Petr Pavel s manželkou Evou. **ČTK**



2x ČTK

Přežil recese i terorismus, přesto Fantom opery skončil

Autor muzikálu věnoval poslední představení zesnulému synovi.

Na Broadwayi v neděli skončila rekordní šňůra inscenace Fantom opery, která se v newyorském centru divadelního umění hrála nepřetržitě 35 let. Tečku za sérií udělalo představení s pořadovým číslem 13 981, při němž se před speciálně vybranými diváky sešli i členové dřívějších hereckých týmů a autor muzikálu Andrew Lloyd Webber. Večer provázely bouřlivé ovace, přípitky i spekulace o tom, že hra by se brzy mohla na Broadway vrátit v novém provedení.

Mezinárodní fenomén

Fantom opery měl na Manhattanu premiéru v lednu 1988 a produkce během následujících let přežila rece-

se, války, terorismus i změny v kultuře. Podle listu The New York Times (NYT) inscenaci vidělo 20 milionů lidí a na vstupném se vybralo přes 1,3 miliardy dolarů (28 miliard korun). Muzikál se zároveň stal mezinárodním fenoménem, jeho šňůru na Broadwayi nakonec utnul dvojí efekt inflace a slabšího turistického ruchu v návaznosti na restriktce spojené s pandemií.

Rozlučka nicméně v noci na pondělí proběhla ve velkém stylu, s přípitky šampaňským, sprškou zlatých a stříbrných konfetů či prezentacemi věnovanými hereckým hvězdám. Publikum bylo kompletně složené z pozvaných lidí včetně umělců, jako je muzikálový autor Lin-Manuel Miranda nebo herečka Glenn Closeová, a fanoušků, kteří vyhráli lístky ve speciálním losování. Představení trávající déle než 150 minut, které opakovaně přerušovaly ovace pro herce, ale i pro zná-



Vrátí se Fantom zpátky? Scéna z muzikálu.

MATTHEW MURPHY

mé rekvizity, vyvrcholilo posledním číslem za účasti skladatele Webbera, producenta Camerona Mackintoshe i bývalých herců, včetně členky původního týmu Sarah Brightmanové.

„Nemohli jsme se rozloučit lepším představením,“ řekl Webber. Večer věnoval svému synovi Nicolasovi, který před třemi týdny ve věku 43 let podlehl rakovině. „Když byl malý kluk, něco

z této hudby slyšel,“ vzpomínal umělec, který kromě Fantoma opery stojí i za dalšími muzikálovými hity včetně Jesus Christ Superstar nebo Koček (Cats).

„Je skoro neslýchané, aby se představení loučilo takto triumfálně,“ komentoval producent Mackintosh. V poslední době prý často dostával otázku, zda se Fantom opery na Broadway vrátí. „Jsem producentem přes 55 let, takže

jsem viděl, jak se všechny skvělé muzikály vracely. A Fantom je jedním z nejskvělejších,“ řekl.

Nešťastná láska

Muzikál je založený na stejnojmenném románu francouzského spisovatele Gastona Leroux z roku 1910. Hlavní hrdinkou příběhu je mladá operní pěvkyně Christine, které záhadná postava pomáhá pilovat hlasové umění v Paříži 19. století. Příběh nabírá temný rozměr ve chvíli, kdy si Fantom zvolí Christine jako svou múzu, zatímco ona se zamiluje do mecenáše umění Raoula.

Podle NYT se muzikál představil ve 45 zemích světa v 17 různých jazycích, přičemž globální tržby přesahují šest miliard dolarů. Po rozlučkovém představení v divadle Majestic Theater titul nejdéle běžící inscenace na Broadwayi přechází na Chicago, které se hraje od roku 1996. **ČTK**

LGBT+. V práci je více diskriminují

Slováci na pracovišti nejméně akceptují příslušníky komunity LGBT+ a desetina zaměstnanců má zkušenosti s různými formami diskriminace v práci. Vyplyvá to z průzkumu, jehož výsledky včera zveřejnila společnost Profesia. Sondáž zkoumala postoje pracovníků nejen k osobám komunity LGBT+, ale také ke zdravotně znevýhodněným, příslušníkům národnosti a etnických skupin, dále k cizincům, starší generaci a rodičům s malými dětmi. Jen tře-

tina zaměstnanců, kteří nemají osobní zkušenosti s komunitou LGBT+, hodnotí kladně nebo akceptuje spolupráci s touto skupinou lidí. Pozitivnější postoj k LGBT+ mají Slováci, kteří s lidmi ze sexuálních a genderových menšin už přišli do kontaktu. Do průzkumu, který se konal loni ve dvou vlnách, se zapojilo přes 4300 lidí. Téma postavení komunity LGBT+ ve slovenské společnosti ožilo loni po vraždě dvou lidí u gay baru v Bratislavě. **ČTK**

Povstání

80

Největším aktem ozbrojeného odporu Židů během holokaustu bylo povstání ve varšavském ghettu, které vypuklo 19. dubna 1943 v předvečer významného svátku Pesach. Bezprostředním impulzem k povstání se stal začátek poslední etapy likvidace ghetta, v němž tehdy žilo přibližně 60 tisíc zubožených Židů. Ti všichni měli nalézt smrt ve vyhlazovacích táborech, kam již v předchozích měsících nacisté odvezli na 400 tisíc obyvatel varšavského ghetta. **ČTK**

Krátce

Velké horko

Kvůli neúnosné vlně veder se v některých státech na východě a severovýchodě Indie tento týden zavírají školy. Děti se nebudou učit ve státech Tripura a Bangla, kde leží i velkoměsto Kalkata. Teploty, které se šplhají přes 40 stupňů, v posledních dnech hlásí i státy Ándhrapradeš, Odiša nebo Bihár. Indická vláda regionálním úřadům doporučila, aby kvůli horkům upravily pracovní dobu úředníků i dalších zaměstnanců.

Zbraně nedají

Švýcarsko činí všechno možné pro skutečné zavázání sankcí proti Rusku. Trvá ale na zákazu reexportu vojenského materiálu švýcarského původu na Ukrajinu. Včera to řekl v Berlíně švýcarský prezident Alain Berset po jednání s německým kancléřem Olafem Scholzem. Švýcarsko se sice připojilo k mnoha unijním sankcím proti Moskvě, ale čelí kritice za to, že neumožňuje třetím zemím vyvážet švýcarské zbraně a munici na Ukrajinu. **ČTK**

Vybavení domácnosti

ŽALUZIE ROLETY
VŠETKÝM VÝMĚNĚM
USPORA ENERGIÍ
SÍTĚ PROTI HMYZU
VOLEJTE IHNEJ
NEJNÍŽŠÍ CENY
777 038 001
www.gato.cz
Prodej, montáž a servis žaluzií a rolet

Práce - nabídka

• Hanzel Security hledá strážné pro administrativní budovy a bytové domy po celé Praze. Mzda od 100 – 160 Kč/hod., dle náročnosti objektu a potřebných znalostí. Požadujeme min. základní znalosti na PC. Čistý RT, zdravotní způsobilost a reprezentativní vystupování. Pro více info. volejte 774722557.

• Chcete 200 Kč/hod? Jste invalidní důchodce? Pojďte k nám uklízet kanceláře v Praze. Volejte 774510686

• Hledáme kurýry pro Prahu a okolí. Po - Pá, 8 - 18 h. Vyžadujeme perfektní češtinu. Průměrný výdělek 4500 Kč/měs. Vlastní auto nutné. Tel. 733643785

• POKLADNÍ za 150-178 Kč/hod, zaškolení, směny si volíte sami-online rezervace, Praha a okolí, zálohy druhý den. Tel.: 222534534, www.creditzech.cz

• Nabízíme 150-185,90 Kč/hod za noční/denní vybalování zboží, ONLINE REZERVAČE směn, zálohy, prodejny v Praze a okolí. Více na tel: 222534534

• Agentura PANCÉR s.r.o. přijme zaměstnance na pozici zázahová jednotka Praha (Národní muzeum) - mzda 182 Kč/hod. Možné DPP i HPP. Tel.: 800888042. E-mail: nabor@pancer.cz

• Přivýdělek v týdnu nebo na víkendy - pultový prodej lahůdek, 176,60 Kč/hod, směny dle Vašich možností, zálohy druhý den. Tel.: 222534534

• Brigáda za 176,60 Kč/hod - dopek pečiva, i BEZ PRAXE - zaškolení, zálohy, prodejny po celé Praze, s nástupem ihned. Tel: 222534534, www.creditzech.cz

• Agentura PANCÉR s.r.o. přijme zaměstnance na pozici dozorců expozic v rámci celé Prahy (objekty Národního muzea). Velmi nadstandardní mzdové podmínky. Možné DPP. Možné i pro OZP (náborový příspěvek). Tel.: 800888042. E-mail: nabor@pancer.cz

• Agentura PANCÉR s.r.o. přijme zaměstnance na pozici ostraha v rámci celé Prahy (objekty Národního muzea). Velmi nadstandardní mzdové podmínky. Možné i pro OZP (náborový příspěvek). Možné DPP i HPP. Tel.: 800888042. E-mail: nabor@pancer.cz

• Údržba zeleně - Hledáme nového kolegu do týmu provádějící údržbu zeleně a městského mobiliáře, tj. sekání trávy, prořezy dřevin, likvidace plevele, údržba vybavení parků atd. Požadujeme zkušenost s údržbou zeleně, znalosti v oboru a flexibilitu. Řidičský průkaz sk. B podmínkou. Práce na DOPP, nebo ZL, v případě spokojenosti i na HPP. Mzda 150 Kč/hod. čistého. Pracoviště Praha 5 - Radotín. Tel.: 775677833.

Jedličkův ústav a školy v Praze 2 přijme
VRÁTNÉ - nepřetržitý provoz
Kontakt: Dana Bukovská,
Tel.: 241 083 515,
e-mail: d.bukovska@jus.cz
VYUČENÉ KUCHAŘE/KUCHAŘKY + pomocné síly do školní jídelny
Kontakt: Věra Kuchtová,
Tel.: 241 083 395,
e-mail: v.kuchtova@jus.cz

ADESTRA security spol. s r.o.
Přijme nové kolegy na pozici:
STRÁŽNÍ/DETEKTIV
Nabízíme:
■ Mzda 120 – 150 Kč/hod.
■ Možnost ubytování
■ Náborový příspěvek
■ Možnost záloh - týdenní zálohy
Požadujeme:
■ Výpis z rejstříku trestů
■ Certifikát strážního výhodou
■ Spolehlivost
Kontakt:
tel.: 775 718 509
e-mail: personalni@adestra.cz
www.adestra.cz

• ÚKLID 24 přijme muže na úklid. práce v Praze. Po-Pá, 7-15 hod, DPP, 25-27 tis. Kč čistého. Osobně: Po-Pá 7.30 -10 hod., Křenova 15, P6 - Petřiny.

• Školního ekonoma/ku hledá Fakultní ZS a MŠ Praha 8-Dáblice (v dosahu Metro C-Ládví). Zájemci se mohou hlásit u ředitele školy (reditel@skoladablice.cz, tel. 601214827) nebo stávající ekonomky (ekonom@skoladablice.cz, tel. 601214828), u nich i více informací. Jsme škola s příznivou pracovní atmosférou. www.skoladablice.cz

• KOMWAG přijme závozníky, až 1000/den - výplata 1x týdně, HPP 22.000-26.000 + 13, 14 plat, strav. paušál, příspěv. na dovolenou aj. Vol. zdarma 800566924

• KOMWAG přijme Mechanika / Opraváře zemědělských strojů se znalostí hydraulických obvodů, smlouva HPP, 13.,14. plat aj., Vol. zdarma 800566924

• Kadeřníci (kadeřníka) přijmu na živnostenský list. Pracoviště Praha 6 - Řepy. Podmínkou je vyučení a živnostenský list. Tel.: 728995661

• KOMWAG přijme metaře a obsluhu Gluttonu, HPP 18.200 – 21 500 + 13, 14 plat, DPP až 1000 Kč/ den, Výplata 1x týdně, Vol. zdarma 800566924

Základní umělecká škola Praha 4 – Nusle přijme
UČITELE/UCITELKU VÝTVARNÉHO OBORU
s nástupem od 1.9.2023.
Zájemci mohou zaslat strukturovaný životopis s průvodním dopisem nejpozději do 20.5.2023
Na e-mail: lounskych129@volny.cz
Informace na telefon: 603 771 767

Náborový příspěvek 20 000 Kč!
Práce v ostraze
pro INVALIDNÍ DŮCHODCE
na různých objektech v Praze
800 111 112 m2c

Čerpací stanice TOMEGAS
Plzeňská ul., Praha 5
Přijme obsluhu na HPP
Pouze pro zájemce s invalid. důchodem / ZPS.
Mzda 30.000 - 35.000 Kč/měs.
Tel.: 727 871 595

Staňte se dárce krevní plazmy
800 Kč* za každý odběr → 1600 Kč* měsíčně → 20 800 Kč* za rok
- Pomůžete zachránit lidské životy
- Máte pravidelnou kontrolu zdravotního stavu
- Občerstvení zdarma a zajímavé dárky
Metro Hradčanská
*dle § 32 ods. 2 zákona č. 373/2011 Sb.
unicaplasma.cz
www.unicaplasma.cz
Tel.: 733 474 770

Přijmeme invalidní důchodce na pozici RECEPCE A OSTRAHA
• mzda od 110 Kč/hod.
• náborový bonus 10.000Kč, výplata denně
Tel.: 800 888 440 (bezplatná linka)
Pohovory jsou každý pracovní den od 8.00 do 12.00 hodin na adrese: Ocelářská 21, Praha 9 (Metro B - Českomoravská)

• KOMWAG přijme zahradníky, HPP 21.500-25 000, 13, 14 plat, strav. paušál, DPP až 1000 Kč/den výplata 1x týdně, Vol. zdarma 800566924

• Přijmeme pracovníka na údržbu zeleně. Křhanice – Lešany. Doprava z Prahy a zpět zajištěna. Nutná zkušenost s prací s křovinořezem a sekačkou. Možno i na živnostenský list. Volejte od 10 – 14 hod. Tel.: 602264552

• Facility společnost přijme pracovníka na denní servis/recepční na HPP na objekt ve Zlatnících - dobrá dostupnost na metro "C". Znalost ČJ nutná na úrovni B2. Čistý TR. Tel. 778762046 od 8 do 16 hod.

• Přijmeme IHNEJ na HPP pracovníka na úklid VŠ koleji v P-4. Pracovní doba 7 - 15,30 hod. Plat 19.500 - 27.500 Kč. Tel. 774771103

• OSTRAHA na stavbu v Praze, mzda 25 tis. Kč. VELITEL noční směny na vjezdové, vjezdové kamionové vrátnici, praxe vítána, mzda cca 30 tis. Kč, možnost ubytování, zálohy na mzdu. Místo pracoviště - Praha, Jazlovice, skvělá dostupnost MHD! Pro více informací volejte Š-PROFIT 608605788

• RECEPČNÍ pro ženy, po - čt, 7-19 hod. praxe vítána, mzda 25 tis. Kč. Místo Praha, Jazlovice, dostupnost MHD! Více info na Š-PROFIT 608605788

• Pomocná síla do kuchyně v O2 areně, od 150Kč/h, mytí nádobí, obsluha myčky, příprava pro kuchaře, pro fyzicky zdatné brigádníky. Kontakt: 777645771

Ostatní

SBĚRATELSKÝ KABINET
Michelská 12A, Praha 4, Michle
VYKOUPI IHNEJ ZA HOTOVÉ
odznaky, známky a staré pohlednice, staré gramofon. desky, veškeré staré mince, kapesní, náramkové hodinky, i nejdoucí, všech značek (i PRIM), starou bižuterii, český granát, nábytek do r. 1975. Šavle, bodáky a uniformy, rádia a tranzistory, vánoční ozdoby, formičky na vánoční cukroví, betlémy, housle a hudební nástroje. Kufry, textilie, veškeré nádobí, šicí a psací stroje, obrazy a grafika, lampy a lustry, hmoždíře, žehličky, konvice, lavory a umyvadla, sklo a porcelán, parožky, fotoaparáty, staré nářadí, malířské válečky, přístroje, kabelky, kufry a staré uhláky. Staré rybářské potřeby (pruty, navijáky, podběráky...). Papírové peníze - v podstatě vše co přijde pod ruku. Bereme opravdu téměř vše.
Přijedeme rádi kamkoliv v Čechách i na Moravě.
Návštěvy u Nás až po tel. domluvě. Likvidujeme též celé pozůstalosti.
Tel.: 602 229 348
sberatelskycabinet@post.cz

Hobby - poptávka
• Koupím z pozůstalosti staré kožichy, dečky, nábytek, obrazy, kabelky, bižuterii, odznaky, mince, knihy, porcelán, oděvy, housle atd. Tel. 608221020.

• Koupím staré použité vzduchovky a vzduchové pistole, pažby i náhradní díly Slavia, CZ Zbrojovka a jiné. Tel. 608221020

Výměny
• Zjistíme VÝMĚNU vaší nemovitosti, rozdíl ceny doplatíme, vybrat si můžete i z našich nemovitostí, které vlastníme. 774335509.
Starožitnosti

KNIHY!
Koupím knihy novější i starší + starožitný a retro nábytek do stylové čítárny - křesla, židle, stoly, lampy, obrazy, knihovny aj.
T. 603 478 873

• STAROŽITNÍK koupí: obrazy, grafiku, knihy, hodinky, šperky, mince a bankovky, sklo, porcelán, sochy, starožitný nábytek. Tel. 702401621

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

• Koupím obrazy českých a zahraničních malířů - krajinky, portréty atd. a jiné starožitnosti. Kontakt: e-mail: manvel4@seznam.cz, tel. 721235964

Až 1 000 000 Kč za STAROŽITNOSTI
Obrazy, nábytek, hodiny, hodinky, šperky (zlaté, granát, briliant.). Mince (zlaté, stříbrné) Sklo, porcelán, bronz
Stříbro, šavle, housle a jiné zajímavosti i celá pozůstalost.
PORADÍM
tel.: 603 505 686

Nemovitosti - poptávka

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

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

• Koupím byt nebo dům v Praze, zaplatím požadovanou cenu a nechám bydlet nebo dožít. Vše na dohodě 777603019.

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

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

Nemovitosti - nabídka

JURIS REAL
Nabízíme přímý výkup nemovitostí.
Vyřešíme právní vady, dluhy a exekuce. V případě zprostředkování prodeje nabízíme možnost okamžité výplaty zálohy.
800 22 33 88
prodejtojinak.cz

Auto-moto - poptávka

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

Pronájmy - poptávka

• Pro pracující manžele hledáme pronájem bytu 35-70 m2 u MHD. VŠ, bez zvířat a exekuc. Sklep, komora výhodou. RK nevolat. T: 605845088

• HLEDÁM PRO své zaměstnance stávající, architektky a jejich rodiny byty k dlouhodobému pronájmu pouze v Praze. Právní servis firmou zajištěn. T. 274784428

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@antikvariety.cz

PRACUJTE V BRANŽI BEZPEČNOSTI A OSTRAHY

ABAS
IPS MANAGEMENT
VOLEJTE ZDARMA 800 108 111
nabor@abasco.cz

Chcete strážnit hodnoty jako STRÁŽNÝ? Mít pevnou pozici jako RECEPČNÍ? Nebo hlídat zboží v OBCHODECH? A můžete být klidně i VEDOUČÍ!
Dáme Vám služební oblečení. Do práce to můžete mít blízko nebo Vás rovnou ubytujeme. A taky Vám dáme zálohu na mzdu.

AKCE

AKCE, KAM SE PODÍVÁTE



Vepřová plec
bez kosti v celku
cena za 1 kg

-53%

89⁹⁰
189⁹⁰



Jogobella
150 g
více druhů
100 g = 6,60 Kč

-34%

9⁹⁰
14⁹⁰

BILLA

PŘESNĚ PODLE MÉHO GUSTA

Nabídka platí od středy 19. 4. do úterý 25. 4. 2023.

Godla v nazi ohozu, vlasatý Rytmus a Vec



Zleva herci Gregor Hološka a Zdeněk Godla

CINEMART

Černá retro komedie Invalida startuje zítra v tuzemských kinech. Mimo jiné jde i o slovenského pokračovatele gangsterské tradice ritchieovské školy.

Šusťákové soupravy, pestrobarevná saka, velké kazeťáky, videopřehrávače, kýčovitá techno hudba, videopůjčovny na každém kroku, nové společenské poměry, záplava různých podvodníků, začínající organizovaný zločin. V této době divokých devadesátek a prostředí anonymního maloměsta se odehrává děj nové slovenské gangsterky Invalida. Hlavní postavou je hrdý údržbář místního muzea Laco (Gregor Hološka), který se kvůli své výbušné povaze ocitá v nesprávném čase na nesprávném místě a po setkání s drsnými podvodníky skončí na vozíku. Když pak zjistí, že je spravedlnost nedosažitelnou utopíí, rozhodne se vzít věci do vlastních rukou. No a protože se jedná o komedii, servírují nám tvůrci místo drsné honby za pomstou spíše žánrovou parodii v čele s naprosto nepravděpodobným akčním hrdinou.

Třetí housle pro rapery

Snímek jde do českých kin zítra. Nejen ze Slovenska se ale již několik dní ozývá spokojené pomlaskávání. Důkazem toho budiž mimo jiné i červené hodnocení na portálu Česko-Slovenské filmové databáze. To mě, opravdu řečeno, na první pohled celkem překvapilo. Od února, kdy vyšla jedna z upoutávek na tento film, totiž rozdýchávám nejen Zdeňka Godlu v rádobu nacistické uniformy, ale i další podivné figurky v čele s ra-

Jonáš Karásek

Invalida je po snímcích Kandidát z roku 2013 a Amnestie, jež šla do kin v roce 2019, třetím celovečerním filmem režiséra Jonáše Karásk.

- Režisér je vítězem soutěže Áčko za nejlepší videoklip (pro Janu Kirschner), držitelem ceny Filip – Ocenění za osobní přínos do slovenské kreativity a vítězem mnoha Zlatých hřebíků za nejlepší reklamu. JAR

pery Rytmusem ve vlasaté paruce, Vecem a Majkem Spiritem, kteří v upoutávkách cedili mezi zuby propagační hlášky. Rytmus v roli romského lichváře, Spirit a Vec jako policisté. Každému je ale jistě jasné, že ve filmu nehrají ani třetí housle. Přesto se o filmu hovoří jako o poměrně důstojném následníkově gangsterské školy britského režiséra Guye Ritchieho (Gentleman, Podfu(c)k, Sbal prachy a vypadni).

Něco jako Kandidát?

Režisér Jonáš Karásek, který má Invalidu jak se říká na triku, předtím natočil filmy Amnestie a Kandidát. Oba lze označit za úspěšné. A druhý jmenovaný snímek z roku 2013 patřil svého času mezi mé srdcové záležitosti. Začínám proto pomalu věřit slibům tvůrců, že máme v případě Invalidy opět co dělat s jedinečným příběhem, který je zaplněn humorem, akcí, originálními postavami a hlavně vtipnými autentickými dialogy. Ve snímku se navíc mají vedle zmiňovaného Godly a Hološky objevit také fajn herci jako Klára Melišková, Daniel Fischer, Ivo Gogál, Olga Belešová, Svato Malachovský, Sáva Popovič či Sandra Lasoková. No tak tedy uvidíme. **FILIP JAROŠEVSKÝ**



JAKUB MAHDAL

Xindl X. Smíšené pocity a turné

Ondřej Ládek, aka Xindl X, přichází s novým singlem Smíšený pocity. Svým fanouškům slíbil, že se na chystaném albu mohou těšit na mnoho spoluprací a modernější zvuk. Na podzim novinky představí na turné napříč republikou, které zahájí 20. září v Praze. Pokračovat bude v Brně, Plzni, Mladé Boleslavi, Krnově a celou tour zakončí ve Vysokém Mýtě. **MEET**

Majālesy zahájí sezonu festivalů

Studentské slavnosti napříč velkými městy začnou v sobotu v Hradci Králové. Vystoupí třeba Farna, Klus a kapely Kryštof či Jelen.

Stoletími zažitá tradice studentských oslav jara, takzvaných majálesů, se v Česku dodržuje. Stejnomených akcí je po republice od března do května mnoho. Také se však pojí se sérií, která pomyslně každý rok otevírá sezonu open air festivalů. Tuto sobotu vše vypukne Hradeckým majálesem, který proběhne U Piletáku.

Ačkoli důležitou součástí programu zůstaly souboje o krále a královnu daného majálesu, alegorické průvody, souboje a popichování se mezi místními školami už moc neobjevují. Dávno už to není jen o studentech.

Letos se na pódiích v Hradci Králové a následně v Praze, Brně a Ostravě

vystřídají i hudební hvězdy různých žánrů.

Zatímco na jednom pódiu budou hrát a zpívat Ewa Farna, Tomáš Klus, No Name, Kryštof, Jelen či Rybičky 48, na jiném si přijdou na své fanoušci kapel Vypsaná fixa, Horkýže Slíže či Wohndout.

Stranou nezůstane ani silná rapová generace, vystoupí Kali, Victor Sheen, Yzomandias nebo Sergei Baracuda. **IVETA BENÁROVÁ**

Napříč republikou

Na Hradecký majáles naváže o týden později ten Pražský v Letňanech.

- V sobotu 6. května se pak celá akce přesune na Brněnské výstaviště. Pomyslné turné po republice zakončí o den později Ostravský majáles v Dolní oblasti Vítkovice.
- Lístky jsou k dostání na webu majalas.cz. Ke koupi jsou zlevněné studentské, dospělé nebo VIP. **IBE**



MAFRA

Na majálesových pódiích se představí i zpěvačka Ewa Farna.



Lipánek Maxi
130 g
více druhů
100 g = 13 Kč

-26% SUPER CENA
16⁹⁰
22⁹⁰



Adriana Těstoviny semolinové
500 g, více druhů
100 g = 6,98 Kč

-34%
34⁹⁰
52⁹⁰



Lenor Aviváž
od 36 dávek
více druhů
1 dávka = od 1,78 Kč
při koupi 1 ks 139,90

-43% MULTIPACK OD 2 KS
79⁹⁰
1 ks



Jar Prostředek na nádobí
900 ml, více druhů
100 ml = 8,66 Kč
↓ 69,90 Kč

-20% BONUS
77⁹⁰
běžná cena 97⁹⁰

↓ Nejnižší cena za posledních 30 dní.

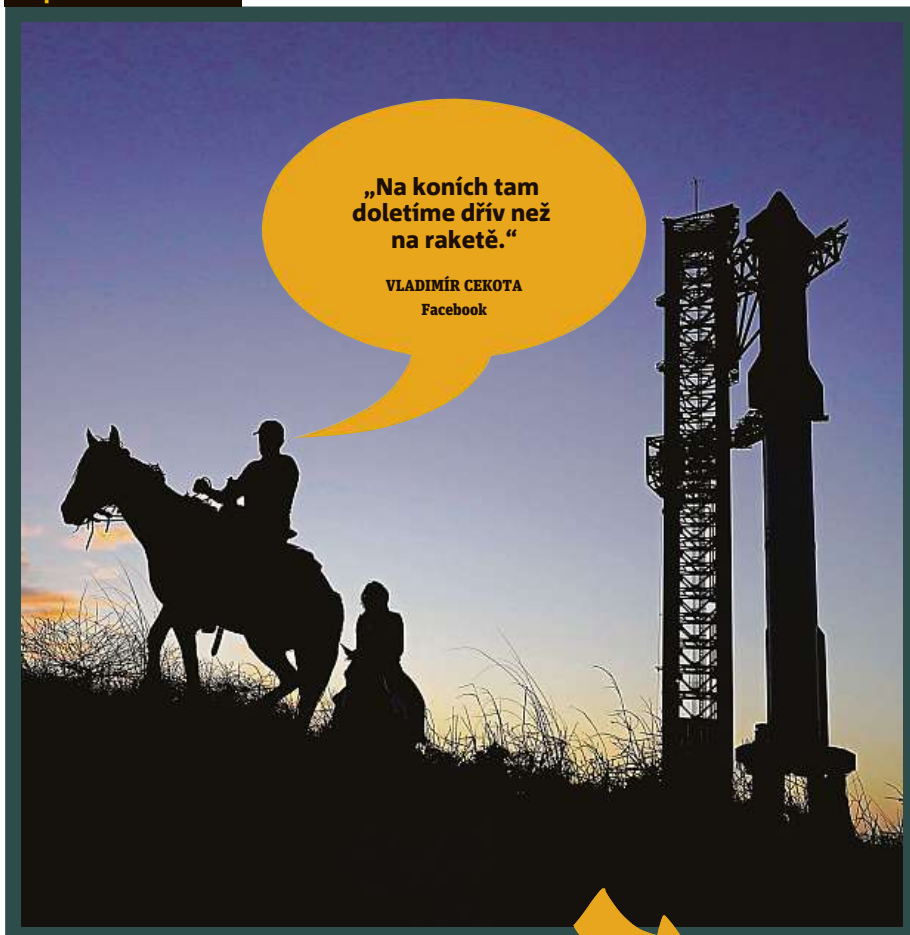
BILLA
PŘESNĚ PODLE MÉHO GUSTA

Nabídka platí od středy 19. 4. do úterý 25. 4. 2023.

Sudoku

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

Napište svou bublinu



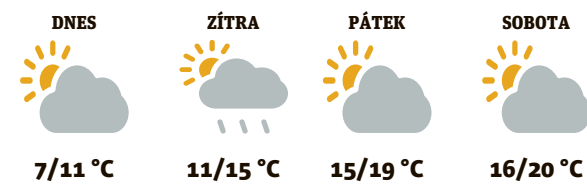
Luštěnka

P	A	N	Ž	U		
		1				
CH	V	A	L	K	I	
		2				
V	O	D	P	O	D	
			3			
T	Í	N	O	D	S	
4						
L	O	G	A	T	A	K
			5			

Přeházejte písmena a vyjdou vám slova. Ta doplňte do prázdného řádku pod písmeny.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Počasí



Teplotní rekordy: ↓ -1,3 °C (1938) ↑ 25,2 °C (1952) Bio: ❤️❤️❤️

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

TV tipy

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>15.50 Zavolejte porodní sestřičky IV (5/8)</p> <p>16.45 Plné hnízdo ve Středocheském kraji (12/14)</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 Živé terče (2/3) Miniseriál (ČR, 2019)</p> <p>21.25 KOSMO (3, 4/5) Seriál (ČR, 2016)</p> <p>22.40 Rudý kapitán Krimithriller (ČR/SR/Pol., 2016)</p> <p>00.35 Hercule Poirot Vosí hnízdo</p> <p>01.25 AZ-kvíz</p>	<p>16.15 František Kriegel: Sám proti Moskvě</p> <p>17.05 Mistři medicíny</p> <p>17.35 Nový domov pro gorily</p> <p>18.30 Po jedné stopě do Afriky (14/17)</p> <p>18.55 Režisér v inkognitu</p> <p>19.15 Babylon</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Modrá krev II</p> <p>21.00 V karavanu po Maďarsku (7/8)</p> <p>21.30 Po jedné stopě do Afriky (15/17)</p> <p>22.00 Mistři medicíny II</p> <p>22.30 Slečna Marplová</p> <p>00.00 Ponorka II (8/8)</p>	<p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.30 Na lovu III</p> <p>18.30 Ulice (4468) Seriál (ČR, 2023)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Pohlreichův soubor restaurací (7)</p> <p>21.25 Survivor</p> <p>Česko & Slovensko (23)</p> <p>23.30 Kriminálka Miami IX (5, 6) Krimiseriál (USA, 2010)</p> <p>01.25 Kriminálka Anděl II (13) Pistole. Krimiseriál (ČR, 2010)</p> <p>02.40 Novashopping</p> <p>02.55 Na lovu III</p> <p>03.45 Ulice (4468) Seriál (ČR, 2023)</p>	<p>15.50 Koko ve varu</p> <p>16.50 Policie v akci</p> <p>17.50 Prostřeno!</p> <p>18.55 Hlavní zprávy</p> <p>19.40 Krimí zprávy</p> <p>19.55 Showtime</p> <p>20.15 Poslední oběť (4) Kapitola čtvrtá. Detektivní seriál (ČR, 2023)</p> <p>21.35 Show Jana Krause</p> <p>22.40 Show Jana Krause</p> <p>23.50 Ano, šéfe!</p> <p>01.00 Policie v akci</p> <p>01.55 Policie Hamburk V (11, 12) Krimiseriál (N, 2010)</p> <p>03.45 Kriminálka Montpellier III (4) Krimiseriál (Fr., 2018)</p> <p>04.50 Jak se staví sen</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 1Charted</p> <p>11.00 Óčko hity</p> <p>15.00 O Feed</p> <p>16.00 CZECH DANCE TOUR: Mladá Boleslav</p> <p>16.05 Óčko hity</p> <p>19.00 CZECH DANCE TOUR: Mladá Boleslav</p> <p>19.05 Óčko hity</p> <p>Klipy nonstop</p> <p>20.00 O Black List To nejlepší z naší rapové stanice O BLACK</p> <p>21.00 Óčko hity</p> <p>Klipy nonstop</p> <p>22.00 Naked Attraction Italy</p> <p>22.30 Single Lady (9/10)</p> <p>22.45 Óčko flirt</p>

MARTIN DANEŠ

BRETAŇSKÝ PSAVEC



Sloupek DŮCHODCI

Francie se otřásá v základech. Popeláři měsíce nesvázejí odpadky a do toho jsou pořád nějaké demonstrace, stávky a tak podobně. Pozdvižení panuje kvůli důchodové reformě zvyšující věk odchodu do důchodu z 62 na 64 let. Řeknete si: Co to je? Francii jsme v tom ohledu už předechnali a půjdeme dál, až budou starší zaměstnanci uplatňovat nárok na vozík a zdravotní sestru.

Avšak Francouzi si velmi potrpí na sociální výdobytky, které se jim rok od roku scvrkávají jako šagrénová kůže z Balzakova románu. Chagrin značí hluboký smutek a do toho, jež nyní prožívají Francouzi, je přimíchána zášť vůči prezidentovi, který si užívá, když jim může šlapat na krk. O brutalitě policejních zásahů vůči pokojným demonstrantům

Citát Macronovi nelze upřít jednu zásluhu: Podařilo se mu stmelit generace.

procesu měl mít prezident v pondělí večer televizní projev; na sociálních sítích se rozšířila výzva k jeho bojkotu a shromažďování občanů před radnicemi měst s rendlíky a lžícemi.

Rozlehlé Radniční náměstí v Rennes se v pondělí večer z velké části zaplnilo a lidé všech generací třískali lžícemi do hrnců v rytmu populárního hitu s refrémem „Macron, demisi!“. Viděl jsem taťku, mamku a dvě dospívající ratolety, každého s vlastním rendlíkem i lžící, a svorně bijící do taktu. Macronovi nelze upřít jednu zásluhu: Podařilo se mu stmelit generace.

www.martindanes.com

Anketa Kdy jste byli naposledy v planetáriu?



Marek Mahdal
Loni se syny a mile mě překvapily interaktivní exponáty.



Radim Smith
Když ještě patřilo Pluto mezi planety.



Miroslav Mírcek Štíbr
Byl, a to jsem byl žák školou povinný.

Komiks

F POHODĚ
☺-)

Věřte -
nevěřte



A. Židkova

@mojemetro



#METROTAG

JARO

*Přišlo jaro zdaleka,
na nikoho nečeká.
Pepík, Jirka, Evička,
přešli z mikin do trička.*



„Protože snad už konečně přichází jaro, posílám jarní básničku,“ napsal nám náš čtenář, který se podepsal jako Leoš Bezruč Krejčín. Pan Mírek Seifert nám své básně posílá pravidelně. Je mezi vámi ještě nějaký Wolker, Skácel, Vrchlický nebo Šrámek? Podělte se o svá díla v rámečku níže s hashtagy #metrotag #mojemetro.

#METROTAG

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

Dopisy a vzkazy

Pravoslavné Velikonoce

V neděli vrcholily Velikonoce pro pravoslavné věřící. Letos, více než jindy, jsme potkávali věřící s velikonočními košíčky na jejich cestě do kostelů. Pravoslavný kostel sv. Kateřiny v Kateřinské ulici na Novém Městě byl jedním z jejich cílů. Jako obdivovatel této památky z doby Karla IV. jsem vstoupil do zcela přeplněného kostela. Pravoslavní věřící stáli těsně vedle sebe. V uličce byly košíčky k posvěcení. Nikdo nezkoumal, zda je věřící z Ukrajiny, Ruska nebo z Prahy. Všichni ctíli velikonoční tradici. Ta atmosféra byla pro mne nezapomenutelná. I samotný kostel, možná trochu pozapomenutý, stojí za naší pozornost. Pro lepší orientaci k návštěvě – leží nedaleko kostela sv. Štěpána, také tento kostel pamatuje dobu Karla IV.

PŘEMYSL VOTAVA, PRAHA 4

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

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

Řešení sudoku

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

Řešení luštěnky

PIVOT

Ženy mají až třikrát víc nemocí z povolání kvůli přetěžování

Kdy do penze? Otázka, kterou si v posledních měsících kladou lidé vnímající veřejné debaty ohledně důchodového věku. Jsou profese, u kterých se fyzická schránka opotřebovává rychleji.

Sedavé profese ničí populaci podobně jako fyzicky náročná povolání. Chronické bolesti mají už třicátníci, muži i ženy, doktoři, IT odborníci, vysocí manažeři nebo učitelé. Společným faktorem rizikových profesí je pohybový stereotyp.

Páteř trpí nejčastěji

Jaká povolání jsou fyzicky náročná? Z pohledu fyzioterapeuta jakákoli, která vyžaduje rutinní pohyby a nutí člověka setrvat v pozicích mimo ideální napřimění. To zahrnuje širokou škálu profesí.

„Za velmi častou příčinu bolesti je obecně považováno přetěžování celého pohybového aparátu. Může se jednat o dynamické pohyby stále jedním směrem nebo setravní statické, to jest stále v jedné pozici po dlouhou dobu bez kompenzace pohybem,“ vysvětluje fyzioterapeutka Iva Bílková z Fyziokliniky. Při dlouhém sezení trpí nejčastěji páteř. A nemusí se jednat jen o práci na počítači. Ohroženou skupinou jsou řidiči, švadleny, hudebníci, rukoděl-



Práce krejčové je překvapivě fyzicky mimořádně náročná.

MAFRA

ní výrobci. Dále pak opraváři, instalatéři, malíři pokojů, ti všichni se musejí tisíckrát natáhnout, naklonit a dlouze pracovat v poloze škodlivé pro páteř.

Kopáč je na tom někdy lépe než úředník

Podle odborníků se problémy pracovníků ve fyzicky náročných profesích a těch sedících příliš neliší. Vždy jde o souhrn patologických mechanismů v těle, které vznikly ze stereotypních pozic a nadměrné zátěže. Je paradoxní, že dělník s krumpáčem si obvykle dokáže měnit pracovní polohy lépe než člověk zabraný do práce na počítači. Stejnou zátěží, jakou představuje pro páteř dlouhodobý sed, je ale i trvalý

stoj, a to pro celý pohybový aparát, kyčle, kolena a další. Například kadeřnice, která může stát vzpřímeně, má při střihání stále zdvižené ruce, zatěžuje svaly šije a vznikají bolesti ramene. Důležité je proto uvědomit si, jaké svalové skupiny při práci zatěžujeme, a dopřát tělu kompenzační protažení.

Námažu vyrovnejte chůzi

Do každodenních aktivit je vhodné zařadit strečinkové cviky na oblasti, které ve svém povolání nadužíváme, jelikož právě v těchto skupinách svalů máme pravděpodobně svalová vlákna zkrácena. „Každá svižná chůze, běh či jiný sport a aktivita, která zapojuje rovnoměrně všechny svaly, se počítají. V opač-

ném případě se bolesti páteře objeví spíš dříve, nejčastěji mezi dvacátým a pětadesátým rokem života. Bolesti kloubů nastupují častěji až po padesátce a stupňují se do vyššího věku,“ říká Bílková.

Potíže způsobené fyzikálními faktory patří hned po nemocech dýchacích cest k nejčastějším důvodům pracovní neschopnosti. U mužů bývá nejčastější příčinou práce s vibračními nástroji, mnohem rozšířenější jsou ale nemoci z dlouhodobé nadměrné jednostranné zátěže, a ty postihují převážně ženy.

Švadleny a čišnice s karpálními tunely

Například v roce 2021 podle šetření Státního zdravotního ústavu ženy „předčily“

muže v nemocech periferních nervů téměř trojnásobně, v nemocech úponů, šlach, vazů nebo kloubů z přetěžování končetin dvojnásobně. Problémy by se neměly dělit podle pohlaví, ale je pravda, že určitým rizikovým povoláním obecně dominují ženy. Velmi častý je například syndrom karpálního tunelu, kterým obvykle trpí například krejčové, švadleny, pracovníce v gastronomii či v úklidových službách. Dalším hojným onemocněním je artróza drobných kloubů ruky, která je častá u účetních, fyzioterapeutek, učitelélek nebo zdravotnic.

Stejně jako zmíněné „ženské profese“ ale mohou trpět úžimovými syndromy z přetěžování končetin i muži. Bolesti ramen, šije a loktů často pociťují kováři, truhláři, obráběči kovů, sklenáři, problémy mívají také skladníci, zaměstnanci ve výrobě či dělníci.

Každá profese má své „patologie“

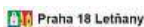
Velmi častým onemocněním je i tenisový či golfový loket, který postihuje jak pracující s vibračními nástroji, které přenášejí vibrace do svalů předloktí, tak administrativní a IT pracovníky, kteří pracují s myší a klávesnicí. Jako nemoc z povolání bývají časté také všechny syndromy zmrzlého ramene, kterými obvykle trpí v důsledku setrávání ve statické pozici chirurgové nebo stomatologové a další. Téměř každá profese má zkrátka vlastní „patologie“ a je jen na nás, zda je necháme rozvinout, anebo věnujeme pár minut jejich účinné kompenzaci. **MET**

INZERCE

Aktuální nabídky práce na **jobDNES.cz**

Referent/ka zón placeného stání - přestupky ÚMČ

Praha 18 vyhlašuje výběrové řízení na obsazení pracovní pozice referent/ka zón placeného stání-přestupky. Více na www.praha18.cz. Kontakt: H. Klingerová, tel.: 284028172, e-mail: hana.klingerova@letnany.cz.



Městská část Praha 18

Více na www.jobdnes.cz/detail/PHH6DJ

Stavbyvedoucí, SŠ stavební nebo v technick.

oboru, preferujeme stavaře se znalostí práce na železobetonových monolitických stavbách, schopnost řídit své podřízené, PC, aktivní řidič, znalost výkresové dokumentace (stavební). E-mail: zuzana.sromova@valens.cz



VALENS, s.r.o.

Více na www.jobdnes.cz/detail/EM8M11

Samostatný referent/ka odboru životního prostředí

a dopravy. ÚMČ Praha-Libuš vyhlašuje VŘ na tuto pozici. Úsek ochr. přírody a krajiny, správa zeleně, dětská hřiště, odpady, úklid obce, územn. plánování, PT 11, Info: www.praha-libus.cz, tajemnik@praha-libus.cz



Městská část Praha-Libuš

Více na www.jobdnes.cz/detail/F39FUE

Věda a výzkum

ODBORNÝ RADA / OCHRANA ROSTLIN

Řídící pracovníci v oblasti výzkumu a vývoje

ZKUŠEBNÍ TECHNIK

Ostatní specialisté v oblasti chemie

Vedoucí zkušební stanice

Více na www.jobdnes.cz

Selhání ledvin lze předcházet – prevencí i moderní léčbou

Chronické onemocnění ledvin, které může vést až k jejich selhání, je v české populaci stále častější – a jeho výskyt nadále poroste. Je zákeřné tím, že dlouho probíhá bezpříznakově. Na moderní možnosti prevence a léčby jsme se zeptali předního českého nefrologa prof. MUDr. Ondřeje Viklického, CSc., který působí jako přednosta Transplantcentra, přednosta Kliniky nefrologie a vedoucí Transplantační laboratoře IKEM. Je rovněž předsedou České nefrologické společnosti.

Může člověk sám včas poznat, že má nemocné ledviny?

Zcela výjimečně. Existuje jedno pravidlo, které by mělo být více známé: Ledviny nebolí. Bolestí se ozývají jen tehdy, pokud jsou zvětšené, když se nafoukne jejich pouzdro. To se ovšem stává pouze v případech akutních stavů, které jsou vzácné. U celé řady chronických onemocnění ledvin (CKD – chronic kidney disease) o tom pacienti nevědí a zjistí se to až na základě některých příznaků pokročilého onemocnění. U konečného stadia onemocnění ledvin, kdy je pacient téměř vždy odkázaný na dialýzu, můžeme pozorovat otoky dolních končetin i celého těla, výrazné zvýšení váhy a dušnost, šedivé zbarvení kůže, chudokrevnost či únavu a slabost. To jsou vše příznaky uremického syndromu, kde chvíli trvá, než tyto projevy vzniknou. Opravdu se to může táhnout desítky let, a proto říkáme, že by se pacienti měli zajímat o funkci svých ledvin, pokud patří mezi rizikové skupiny. Lidé s cukrovkou, vysokým krevním tlakem ve věku nad 50 let – u těch existuje riziko, že budou mít CKD.

Co by měl dělat člověk s cukrovkou, aby co nejdříve snížil své riziko chronického onemocnění ledvin?

Měl by se snažit zhubnout a diabetes vhodným způsobem kompenzovat. Měl by také dobře kontrolovat krevní tlak a vědět o úrovni funkce svých ledvin. Zásadní je, aby se člověk zeptal svých lékařů, jestli má opravdu všechny léky, které jsou dnes k dispozici – aby případná choroba ledvin, která se může objevovat u těchto rizikových pacientů, byla zpomalena. Chronické onemocnění ledvin



Ondřej Viklický

ARCHIV B. BRAUN

nické onemocnění ledvin umíme zpomalit, ale neumíme ho odstranit. Pokud se nám prodlouží doba do selhání ledvin o několik let, tak je to zásadní, protože pacientovi prodloužíme život. V současnosti existují jednak tradiční léky, ale také úplně nové, které právě prodlužují dobu do selhání ledvin. Takže je zásadní, aby pacienti věděli, že mají předepsané všechny vhodné léky, které mohou zpomalovat postup chronického onemocnění ledvin.

Jak je chronické onemocnění ledvin rozšířené?

Zhruba deset procent populace vespělých zemí jím trpí. Sice jenom jedno promile nakonec dospěje k dialýze a ještě méně k transplantaci, ale počet pacientů s CKD je deset procent v populaci – což je u nás zhruba milion lidí, kteří mají nějakou formu poškození ledvin. Naprostá většina z nich se nedostane do stadia selhání ledvin, ale tím, že se bude funkce ledvin zhoršovat, tak se bude také zvyšovat šance, že mohou zemřít na kardiovaskulární choroby. Ty totiž postihují většinu pacientů s CKD. V současnosti víme, že podobné chronické procesy, ke kterým dochází v ledvinách u CKD, se objeví i v srdci a obráceně. V případě stadií CKD, u kterých ještě není nutná dialýza, existuje v součas-

nosti možnost, jak postup nemoci zpomalit, a to moderními léky s účinnou látkou ze skupiny gliflozinů, které navíc velmi dobře chrání srdce a cévní systém. Je však zásadní odhalit CKD včas a zahájit léčbu co nejdříve.

Jak je možné onemocnění ledvin odhalit?

Abychom rozuměli funkci ledvin, potřebujeme udělat odběr krve, ze kterého se při běžném biochemickém vyšetření stanoví hladina kreatininu. Tato hladina odpovídá funkci ledvin a víme, že když je vyšší, pacient má poškozené ledviny. Druhá věc, která se testuje, je moč. Ta je testována na přítomnost bílkoviny nebo albuminu, protože řada pacientů, kteří mají poškozené ledviny, mohou mít normální funkci ledvin. Pokud však mají bílkovinu v moči, tak víme, že za několik let budou mít s funkcí ledvin problém. Toto vyšetření je doporučeno dokonce ve vyhláše o preventivních prohlídkách. Česká nefrologická společnost prosadila změnu v této vyhláše, která hovoří o tom, že mezi preventivní periodické prohlídky patří i vyšetření ledvin u rizikových skupin. Tedy u pacientů starších 50 let s cukrovkou a vysokým krevním tlakem by každé čtyři roky měla být u praktického lékaře vyšetřena funkce ledvin.

Jaké množství pacientů s CKD dospěje k dialýze nebo transplantaci?

Víme, že zhruba jedno promile populace se dostane k dialýze. To je v tuto chvíli v Česku nějakých 12 tisíc lidí s nezvratným selháním ledvin. Půlka z nich je léčena dialyzačními metodami, druhá půlka žije s funkční transplantovanou ledvinou. Řada pacientů je ohrožena progresí chronického onemocnění ledvin, a to už může být někde mezi třemi a pěti procenty populace a dalších pět procent bude žít dlouhodobě s onemocněním ledvin, které sice nezpůsobí selhání funkce ledvin, ale bude přispívat k vyššímu riziku onemocnění srdce a cév.

Můžete trochu popsat samotnou transplantaci?

Objeví-li se vhodný dárc, je nemocný přivolán do transplantacího centra. Transplantuje se pouze jedna ledvina a umísťuje se do jámy kyčelní. Vlastní ledviny se většinou neodstraňují. Ledvina většinou začne fungovat brzy, po několika dnech, a nemocný nemusí na dialýzu. V nemocnici zůstávají pacienti většinou kolem deseti dní. Transplantace ledvin jsou už celkem rutinní. Až 95 procent všech transplantovaných ledvin funguje první rok, což je velmi dobrý výsledek. Ovšem u těch zbylých

pět procent zaznamenáme problémy, jedná se o transplantace, které se nepovedou, a pacient se vrátí zpět do dialyzačního léčení. My se snažíme v naší práci zaměřovat především na tyto komplikované pacienty. Důvodů, proč transplantovaná ledvina přestane fungovat, je celá řada, na prvním místě jsou to odhojovací imunitní reakce.

Jak dlouho může pacient žít s transplantovanou ledvinou?

Záleží na tom, jak je ledvina stará, od koho je odebrána. Když je odebrána od žijícího mladšího dárce, tak není problém, aby fungovala dalších 25 let. Za podmínky, že ji příjemce nezničí buď svým nezodpovědným chováním, nebo ji tělo samo neodmítne. Když pochází od zemřelého člověka, záleží hodně na stáří dárce. Pokud je mu 70+, což se děje běžně, bude taková ledvina fungovat kratší dobu. Střední doba funkce ledviny transplantované od zemřelého dárce je 12 let.

Kdy je dialýza lepším řešením než transplantace?

Transplantace je ve všech případech lepší, o tom není pochyb. Pacienti po transplantaci žijí dvakrát déle. Je to však vybraná skupina pacientů, u kterých víme, že transplantaci a další náročnou léčbu přežijí. Pokud tedy existuje riziko, že nemocný během několika měsíců nebo málo let zemře, je lepší transplantaci neindikovat. Musíme předpokládat aspoň nějakou dobu, kdy má transplantace pro pacienta význam. Pacientů je hodně a orgánů málo. My bychom měli transplantovat ty pacienty, kteří déle využijí potenciál nové ledviny, a ne ty, kteří i po jinak úspěšné transplantaci brzy zemřou. Pacienti, kteří jsou na dialýze, jsou většinou starší. Pokud tedy starší pacient má progresivní onemocnění ledvin, tak my můžeme dobře předpovědět, že se za půl roku či za rok dostaví stadium selhání ledvin. Pacientovi pak nabídneme tři možnosti léčby – transplantaci, hemodialýzu nebo břišní, tedy peritoneální dialýzu. V případě transplantace od žijícího dárce můžeme vše vyšetřit dopředu a pacient postoupí operaci ještě v době, kdy by nebyl dialyzován. MET

Čísla dne

7

Tenista Jiří Veselý se po sedmiměsíční pauze způsobené zraněním vrací na kurty. Bývalou českou jedničku v minulé sezoně trápil stehenní sval. Devětadvacetiletý rodák z Příbrami, jenž přestoupil z Prostějova do pražské Sparty, se představí už příští týden na turnaji v Ostravě.

3

Úřadující vítěz Tour de France Jonas Vingegaard prodloužil o tři roky smlouvu s týmem Jumbo-Visma. Dánský cyklista, jenž měl platný kontrakt ještě na příští sezonu, bude za elitní nizozemskou stáj závodit do roku 2027. Šestadvacetiletý cyklista působí v Jumbo-Visma od roku 2019. ČTK



Třinec začal vítězstvím

Hokejisté Třince vyhráli první zápas finále play-off extraligy na ledě Hradce Králové 4:2. Domáci dokázali ve třetí třetině smazat dvoubrankové manko, ve 49. minutě však rozhodl o vítězství obhájců titulu svým druhým včerejším gólem Daniel Vozenílek. Zápas se hrál ve vyprodané ČPP areně, v ochozech bylo 6890 diváků. A ti viděli vyrovnané utkání, kterému kralovali spolehlivě chytající brankáři. „Myslím si, že známe recept, jak uspět s Třincem. Vše je ale o tom, abychom se vyvarovali chyb, protože Třinec má kvalitní hráče a v prvním zápase jsme viděli, že každou naši chybu potrestají,“ řekl trenér Hradce Tomáš Martinec. Série hraná na čtyři výhry pokračuje na východě Čech dnes. ČTK

V Berouně bude hrát česká špička

Na greenech by mělo ukázat své golfové umění pět českých amatérek.

Na pátém ročníku golfového turnaje Tipsport Czech Ladies Open v Berouně se od 23. do 25. června opět představí kompletní domácí ženská elita v čele s Klárou Davidsovou Spilkovou, Sárkou Kouskovou a obhájkyní loňského triumfu Janou Melichovou. Dotace jednoho z 30 turnajů nejvyšší kontinentální série Ladies European Tour (LET) byla letos navýšena o padesát procent na 300 tisíc eur (asi sedm milionů korun).

Na turnaji v Berouně bude startovat 132 hráček z celého světa. „Mělo by hrát 14 až 15 českých hráček, pravděpodobně to bude devět profesionálek a čtyři, spíš pět nejlepších amatérek, které nominuje Česká golfová federace. A domácí Royal Beroun Golf Club má právo nasadit svou členku a nejšíkovnější hráčku,“ řekl Luboš Koželuh, promótor turnaje a majitel společnosti Premier Sports.

Česká jednička Spilková loni v Berouně obsadila dělené druhé místo o úder za Melichovou, jež senzačně zvítězila ještě v roli amatérky.



Klára Davidson Spilková na včerejší tiskové konferenci ČTK

„Tento ročník bude speciální, protože budu přemýšlet o nejvyšších příčkách. Těším se, mám dobře rozehrané a cítím se dobře. Hřiště bylo minulý rok krásně připravené, věřím, že letos bude ještě o trošku lepší,“ uvedla osmdvacetiletá Spilková, vítězka dvou turnajů LET a aktuálně jedenáctá žena sezonního žebříčku elitního evropského okruhu.

Kousková loni ovládla druhou nejvyšší kontinentální sérii LET Access, předtím v Berouně skončila na dělené třinácté příčce. „Beroun je mému srdci blízký. Pokaždé jsem tam dokázala zlepšit výsledek z předchozího roku, takže bych na to ráda navázala i letos,“ konstatovala třidvacetiletá golfistka. ČTK

A co muži?

Na berounském hřišti se uskuteční od 17. do 20. srpna také devátý ročník mužského turnaje Czech Open. Jeho dotace se letos zvýšila na 600 tisíc korun, loni se hrálo o půl milionu. Šampion si odnese 200 tisíc, pokud by šlo o amatéra, dostane dvacet tisíc.

- „Už jsou přihlášení hráči ze čtyř zemí. Bylo by dobré, kdyby čeští hráči nečekali na poslední chvíli a také se přihlašovali. I když naším cílem je přivést nejvyšší hráče z okolních zemí a myslím, že se to daří,“ řekl Vojtěch Matějček, prezident Royal Beroun Golf Clubu.

Krátké

Potřetí s bílými

Jan Něpomňaščíj zakončil úvodní polovinu zápasu o titul šachového mistra světa proti Čiňanovi Ting Li-ženovi další výhrou bílými figurami. Rus se potřetí v zápase ujal vedení, tentokrát 4:3. Duel v Astaně bude pokračovat zítra.

Na juniorské MS jede i talent Šalé

Kouč české hokejové reprezentace hráčů do 18 let Jakub Petr oznámil finální nominaci na mistrovství světa, které od zítra do 30. dubna budou hostit švýcarská města Basilej a Porrentruy.

V týmu je trio gólmánů, sedm obránců a 13 útočníků, mezi nimiž nechybí velkého talent z extraligového Brna Eduard Šalé.

Pět sekund platí

Stáj Ferrari neuspěla u FIA s odvoláním proti pětisekundové penalizaci Carlose Sainze ve Velké ceně Austrálie a ve čtvrtém závodě seriálu MS formule 1 definitivně zůstala bez bodů. Soud zamítl žádost o přehodnocení verdiktu závodních komisářů s odůvodněním, že Ferrari neposkytlo žádné významné a relevantní nové informace, které by nebyly k dispozici v době vynešení trestu. ČTK

Druhý den. Berbr četl asi tři hodiny

Bývalý místopředseda FAČR Roman Berbr dnes u plzeňského okresního soudu odmítl kompletně celou obžalobu, podle níž stál v čele organizované skupiny, která se v letech 2019 a 2020 podílela na ovlivňování deseti zápasů třetí a druhé ligy. Rezolutně odmítl, že by taková organizovaná skupina existovala. Tvrzení obžaloby označil za vykonstruovanou, mimo realitu, smyšlená. Po skončení výpovědi odmítl odpovídat na další otázky soudu, žalobce či ob-

hájců ostatních obžalovaných a požádal, aby se nadále nemusel osobně účastnit jednání nařízeného až do prosince na dalších 43 dní.

Se dvěma přestávkami četl Berbr své prohlášení z desítek stran svých poznámek více než tři hodiny. Mluvil zřetelně a zcela bez zadržávání. Délkou proslavu zaskočil i soudce, který tak už nestihl oproti původnímu plánu výslech někdejšího sportovního ředitele FC Slavoj Vyšehrad Romana Rogoze. ČTK