

metro

Trump se vrátil



Donald Trump včera složil přísahu a stal se tak znovu **prezidentem** Spojených států amerických. Do **Bílého domu** se vrátil po čtyřleté přestávce. Bezprostředně po nástupu do úřadu Trump plánuje podepsat více než 100 **exekutivních příkazů** v otázkách od **imigrace** až po **energetiku**.

NEWS



ZPRÁVY Z OKRESŮ NA METRO.CZ – VYFOŤTE QR KÓD



BIOSCOOP

Po více než 50 letech

Legendární oblíbená pohádka Karla Jaromíra Erbena Zlatovláska se vrací po více než 50 letech. Premiéru bude mít již ve čtvrtek. V hlavní roli Jiříka diváci uvidí Tomáše Webera, jenž vystřídal Petra Štěpánka z televizní pohádky z roku 1973. Ten si v této verzi zahraje krále, tedy otce Zlatovlásky, kterou ztvární Jasmina Houf (na snímku). Tvůrci nově natočené pohádky slibují zajímavou podívanou plnou nejrůznějších filmových triků a humoru. „Původní verzi jsem viděla stokrát, tisíckrát, je to taková moje srdcová záležitost, jelikož můj dědeček byl výtvarníkem Zlatovlásky z roku 1973. A já jsem tak měla z první ruky i spoustu zákulisních příběhů,“ říká Houf. **MET**

KRÁTCE

Závislost. Porno i sociální sítě

Lidský mozek má podle odborníků tendenci k závislostem, protože žádá uspokojování center odměny, které se v něm nacházejí. Problematické jsou závislosti, které se netýkají drog. Jde třeba o závislost na sociálních sítích, nakupování, pornografii, sportu nebo workholismus.

Kočí myli koně v automyčce

Polsko pobouřil případ z městečka Maków Mazowiecki, kde dva lidé zavedli koně do automobilmové myčky. Vyděšené zvíře se odtud pokoušelo utéci, ale přesto muselo podstoupit očistu vroucí vodou, stříkající pod vysokým tlakem. Majiteli koně hrozí až tři roky vězení. **ČTK**

PENÍZE PŘEDEM

20

Zásadní novinkou programu Nová zelená úsporám pro energeticky úsporné renovace domů je, že žadatelé dostanou peníze předem. Příjem žádostí v upravené výzvě začne 20. února a podmínky budou platit celý rok. **ČTK**

BOHÁČŮ JE VÍC

204

Na světě je 2769 dolarových miliardářů, jen loni jich přibýlo 204. Jejich majetek vzrostl třikrát rychleji než v předchozím roce. Dohromady mají v přepočtu 49 bilionů korun. Vyplývá to ze zprávy nevládní organizace Oxfam. **ČTK**

Trump si vyhrnul rukávy. Co ze svých slibů opravdu splní?

Nový americký prezident už začal jednat. Bude Amerika „silná po staletí“?

Donald Trump se postavil do čela nejmočnější země světa. Země, která se snaží udávat tón. Trump si toho je vědom a hned od svého nástupu do funkce přitvrzuje. „Každý Bidenův předchozí exekutivní příkaz bude zrušen,“ prohlásil třeba na nedělním mejdanu ve washingtonské aréně Capitol One, kam se sjeli jeho příznivci. Před nimi zopakoval, že američtí vlastenci si vezmou svou zemi zpět. Mluvil také miliardář a nejviditelnější Trumpův spojenec Elon Musk, který se stal členem týmu pro efektivitu vlády. Ten slíbil, že Amerika bude „silná po staletí“.

Trump první den v úřadu vydal desítky exekutivních opatření. Například to, že zveřejní tajné dokumenty týkající se vražd amerického prezidenta Johna F. Kennedyho či senátora Roberta Kennedyho.

ho. Podepsal dokumenty související s imigrací. Míří tak na lidi ilegálně překračující hranici s Mexikem. Zavede také označení řady drogových kartelů za zahraniční teroristické organizace.

V prvních hodinách Trumpova druhého funkčního období je středem pozornosti. Velká očekávání Evropy budí jeho kroky ohledně Ruska napadené Ukrajiny. Například Německo vyhlíží „Trump

povu Ameriku“ s obavami. Bojí se o stav demokracie ve světě, o další pomoc Ukrajině, ale i dopadů na vlastní blahobyty. Souvisí to s Trumpovými plány zavést pro evropské státy vyšší cla, čímž výrobky ze starého kontinentu budou pro Američany dražší.

Sedmačtyřicátý prezident Spojených států se svým zvolením vyhnul i řadě problémů. Po volbách před čtyřmi lety šířil nepodložená tvrzení

o volebních podvodech a odmítal uznat svou porážku. To 6. ledna 2021 vyvrcholilo násilným vniknutím jeho stoupenců do Kapitolu. Trump v neděli řekl, že tito pravomocně odsouzení lidé mohou doufat v omilostnění. Trump je však podle listu The Wall Street Journal známý tím, že se odklání od připraveného scénáře. Je tedy otázkou, co Trump ze svých slibů ve skutečnosti zrealizuje. **ČTK a MAP**

„Budu jednat s historickou rychlostí a silou a vyřeším všechny krize, kterým naše země čelí.“

DONALD TRUMP,
PREZIDENT USA



Americká hudební skupina Village People vystoupila na inauguraci Donalda Trumpa. Překvapivé rozhodnutí učinila poté, co podpořila jeho protikandidátku Kamalu Harrisovou. Jejich největší hit Y.M.C.A. se stal součástí Trumpovy kampaně, na jeho tóny pravidelně „tančili“. Trump se objevil také v obchodech v Rusku. Jako matřjoška. **2x ČTK**





Bylo nás pět

V lednu 1995 vlétl na televizní obrazovky seriál, který oplývá milým humorem a příjemnou meziválečnou poetikou. Pan Fajst v podání Stanislava Zindulky (vlevo), Rampepurda Barbory Srncové či Oldřich Navrátil (vpravo) v roli tatínka jsou jednoduše kouzelní, stejně jako parta pěti rošťáků v čele s Petrem Bajzou. Adaptace románu Karla Poláčka se zhostil scenárista a režisér Karel Smyczek. **HAL**

Chybí nám už 80 let

Pojďte s námi za Karlem Poláčkem, mistrem suchého humoru, tahounem Lidových novin a hlavně autorem legendární knihy Bylo nás pět.

Na svět přišel v Rychnově nad Kněžnou, tedy malém podhorském městě, kam zasadil i své dílo. V něm Poláček podal obraz české malosti, marnosti a prázdnoty v jedné ruce s láskou, pracovitostí a obětavostí.

Úspěch s Hugem Haasem

Poláčekův otec, židovský obchodník s koloniálním zbožím, byl nejen předobrazem tatínka z *Bylo nás pět*, ale také milujícím rodičem, jenž kvitoval synovy úspěchy v Praze. Již v roce 1920 se tam Karel seznámil s bratry Čapkovými, načež se stal členem takzvaných pátečníků (mezi ně se vedle Karla a Josefa Čapků řadili i T. G. Masaryk či Edvard Beneš) a začal psát sloupky, soudničky a fejetony pro Lidové noviny – ty byly



Spisovatel Karel Poláček se narodil v roce 1892.

PROFIMEDIA

v meziválečné době špičkovou novinářskou adresou.

Tvůrčí přelom však přišel až s rokem 1931, kdy Poláčkovi vyšli Muži v offsidu, kterým k desetitisícovým prodejům napomohl i stejnojmenný snímek s Hugem Haasem v roli zařatého slávisty Načeradce. Nejnavštěvovanější film té doby zásadně zasáhl do života celé Poláčkovy rodiny. „Tatínek byl najednou slavný, vyhledávaný. Snímek

naší rodiny se objevil v časopise Světozor spolu s dlouhým článkem,“ vzpomínala Poláčkova dcera Jiřina s tím, že jejich rodinný příjem nabobtnal na trojnásobek.

Na vrcholu popularity se však Poláček nečekaně pohroužil tam, kde vyrostl, do Rychnova v podhůří Orlických hor. Postupně se zrodily knihy *Okresní město* (1936), *Hrdinové táhnou do boje* (1936), *Podzemní město*

(1937) a v době počínající německé okupace i *Vyprodáno* (1939). To již byla na obzoru druhá světová válka a s ní martyrium, jež pro Poláčka, občana židovského původu, začalo vyhazovem z Lidových novin.

Trudné měsíce v ghettu

Za války trpěl osudem „občana druhé kategorie“. Pracoval v pražské Židovské radě starších a působil v takzvaném bücherkommandu, které objíždělo celý protektorát a odváželo knihy, jež zůstaly po transportovaných rodinách.

Během léta 1943 došlo k nejhoršímu, Poláček nastoupil do transportu do Terezína. Ještě předtím se mu povedly dvě mimořádné věci. Jednak kvapně dopsal román *Bylo nás pět*, a hlavně se mu podařilo zachránit svou jedinou dceru Jiřinu, kterou poslal do Anglie.

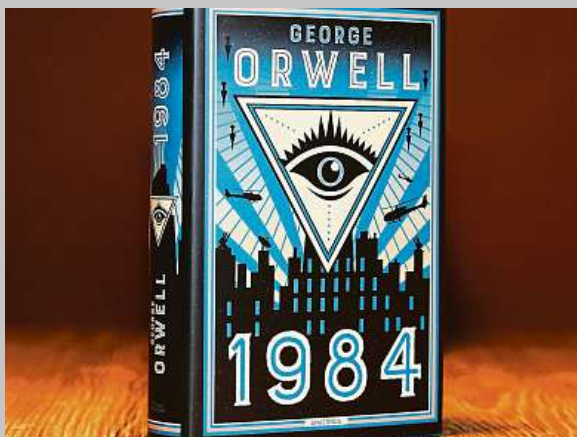
V terezínském ghettu Karel Poláček pobyl do října 1944, kdy jej zařadili do transportu do Osvětimi. Odtud byl ještě převezen do tábora Hindenburg, následoval pochod do lágru v Gliwících. Tam byl 21. ledna 1945 zavražděn. **DAVID HALATKA**

BAJZOVA ULICE

Na „svého“ Poláčka nezapomíná jeho rodný Rychnov nad Kněžnou, kde je po něm například pojmenované náměstí, v místní synagoze má pak svůj památník.

- Před Pelcovým divadlem také stojí sousoší pěti chlapců a psa Pajdy z knížky *Bylo nás pět*, jejíž hlavní hrdinové mají v Rychnově také své ulice.

- Město každý rok hostí kulturní festival Poláčkovo léto. **ČTK**



Orwell a 1984

Jeho jméno vstoupilo do běžného jazyka coby synonymum totalitní mašinerie. Britský spisovatel George Orwell v románu *1984* popisuje život obyčejných lidí v totalitní tyranii, kterou řídí Velký bratr. Ve *Farmě zvířat* zase vykreslil, jak vzniká „vláda lidu“ a jak lze sebelepší myšlenku zneužít. Obě knihy poskytují vhled do psychologie nesvobody a strachu. Od Orwellova úmrtí dnes uplynulo 75 let. **ČTK**



2x PROFIMEDIA

Cesta za zdravým a spokojeným životem začíná ve střevech

Je nesmírně důležité bedlivě naslouchat signálům svého těla. Pokud se cítíte často unavení a zdaleka již nezvládáte to, co dříve, hledejte příčinu ve střevech. Právě tam se totiž dle nejnovějších výzkumů ukrývá tajemství zdravého a spokojeného života. Když si začnete hýčkat střevní mikrobiom, kvalita všech vašich prožitků se může výrazně zlepšit. Jak na to? Zeptali jsme se Zuzany Juskové z mladé české firmy SimpleBiotix.

Zuzko, jak jste se dostala k nápadu vyrábět vlastní potravinový doplněk?

V mládí jsem reprezentovala Českou republiku ve snowboardingu. Mám ráda aktivní životní styl a zde je základem tělo, které vás nezradí a funguje. Postupem času, když jsem založila rodinu a zažívala stres v práci, jsem najednou pocítila, že mé tělo stárne, vytrácí se energie a ubývají síly. Právě v té době jsem poznala mikrobiologa RNDr. Petra Ryšávku a ten mi osvětlil, že tajemství zdravého a spokojeného života se ukrývá ve střevech. Tehdy poprvé mi byl vyvrácen mýtus, že probiotika se užívají jen při antibiotické léčbě.

A není to tak? Vždyť každý lékař nám probiotika k antibiotikům doporučí.

Antibiotická léčba je vlastně poprava přátelských bakterií v našem břicho. Je tedy úplně na místě a v podstatě nutné souběžně s antibiotiky nasadit vhodná probiotika. Ale probiotika dokážou odvést skvělou práci i ve zdravém těle. Naše potrava už dávno není tak bohatá na živiny jako to bylo za dob našich babiček. Jíme spoustu průmyslově zpracovaných jídel, čerstvost a lokálnost kvalitních potravin nám chybí. Šídíme naše tělo o dodávku těch správných přátelských bakterií a také krmení pro ně. Jen dostatek fermentovaných

potravin nestačí. Musíme zajistit i odpovídající množství vlákniny, aby bakterie v těle mohly pracovat a množit se.

Jak se takový nedostatek přátelských bakterií může projevit?

To je právě u každého člověka různé – například u mě to byla celková únava a problémy s trávením. Když správně nepracují střeva, může se to odrazit i na náladě a duševním zdraví, zvýšenou náchylností ke stresu, a samozřejmě vším, co je spojené s cestou potravin od úst až do záchodové mísy – takže trávení, zažívání i vylučování, nadměrná plynatost. Špatná činnost střev může souviset i třeba s kožními problémy nebo nepříjemným nafouknutím břicha, což trápí zejména dámy. Nesmíme zapomínat na to, že střeva hrají velmi důležitou roli v budování imunity. Ve střevech se skrývá 70% naší imunity.

Takže když si dám do pořádku střeva, budu se cítit dobře?

Myslím si, že by péče o střeva měla být součástí našeho života – stejně jako třeba bereme vitamíny nebo se staráme o pleť. Právě proto jsme začali vyrábět doplněk stravy SimpleBiotix, kde kombinujeme kvalitní probiotika s prebiotiky (krmení pro probiotika) a ostatními blahodárnými látkami.



Máte nějaké konkrétní příběhy lidí, kteří mají se SimpleBiotix zkušenosti?

Těch příběhů je už celkem dost. Někdo si SimpleBiotix pochvaluje, že má více energie a ráno se mu lépe vstává. Starší lidé nám volají, objednávají SimpleBiotix znovu, protože jim ulehčuje zažívání, trávení a vyprazdňování. Cestovatelé si SimpleBiotix berou s sebou na cesty, aby se cítili komfortně. Zpětná vazba od zákazníků je pro nás hlavním motorem,

kteří nás pohání v hledání těch nejlepších přátelských bakterií a snaže vyvíjet udržitelný a kvalitní produkt.

**Sleva 200 Kč
s kódem
METRO200**

Získejte dlouhodobou kontrolu nad svou váhou, náladou a zdravím. **Objednejte svoji SimpleBiotix kúru na www.simplebiotix.cz nebo na telefonu 777 150 678 Zadejte slevový kód **METRO200** a dostanete **slevu 200 Kč.****

Dejte svá střeva do pořádku.

simple**biotix**

www.simplebiotix.cz



Startuje sedmý ročník expedice Go za Gorilou!

Na výpravu za vzácnými gorilami vyrazí výherkyně posledního ročníku fotografické soutěže.

Expedice do rovníkového deštného pralesa východoafrické Ugandy za ohroženými horskými gorilami nazvaná Go za Gorilou! startuje v sobotu 25. ledna. Na dobrodružnou cestovatelskou výpravu tentokrát vyrazí výherkyně posledního ročníku fotografické on-line soutěže kávové značky Mountain Gorilla Coffee Lucie Škardová a ambasadoři tohoto ročníku herci Jakub Štáfek a Václav Matějovský.

Cílem projektu Go za Gorilou! je podpořit organizaci Gorilla Doctors pečující o poslední zbylé horské gorily žijící v ugandských horách a spo-



Mládě gorily horské M. G. C. Trade

lek Bolíto, který pomáhá dětem v resocializaci po těžkých popáleninových úrazech.

Účast na projektu Go za Gorilou! se mezi tuzemskými hudebníky již stává tradicí. V předchozích letech ho podpořili Tomáš Klus, Xindl X, Kamil Stříhávka, zesnulý Jan Kalina ze Sto zvířat, Matěj Ruppert z kapely Monkey Business nebo Michal Malátný z kapely Chinaski.

Horské gorily jsou ohrožená zvířata, kterých zbývá po-

KÁVA Z UGANDY

Mountain Gorilla Coffee je značka společnosti M. G. C. Trade.

- Ta dováží kávu nebo kakaové boby z Ugandy. Firma nakupuje přímo od farmářů za férové ceny.

sledních více než tisíc jedinců na světě v jediné oblasti na hranicích Rwandy, Konga a Ugandy. Právě tam míří expedice Go za Gorilou!

Výstup do hor za gorilami je však náročný a může být i poměrně dlouhý. Nelze předem přesně odhadnout, jak dlouho bude účastníkům expedice trvat cesta k místu aktuálního výskytu goril. Účastníci expedice Go za Gorilou! proto vyzývají veřejnost, aby na webu www.kavagorila.cz, na facebookovém profilu

[facebook.com/mountaingorilla.cz](https://www.facebook.com/mountaingorilla.cz) a na instagramu <https://www.instagram.com/mountaingorillacoffee/> sledovala cestovatelské zážitky jednotlivých účastníků expedice a tipovala, za jak dlouho se skupině podaří tlupu horských goril v ugandských kopcích najít. Ten tipující, jehož odhad bude nejbližší, vyhraje jeden kilogram kávy Mountain Gorilla Coffee Dian Fossey.

Expedice Go za Gorilou! je vyvrcholením téměř půlročního projektu společnosti Mountain Gorilla Coffee, která právě z Ugandy dováží vynikající a ekologicky pěstovanou pětihvězdičkovou kávu a čokoládu. Z každého produktu Mountain Gorilla Coffee zakoupeného od listopadu do prosince loňského roku šlo pět korun pro každou ze zmíněných organizací, celkem se takto vybralo kolem sto tisíc korun.

Sazka loni vytvořila 402 milionářů a spustila revoluční projekty

Společnost Sazka v roce 2024 pomohla splnit sny a přání více šťastlivcům než loni. Z loterií vzešlo 402 milionářů a Sazka v nich rozdala 72,5 milionů výher v hodnotě více než 11,6 miliard korun. Nejvyšší výhra roku padla v Eurojackpotu v Praze, v němž si sázející odnesl přes 129 milionů korun. O stírací losy byl v roce 2024 rekordní zájem. Popularitu losů se Sazka rozhodla využít i v udržitelnosti a jako první loterijní společnost na světě spustila platformu reLosy zaměřenou na upcycling. Sazka rozšířila svoje aktivity také o nový sponzoringový projekt Sazka Champs.

Celková statistika za rok 2024

Za rok 2024 je Česko díky Sazce bohatší o 402 nových milionářů. Nejvyšší výhra padla 16. dubna, kdy plná sázenka s náhodným tipem přinesla štěstí sázejícímu z Prahy, který vyhrál v Eurojackpotu 129 349 298 korun ve druhém pořadí. Nejvíce milionářů z číselných loterií přibýlo v Jihomoravském kraji, v těsném závěsu je Středočeský kraj. Velmi se dařilo i sázejícím na internetu, z něj vzešlo 112 nových milionářů.

Číselné loterie

Nejpopulárnější loterie Sportka společně s oblíbenou číselnou loterií Eurojackpot učinily z 338 sázejících milionáře, kteří si mezi sebe rozdělili 1,77 miliard korun. Díky změnám, kterými Sportka v druhé polovině roku 2024 prošla, mají sázející s plnou sázenkou vyšší šanci na výhru. Průměrná výše Superjackpotu narostla dvojnásobně a stejně tak v dalším roce stoupne počet milionářů. Minimální výše Superjackpotu se zvýšila na 30

milionů korun.

Evropská loterie Eurojackpot oslavila 10 let na českém trhu a poprvé v historii možná výhra několikrát překročila magickou hranici 3 miliardy korun.

Ve Sportce a Eurojackpotu bylo za rok 2024 rozdáno 190 premií v hodnotě 273 milionů korun a mezi nejoblíbenější patřily vozy Range Rover Defender nebo apartmány v exotice.

Stírací a online losy

Losy mají za sebou opravdu úspěšný rok. V loňském roce

vygenerovaly 39 milionářů s nejvyšší vyplacenou výhrou 15 000 000 Kč. Celkově bylo vyplaceno na výhrách ve stíracích i on-line losích téměř 5,8 miliard korun. Nejoblíbenějšími losy jsou dlouhodobě Černá perla a Rentier. Rostoucí popularitu Sazka eviduje i v případě on-line losů.

Udržitelná platforma reLosy

Novinkou roku 2024 byla udržitelná platforma reLosy, která dává stíracím losům druhý život. Mezi první produkty patří tenisky Sazka Kickz, modulární nábytek, deodorizační

rePuk a BMX pumptrack. Projekt je unikátní nejen v Česku, ale i ve světě.

Podpora sportu a charitativní propojení

Sazka Champs, další klíčový projekt loňského roku, cílí na podporu mladých sportovců a parasportovců. Pokračovala také spolupráce s Českým paralympijským výborem a nadačním fondem Kapka naděje. V závěru roku Sazka podruhé uspořádala charitativní stream na podporu nadačního fondu Twisten Foundation a nově se také spojila s Centrem Paraple.

Počet milionářů číselných loterií podle krajů



SERVIS

SUDOKU: DALŠÍ NAJDETE NA WWW.SUDOKU.CZ

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

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

Humáňata

Nedávno jsem četl dystopický román Deník 2038 od fiktivního autora Josefa Konrada Lewhardta. Znáte ho asi nebudete, vydalo ho malé vydavatelství Nová vlna v roce 2023. Přináší tísňový pohled na školství v budoucnosti, již by asi kdekdo označil za „progresivistickou“. Téměř nic se nepojmenovává napřímo, ale kolem všeho se kličkyje v extrémně korektním výrazívu. Ve škole zítřka se už neučí, ale získávají se kompetence. Žáci jsou tedy kompetující kompetenti docházející do kom-

„Je to jen dystopie, řeknete si. Ale jak víme, dystopie nám jsou blíže než utopie.“

petenčního centra zvaného lidově koncentrák. Musejí absolvovat interkulturní a konfliktní tréninky upevňování kolektivního vědomí a správného ekologického postoje. Označení děti je už zastaralé, nově se má říkat „humáné“ nebo „rostoucí osoba“. Rodiče pak mohou žít v různopohlavním, stejnopohlavním, polygamním, družstevním či kom-

plexním partnerství, ideální je, aby humáňata pendlovala mezi více rodinami. Je to jen dystopie, řeknete si. Ale jak víme, dystopie nám jsou blíže než utopie. Partnerka dělá v zimě lyžařskou instruktorku pro děti. Na svahu se pravidelně pořádaly mezi dětmi závody. Pak přišlo oznámení, že se závodům nesmí říkat závody, ale aktivity. Pak že žádné dítě nesmí zůstat mimo stupínek vítězů, takže se udělovala jen první, druhá a třetí místa. Letošní novinkou je, že se udělují už jen první místa. Aby to žádnému humáňeti nebylo líto.

Pardon, už se mi do toho začal plést slovník z té knihy. Nevíte proč?



IVAN ADAMOVIČ
PRŮVODCE PŘÍTOMNOSTI

POČASÍ

DNES	ZÍTRA	ČTVRTEK	PÁTEK
0/4 °C	0/4 °C	1/5 °C	1/5 °C

Teplotní rekordy: ↓ -24,8 °C (1850) ↑ 13,1 °C (2007) Bio: ❤️❤️❤️

ČT1



20.10 Komisařka Florence VIII (1/4)
Pastýřova hvězda. Krimiseriál (Fr., 2024). Hrají: G. Hamonová, A. Varga, D. Pinon, J. Ugolinová

21.45 Kráska v nesnážích
Komedialní drama (ČR, 2006). Hrají: A. Geislerová, J. Abrahám, R. Luknár, J. Brejchová. Režie J. Hřebejk

23.39 Výsledky losování Šťastných 10 a Euromilióny

23.40 Dalglish II
Seriál (VB, 2023)

00.30 AZ-kvíz

ČT2



20.00 Hranice Evropy
Film o lidské důstojnosti, péči a o tom, co znamená práce v nejšířím slova smyslu

21.45 Letecké katastrofy
Beze stopy

22.30 Vzestup a pád nacistů (3/10)
Demokracie bez demokratů 1929-1933

23.25 Operace Barbarossa (2/3)
Moskva a Leningrad

00.10 Televizní klub neslyšících

00.40 Knihy, které Hitler nespálil

NOVA



20.20 Jedna rodina (116)
Falešná operace. Komedialní seriál (ČR, 2025). Filip odlétá do USA předat Mikeše. Hrají: K. Issová, P. Zedníček, F. Blažek

21.45 Comeback
Pravidla rodinného provozu. Sitcom (ČR, 2008). Hrají: T. Matonoha, M. Dejdar, D. Batulková

22.25 Comeback
Je jaro...

23.00 Na Vaší straně
Nejste na to sami

23.40 Kriminálka Las Vegas (18)
Krimiseriál (USA, 2000)

PRIMA



20.15 Kamarádi (21)
Rodinný seriál (ČR, 2024). David s Klárkou Šmídovou skutečně trávi čas a Majer s Houskovou si líbují, jak jim plán vychází. Hrají: A. Chochoolatá, D. Gránský, J. Komínek, P. Děrgel

21.35 7 pádů Honzy Dědka
Populární talk show v nové sezoně ze Švandova divadla

22.40 7 pádů Honzy Dědka

23.55 Ano, šéfe!
Uvádí Z. Pohltreich

01.00 Policie v akci
Čtyři případy, čtyři osudy

ÓČKO



17.50 Óčko hity

18.00 CZ & SK
České a slovenské klipy

19.00 YouTube Chart
Co trenduje ve světě?

19.30 Óčko hity
Klipy nonstop

21.00 Hot hity
Žhavé klipy

22.00 Naked Attraction Italy

22.40 Virtuální svět TV

0.00 Óčko flirt

POZOR, ČEŠTÍ OBČANÉ!

NEŽ OTOČÍTE
DALŠÍ STRÁNKU,
ČTĚTE DALŠÍ...

Revoluční recept švédských vědců obnovuje sluch za 72 hodin bez chirurgického zákroku a sluchadla

K DISPOZICI JE
1000 BALENÍ ZDARMA

Je vám mezi 28 a 95 let? Získejte přípravek ZDARMA!

Žijeme v době, kdy máme na dosah ruky obrovský technologický pokrok a znalosti, ale přístup k nim má jen hrstka nejbohatších vyvolených. Proto odborníci na klinice NordMed ve Stockholmu zahájili inovativní zdravotní program. Díky této iniciativě dostávají tisíce lidí z celé Evropy zdarma revoluční přípravek, který napravuje sluch a chrání před hluchotou a přetrvávajícím hučením v uších. **Tržní hodnota tohoto přípravku je 3000 Kč!** V současné době zahrnuje zásilka geniálního přípravku i Českou republiku a je zcela zdarma. Právě jste získali možnost získat ZDARMA řešení, které vám navrátí plný požitek ze zvuků a každodenní konverzace. Zavolejte nám na číslo uvedené na této stránce.

Objev švédských vědců oceněný Nobelovou cenou

Organický stimulátor vnitřního ucha je:

- Zlepšení porozumění řeči o 70%
- Snížení výskytu tinnitu o 60%
- Tlumení zvuků o 20-30 dB
- 3krát lepší komunikace ve skupině
- 8 hodin kvalitního spánku - bez hučení v uších
- 4krát lepší slyšitelnost v hluku
- Pohodlný poslech rádia, sledování televize

**Zdravý sluch za pouhých 72 hodin - získejte ZDARMA
ZAVOLEJTE si o bezplatné balení přípravku**

354 770 347 | Pospěšte si, kdo dřív přijde, ten dřív mele

Získáte 4x lepší sluch - u sebe doma!

Nemusíte čekat ve frontách, objednávat se ani chodit na kontroly. Stačí zavolat na číslo uvedené na této stránce a požádat o BALÍČEK na posílení sluchu ZDARMA, který vás ochrání před opakovaným výskytem tinnitu.

Pokud splňujete tyto podmínky, máte 100% nárok na švédský program nechirurgické obnovy sluchu:

- Váš rok narození je mezi lety 1929 a 1996
- Máte české občanství
- Chcete znovu slyšet bez léčby a naslouchadel

Okamžitě zavolejte na autorizovanou linku pomoci, jejíž číslo je uvedeno na této stránce. Požádejte o 1 z 1 000 bezplatných balení výrobku proti hluchotě. **Upozornění: tato nabídka platí pouze do vyprodání zásob.**

Kvalita švédských vědců do české kapsy

„Mocná zbraň proti hluchotě“, „aplikujete jednou denně a problém je pryč“, „tinnitus zmizí, jako by ho někdo vypnul tlačítkem“ - to jsou nadšené názory již více než 12 000 lidí, kteří se zúčastnili kampaně institutu NordMed a využili bezplatné kúry. V České republice se ekologický přípravek stává také senzací: **již za 72 h začíná posilovat řasnaté buňky**

ucha a zlepšuje periferní prokrvení mozku. Velkolepé účinky se dostávají okamžitě: prakticky úplné ustání hučení a pískání v uších, slyšení přirozených okolních zvuků ve vynikající kvalitě, zbavení se bolesti hlavy a pocitu přetékajícího nebo vatového uchu.



NordMed Institute ve Stockholmu - zde byl vyvinut průlomový organický přípravek, který zvyšuje vedení zvuku v uchu o 70% a potlačuje proces pokročilé hluchoty během 72 hodin

- *Po 3 dnech tinnitus zmizel. Tento přípravek obnovuje normální stav.* Radek, 55 let, Pardubice
- *Jako bych dostal nové uši darem. Mluvení mi opět přináší potěšení.* Helena, 68 let, Most
- *Konečně mluvím jako rovný s rovným. Žádné opakování, žádný křik.* Dalibor, 60 let, Jihlava

299/300 lidí potvrzuje:

potěšení z poslechu roste každým dnem

Před kúrou:



Problémy se sluchem

72 h:



Čistý zvuk
90-100 dB

5 dní:



Slyšitelné zvuky
50-60 dB

20 dní:



I slabé zvuky o
hlasitosti 30-40 dB
jsou zřetelné

Dokonalý sluch ihned - pro vás nebo pro někoho, koho máte rádi

Ekologický přípravek, který vznikl v zemi, kde **si lidé udržují sluch v kondici až do 90 let**, je k dispozici na telefonním čísle uvedeném na této stránce.

D Ů L E Ž I T Ě: Pokud se někdo z vašich blízkých potýká s přetrvávajícím hučením v uších nebo ztrátou sluchu, můžete si pro něj rezervovat bezplatné balení přípravku. Výrobce přípravku **nevyžaduje žádné certifikáty ani záruky.**

Dokonalý sluch - bez operace a bez nákladů.

Vyzvedněte si přípravek za 0 Kč: 354 770 347

NABIDKA PLATÍ DO: **11.02.2025**

po-pa 8:00 - 20:00 sob: 8:00 - 16:00. Běžné místní spojení bez příplatku.



Bijec chce dodělat školu

Jeden až dva měsíce odpočinek, dokončení vysokoškolského studia a poté příprava na další zápas, tak vypadají nejbližší plány předního českého MMA bojovníka Jiřího Procházky. V rozhovoru s novináři po víkendové výhře nad Američanem Jamahalem Hillem zopakoval, že by se nejdříve příště utkal s Alexem Pereirou z Brazílie, který jej v elitní organizaci UFC už dvakrát porazil. „Musím dokončit magisterské studium, což bude květen, červen. A po létě bych chtěl další zápas,“ upřesnil Procházka. Dvaatřicetiletý bojovník studuje na Fakultě sportovních studií Masarykovy univerzity v Brně.

ČTK

Špaček může být králem Ligy mistrů

Útočník hokejové Sparty Michael Špaček je jedním z pěti kandidátů na cenu pro nejužitečnějšího hráče Ligy mistrů. Na webu soutěže mu až do neděle mohou dát hlas fanoušci, kteří o držiteli trofeje z 50 procent rozhodnou. Z druhé poloviny hlasování ovlivní odborná porota.

Český reprezentant si nominaci vysloužil zejména zásluhou výkonů v týmu Ser-

vette Ženeva, za který nastupoval v úvodu sezony. Do Sparty se přesunul na začátku prosince. V dresu Ženevy Špaček nasbíral v osmi zápasech 12 bodů. Za Spartu nastoupil třikrát a připsal si gól a přihrávku. Pražanům pomohl k postupu do semifinále play-off, ve kterém je dnes čeká odvetné utkání s Färjestadem. Před týdnem vyhrál švédský tým 6:2. ČTK

KRÁTCE

„Jsme nejhorší Manchester“

Trenér Rúben Amorim po další porážce fotbalistů Manchesteru United označil svůj tým za možná nejhorší výběr v klubové historii. „Rudí ďáblové“ ve 22. kole podlehli doma Brightonu 1:3 a jsou až třinácti v tabulce. Devětatřicetiletý Portugalec přišel k týmu v listopadu ze Sporthingu Lisabon po odvolání Erika ten Haga. V dosavadních 15 soutěžních zápasech pod jeho vedením vyhrálo mužstvo šestkrát. V lize získali United z posledních šesti kol jen čtyři body a na svém stadionu Old Trafford prohráli po čtvrté z uplynulých pěti utkání. ČTK

cetiletý Portugalec přišel k týmu v listopadu ze Sporthingu Lisabon po odvolání Erika ten Haga. V dosavadních 15 soutěžních zápasech pod jeho vedením vyhrálo mužstvo šestkrát. V lize získali United z posledních šesti kol jen čtyři body a na svém stadionu Old Trafford prohráli po čtvrté z uplynulých pěti utkání. ČTK

KRÁTCE

Koleno zlobí

Slovenská slalomářka Petra Vlhová se vzdala naděje na start na únorovém mistrovství světa. Přesně rok poté, co utrpěla zranění kolena olympijská šampionka oznámila, že stále není připravena naplno se vrátit do závodního kolotoče a bojovat o nejvyšší příčky.

Paní Čoprová

Úřadující mistr světa a olympijský vítěz z Tokia 2021 v hoďu oštěpem Níradž Čopra se oženil. Svěrevec světového rekordmana Jana Železného měl svatbu doma v Indii za účasti rodiny a blízkých přátel. ČTK

Jednička postupuje

Z českých tenistů pokračuje na prvním grandslamu sezony už jenom Kateřina Siniaková.

Osmadvacetiletá Siniaková si na Australian Open zahrála čtvrtfinále čtyřhry. S americkou spoluhráčkou Taylor Townsendovou porazily kanadsko-ukrajinskou dvojici Leylah Fernandezová, Nadija Kičenoková. Siniaková, deblová jednička, může získat v Melbourne třetí titul ve čtyřhře a jubilejní desátý grandslamový.

Jednička se nadřela

Obhájce titulu a první hráč světa Ital Jannik Sinner postoupil na Australian Open do čtvrtfinále. Přestože nebyl v ideální kondici, porazil Dána Holgera Runeho za více než tři hodiny 6:3, 3:6, 6:3, 6:2. Dvojnásobný grandslamový šampion vyhrál v Melbourne jedenáctý zápas v řadě, proti Runeemu zaznamenal 35 vítězných míčů a 14 es. „Dnešní ráno bylo zvláštní, ani jsem neudělal rozčvičku. V duchu jsem věděl, že dnes budu bojovat,“ řekl v rozhovoru Jannik Sinner.



Debllová jednička Kateřina Siniaková

AP

Pokračuje také pětinasobná grandslamová šampionka Iga Świąteková. Němku Evu Lysovou, která se mezi šestnáct nejlepších dostala poté, co naskočila do turnaje jako „lucky loser“ za odhlášenou Rusku Annu Kalinskou, porazila za hodinu 6:0, 6:1. Polka pokračuje turnajem bez ztráty setu.

Rusky nemají šanci

Velmi sledovaným byl zápas Ukrajinky Eliny Svitolinové.

Ta porazila Rusku Veroniku Kuděrmětovovou 6:4, 6:1. „Byla jsem dnes extrémně motivovaná vyhrát, aby se lidé na Ukrajině probouzeli s dobrými zprávami. Cítím se zodpovědná za to, abych našla cestu, jak vyhrávat zápasy a přinést ukrajinskému lidu trochu světla a výher,“ uvedla Svitolinová, která má od zahájení invaze na Ukrajině proti ruským hráčkám bilanční 7:0. Ani dnes si tenistky nepodaly ruku u sítě. IDNES.cz

ČÍSLA DNE

7

Sedminásobný mistr světa formule 1 Lewis Hamilton se poprvé představil jako pilot Ferrari. Zatím jen v obleku a prostřednictvím fotografie na sociálních sítích Scuderie, pořízené před domem zakladatele italské automobilky Enza Ferrariona v Maranellu. Závodní monopost by měl poprvé řídit zitra na soukromém okruhu Fiorano.

85

Američan Jack Nicklaus, který se narodil 21. ledna 1940 a dnes slaví 85. narozeniny, zaujímá ve světě golfu stejné postavení jako Wayne Gretzky v hokeji, Pelé ve fotbale či Michael Jordan v basketbalu. Hráč přezdívaný Zlatý medvěd či Velký Jack vyhrál rekordních 18 turnajů kategorie major a v řadě anket byl vyhlášen nejlepším golfistou historie. V roce 1999 ho prestižní časopis Sports Illustrated dokonce zvolil nejlepším sportovcem 20. století. ČTK

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, Palác Koruna, Praha 1

Pronájmy - nabídka

• Pronajmu jednolůž. vybavené pokoje v Adamově. Společné soc. vyb. včetně kuchyně v ceně. Topení, el. energ., WIFI, TV 25 programů. 7200 Kč. T: 601538054