

Přejeme vám krásné pondělí!

V Pekařství Hello! vás celý tento týden čeká plno skvělých nabídek.
Nakupte u nás čerstvé pečivo na cestu ještě výhodněji.

metro®

PONDĚLÍ 21. ŘÍJNA 2024 Č. 202 • WWW.METRO.CZ

PEKAŘSTVÍ

Hello!
Vaše čerstvé pekařství

www.pekarstvi-hello.cz

HOT DOG

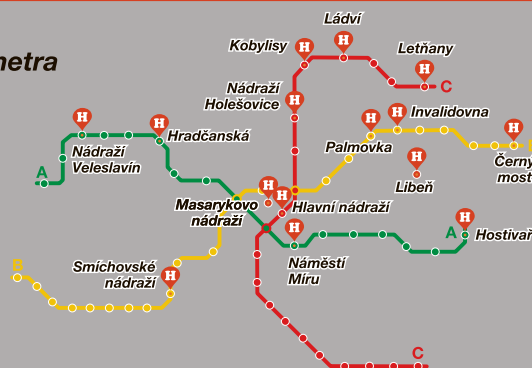


Akce platí
do 27. 10. 2024
nebo do vyprodání
zásob.

1+1
ZDARMA

Ve stanicích pražského metra

Seznam
všech našich
prodejen
najdete zde:



MUFFIN



Akce platí
do 27. 10. 2024
nebo do vyprodání zásob.



1+1
ZDARMA

OVOCNÁ KOBLIHA



Akce platí
do 27. 10. 2024
nebo do vyprodání zásob.



2+1
ZDARMA

JAKÁKOLIV KÁVA + CROISSANT



Akce platí
do 27. 10. 2024
nebo do vyprodání zásob.



CROISSANT
ZDARMA

ŘEMESLNÝ ŠÁTEK



Akce platí
do 27. 10. 2024
nebo do vyprodání zásob.



2+1
ZDARMA

XXL KLOBÁSA



Akce platí
do 27. 10. 2024
nebo do vyprodání
zásob.

1+1
ZDARMA

BAGETA KUŘECÍ ŘÍZEČKY



Akce platí
do 27. 10. 2024
nebo do vyprodání
zásob.

-30 Kč



WWW.EXEKUCESUMPERK.CZ

DRAŽBY NEMOVITOSTÍ

Mgr. Marcel Kubis, Exekutorský úřad Šumperk



**VYVOLÁVACÍ
CENA
264 667,-**

Dražba podílu id. 1/3 na bytové jednotce 1+1 v obci Meziměstí, okres Náchod

Jedná se o dražbu spoluvlastnického podílu o velikosti id. 1/3 k bytové jednotce č. 9/8 včetně příslušenství a podílu na společných částech domu č.p. 9 a 10. Bytový dům č.p. 9 se nachází v ulici 5. května, v centru obce Meziměstí. Dům je ½ dvojdomu, podsklepený, s šesti NP s výtahem. Svislé konstrukce železobetonové montované, stropy železobetonové montované, střecha plochá s živoucí křídou, oplechování pozink. plechem. Fasáda je opatřena strukturovanou omítkou se zateplením. Bytový dům byl postaven cca v roce 1972, v současnosti je v udržovaném stavu. Bytová jednotka č. 9/8 o velikosti 1+1 se nachází ve 3. NP a je v udržovaném stavu.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 5. 11. 2024.



**VYVOLÁVACÍ
CENA
128 000,-**

Dražba garáže v obci Bechyně, okres Tábor

Jedná se o dražbu řadové, vnitřní, přízemní garáže. Garáž je pravděpodobně založena na základových pasech. Konstrukce garáže je zděná a její stavebnětechnický stav je odpovídající běžné údržbě. Fasáda garáže není zateplená. Střecha garáže je pultová s krytinou z plechu. Na střeše jsou žlaby se svody. Klempířské prvky jsou z pozinkovaného plechu. Vrata garáže jsou plechová dvoukřídlá. Přístup k nemovitosti je po místní nepevněné komunikaci ve vlastnictví města Bechyně. Z IS je přípojka elektřiny pravděpodobně v dosahu, přípojky nebylo možné ověřit.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 6. 11. 2024.



**VYVOLÁVACÍ
CENA
18 000,-**

Dražba podílu id. 1/4 na pozemku (orná půda) v obci Konice, okres Prostějov

Jedná se o dražbu spoluvlastnického podílu o velikosti id. 1/4 k pozemku parc.č. 3186 - orná půda, o výměře 3.737 m², v k.ú. Runárov, obec Konice, okres Prostějov. Pozemek se nachází cca 600 m severozápadně od okraje zastavěné části obce. Jedná se o zemědělský pozemek trojúhelníkového tvaru. Pozemek je na severozápadní straně ohraničený lesním porostem, na severovýchodní straně keřovými porosty a nachází se v lánu. K pozemku je přístup přes sousední pozemek parc.č. 3201, který je ve vlastnictví města Konice. V územním plánu je pozemek vedený jako plocha zemědělská.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 7. 11. 2024.



**VYVOLÁVACÍ
CENA
337 778,-**

Dražba podílu id. 1/3 na RD se zahradou v obci Arnoltice, okres Děčín

Jedná se o dražbu spoluvlastnického podílu o velikosti id. 1/3 na zděném, podsklepeném rodinném domě s využitým podkrovím pod sedlovou střechou. Objekt se nachází na adrese Arnoltice 56, 407 14 Arnoltice. Pozemky leží v mírně sklonitém terénu, tvoří jednotný funkční celek a jsou přístupné po veřejné komunikaci. Dům je napojen na IS: elektro, obecní vodovod, žumpa. Objekt sestává z bytové jednotky o velikosti 7+1 s kompletním sociálním zařízením. Původní stáří objektu je dle dostupných materiálů přes 80 roků. Na domě byla provedena přístavba směrem do uliční a dvorní části. Zároveň byla provedena rekonstrukce střešní krytiny a částečné zateplení objektu. Celkový technický stav a údržbu lze ke dni ocenění uvažovat jako stavba se zanedbanou údržbou.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 19. 11. 2024.



**VYVOLÁVACÍ
CENA
410 000,-**

Dražba podílu id. 1/2 na bytové jednotce 3+1 v obci Rynárec, okres Pelhřimov

Jedná se o dražbu spoluvlastnického podílu o velikosti id. 1/2 na bytové jednotce č. 54/1 o dispozici 3+1, která se nachází v budově č.p. 54 v obci Rynárec v 1. NP. Byt sestává z chodby, kuchyně, 3x pokoje a koupelny se sprchovým koutem a WC, chybí kuchyňská linka. Byt je v původním stavu s minimální údržbou. Užité plocha jednotky je 69,8 m². Z IS sítí je nemovitá věc napojena na veřejný vodovod, kanalizaci a elektřinu. Vytápění bytu zajišťuje kotel na tuhá paliva. Ohřev teplé vody zajišťuje bojler a kotel na tuhá paliva. Bytová jednotka se nachází v samostatné stojící, přízemní, nepodsklepené rodinné domě s obytným podkrovím. Fasáda domu není zateplená. V domě se nacházejí 2 jednotky (č. 54/1 a č. 54/2). K domu patří oplocená zahrada. Přístup k nemovitosti je po místní zpevněné komunikaci.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 21. 11. 2024.



**VYVOLÁVACÍ
CENA
32 000,-**

Dražba podílu id. 1/25 na bytové jednotce 4+1 v obci Karviná

Jedná se o řadový, krajní, bytový dům panelové konstrukce s jedním číslem popisným. Budova má 8 NP. Okna budovy jsou plastová. Parkování je možné v omezeném množství před domem. Vchodové dveře jsou hliníkové prosklené. V budově je výťah. Fasáda domu je zateplená. Stavebně-technický stav objektu je dobrý. Přístup k nemovitosti je po místní zpevněné komunikaci s chodníkem. Dražená jednotka č. 2262/22 se nachází v budově č.p. 2262 v 1. NP a její dispozice je 4+1. Jednotka sestává z kuchyně, pokoje, pokoje, pokoje, chodby, sklepa, koupelny a WC. K bytu patří balkon (2,98 m²). Podlahová plocha balkonu se nezapočítává do celkové užité plochy jednotky. Užité plocha jednotky je 79 m².

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.okdrazby.cz dne 28. 11. 2024.

Dražba podílu id. 1/5 na pozemcích (orná půda) v obci Skuteč, okres Chrudim, vyvolávací cena 10 000,-

Jedná se o dražbu spoluvlastnického podílu o velikosti id. 1/5 na pozemku parc.č. 186/13, parc.č. 339/2, parc.č. 417 a parc.č. 419, o celkové výměře 25.273 m², vše v k.ú. Lažany u Skutče, obec Skuteč, okres Chrudim. Jedná se o soubor nesousedících zemědělských pozemků nepravidelných tvarů. Pozemek parc.č. 186/13 je na jihovýchodní straně ohraničený plotem cizího vlastníka, na jihozápadní straně travnatým porostem a nachází se v lánu. Přes pozemek parc.č. 186/13 vede nadzemní vedení VN. Ostatní pozemky nejsou v terénu blíže ohraničené a nacházejí se v lánu. Pozemky jsou mírně svažité. V době oceňování byly pozemky udržované a využívané. K pozemku parc.č. 186/13 vede zpevněná komunikace nacházející se na pozemku ve vlastnictví Pardubického kraje.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 12. 11. 2024.

Dražba podílu id. 1/30 na RD v obci Nová Ves nad Lužnicí, okres Jindřichův Hradec, vyvolávací cena 10 000,-

Jedná se o dražbu spoluvlastnického podílu o velikosti id. 1/30 na řadovém, krajním, přízemním, částečně podsklepeném rodinném domě s obytným podkrovím a půdním prostorem. Budova je pravděpodobně založena na základových pasech. Konstrukce budovy je smíšená a její stavebnětechnický stav je odpovídající zanedbané údržbě. Střecha budovy je sedlová s krytinou z pálených tašek. Fasáda domu není zateplená. Přístup k nemovitosti je po místní zpevněné komunikaci. V 1. NP se nachází obytný prostor se dvěma pokoji, kuchyní a WC. Ve 2. NP je pokoj, koupelna a půdní prostor. Z IS je nemovitá věc napojena na přípojku elektřiny, vodovodu a kanalizace, kdy tyto byly v době ocenění odpojeny.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu www.drazby-exekutori.cz dne 20. 11. 2024.

DRAŽBA MOVITÝCH VĚCÍ

Dovolujeme si Vás pozvat na dražbu movitých věcí, která se uskuteční dne **4. 11. 2024 od 10:00 hod.** v exekutním skladu na adrese Průmyslový areál SLUNA s.r.o., Lobodice 223, 751 01 Lobodice. Ohlídka věcí je možná od 9:00 hod. Předmětem dražby bude cca 300 movitých věcí, zejména televize, notebooky, herní konzole, motorové pily, křovinořezy, hobby nářadí, hudební nástroje a další. Kompletní dražební seznam bude zveřejněn na webových stránkách soudního exekutora ve druhé polovině října 2024.

Veškeré podrobné informace k jednotlivým dražbám (včetně znaleckého posudku, fotodokumentace a dražební vyhlášky) lze nalézt na výše uvedených dražebních portálech, kdy pro vyhledání použijte název dražby.

metro

Support Lesbiens mají novou desku. V deníku Metro ji představí sama kapela se zpěvákem Dušanem Markem. STRANA 10



Novým ertákem se svezete na retro lince

Muzeum MHD ve vozovně v Praze Střešovicích má nově ve sbírce autobus **Škoda 706 RTO MTZ**, který **byl vyroben v roce 1970**. Dopravní podnik ho získal od soukromého sběratele z Jihlavy, kde jezdil na pravidelné lince a pak **sloužil jako šatna zaměstnanců JZD**. V Praze bude jezdit **na historické lince K**. Ta začíná i končí u strahovského stadionu.

INZERCE

200% VLK

**KDYŽ 100 %
NENÍ DOST
V KINECH
OD 24. ŘÍJNA**

SVĚT PSŮ Alik.cz Matěřídoubka sluníček BLESK pro ženy



Dáváte pokladním něco navíc? Nic z toho nemají

„To je dobré, to nechte.“ Podobnou větu už neuslyšíte jenom v restauraci při placení. Módou se stalo zaokrouhlovat útratu i jinde.

Trojice studentek při ranním nákupu svačiny v jednom z pražských supermarketů. Nějaké sladkosti, pití, chipsy a croissanty. „Sto dvacet osm korun,“ hlásí žena za kasou. Dívka, která platí útratu za všechny, zaokrouhluje konečnou sumu. „Sto padesát,“ říká studentka a podává dvousetkorunovou bankovku. Pokladní poděkuje a vrácí kovovou padesátikorunovou minci.

Po směně se peníze navíc nerozdělují

Že je vám podobná scéna povědomá? Možná se s ní setkáváte stále častěji nebo patříte dokonce k těm, kteří spropitným, či spíše občasným zaokrouhlováním nahoru, nechcete třeba ztrácet čas, než kasírující personál vystrachá korunu, dvě či pět z pokladní zásuvky.

Co se vlastně stane s penězi, kterými odměníte ženu, občas i muže, sedící hodiny za pokladnou, za neustálého pípání čtecích paprsků, a snažící se usmívat i na největší



Dýško anebo taky spropitné. Někteří zákazníci zaokrouhlují konečný účet u pokladny v obchodě podobně jako v restauraci. MAFRA

hulváty? Sejdou se po směně všechny (všichni) pokladní, vyjedou z počítače, kolik by mělo v tržbě být a kolik přebývá a rozdělí se o přebývající peníze? Tak, jak se to dělá v hospodě po zavíračce nebo při střídání směny.

„Tak tohle rozhodně neplatí,“ prozrazuje pokladní z jednoho hypermarketu na pražské Pankráci. Připomíná, že si peníze ani nechávat nesmějí. Že by si každé dýško hned odložila stranou? Všechny peníze jdou hned do příhrádek a nějaké odkládání není možné už proto, že nad většinou pokladen velkých obchodů jsou kamery. Pokud se tedy zákazník domnívá, že přílepkou konkrétnímu člověku za kasou, je na omylu.

„Nejčastěji se to, co je navíc, použije tam, kde někomu zase něco schází, což se občas stane, když namarkujete třeba jiné pečivo nebo zeleninu či ovoce nebo je to v systému špatně nastavené už v cenovce,“ vysvětluje pokladní. Přesto, co se děje s drobnými, které přebývají? Jdou do odevzdané tržby, nebo se nadbytek schová na další den na případné manko? Pokladní se usmívá, jen podotkne, že určitě nechodí domů obtěžkána mincemi.

Někdy musím mladé krotit

„Ano, v poslední době lidé nechávají drobné. Co mě zaujalo, jsou to spíše školáci, ti mladší i starší studenti. Teenageři bývají nejštědřejší, asi mají bohaté rodiče a ještě neznají hodnotu peněz, zřejmě si nevydělávají ani na brigádách,“ sděluje své zkušenosti se spropitným pokladní v obchodním centru v pražských Letňanech. Občas musí někte-

ré mladé štědré dárce krotit, když nechávají nad požadovanou sumu podle kasy dvacet nebo třicet korun navíc. „Až si budeš vydělávat, tak rozdávěj,“ říkávám některým. Mám malého syna a odmalička ho učím, že nic není zadarmo,“ dodává mladá pokladní z Letňan.

Spořivý umělec vyhlížel honoráře od vrátek

Spropitné je nejčastěji spojené s restauracemi. V současnosti, pokud se jedná o dodání zásilky kurýrem v hotovosti, mají něco navíc i lidé z této profese. Dokud roznášely peníze, především důchody, poštovní doručovatelky, nechávali jim ti ze štědřejších penzistů drobné mince.

„Chodívala jsem s poštou k jednomu velice známému herci, nosila jsem honoráře z rozhlasu i televize nebo za dabing. Protože jsem chodívala vždy ve stejný čas, často už postával u vrátek. Od něho jsem ale nikdy nedostala ani desetník,“ vzpomíná bývalá poštačka. Naopak ti s nejmenším důchodem, jak si doručovatelka vybavuje, drobné jako pozornost nechávali, někdy i papírovou desetikorunu.

PAVEL HRABICA

HLAS LIDU

Co si myslí o spropitném pro pokladní naši čtenář?

- Radan:** Kdysi malé drobné, ale v době samoobslužných pokladen?
- Kolya:** Občas dávám 20, 50 nebo 100 korun, podle toho, jak je příjemná paní.
- Tomáš:** Ne, chodím k samoobslužným pokladnám. Spropitné by měly platit obchody mně.

Tony: Nedávám, pokladní to dělat nesmějí. V jednom marketu mají též podepsáno, že u sebe nemohou mít ani žádnou hotovost.

Ája: Nechávat spropitné v supermarketu je opravdu neobvyklé. Asi je to firmenní politika, aby nedocházelo v budoucnu k nějakým nedorozuměním s vrácením peněz nebo spekulacím, které by mohly firmu poškodit, třeba v médiích.

Jaroslava: Někdy nechávám, do deseti korun, záleží na tom, kolik zaplatím za nákup. Zaokrouhluji.

Jiřina: Nedávám, oni si to stejně nemůžou vzít a všude jsou kamery, tak rozhodně jim těch pár kaček dýška za to nestojí. Kdysi prodávачky musely „manko“ v kase doplácet ze svého, a když přebývalo, tak se to domarkovalo.

Zdeněk: Většinou ne, a když tak jednu až dvě koruny, které mi mají vrátit (když už platím cash). Mně taky v tramvaji lidi nenosí dýško, když je dovezu na zastávku, na kterou jeli.

MET



Do hospody spropitné neodmyslitelně patří. Je to součást příjmu personálu. Čím je host spokojenější, tím bývá dýško vyšší. MAFRA

ČESKÉ DÝŠKO

5

Každý pátý host u nás nechává v restauraci spropitné deset procent. Většina přidává obsluze navíc 20 až 40 korun. PH

INZERCE

JURIS REAL

Ihned vykoupíme,

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

Volejte zdarma **800 22 33 88**

www.prodejtojinak.cz

Auto-moto - poptávka

• Koupím traktor, vysokozdvizný vozík, nakladač, vše od ZTS s motorem zetor, maringotku, přívěs i špatný stav, nekompletní nebo jen díly. 704382448

Nemovitosti - poptávka

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

Vyplatím Vaše dluhy!

Vykoupím Vaši nemovitost a nadále můžete v nemovitosti bydlet

737 352 730

metro



Milka Favourites.

**Každý si najde
to svoje.**



Milka **Favourites**

NUSSINI



**MMAX
Cheesecake**



OREO



OREO



**MMAX
TOFFEE & NUT**



Milkinis

**Vyzkousejte neodolatelný mix chutí
a rozbalte to večer společně!**

Viadukt slavil

Půvabný železniční viadukt ve Smržovce slavil 130 let od svého „narození“. V rámci připomínky výročí se po něm projely i historické vlaky. Součástí oslav je i výstava, která připomíná historii nejenom stavby viaduktu, ale také smržovského úseku železniční trati z Liberce do Tanvaldu. O víkend byl také zahájen prodej poštovní známky, kterou ke 130. výročí vydala Smržovka. **PH**



Chválil Jurečku, ale lidovci volili Výborného

Předseda ODS a premiér Petr Fiala vyzdvihl na volebním sjezdu KDU-ČSL ještě v pátek úřadujícího šéfa lidovců a místopředsedu vlády a ministra práce a sociálních věcí Mariana Jurečku jako jednoho z nejlepších a nejpracovitějších politiků této doby.

Lidovci však dali s převahou hlas ministru zemědělství a staronovému předsedovi strany Marku Výbornému. Výrazně se změnilo i předsednictvo lidovecké strany, neprošel první místopředseda a ministr životního prostředí Petr Hladík a řada kandidátů se pak vzdala nominace. Neprosadil se ani další staronový šéf KDU-ČSL Jíří Čunek. Do vedení se naopak dostala bývalá česká Miss Monika Brzesková (kdysi Židková), nyní starostka Kravař.

Lidovci se snaží novou volbou zbrzdřit propad voličských preferencí, v případě voleb by se v říjnu nedostali do sněmovny. V posledním průzkumu mají 2,7 procenta, předstihl je Motoristé sobě, Přísaha či TOP 09. I poslední volitelé komunisté mají 5,3 procenta. **PH**

KRÁTCE

Popeláři s AI

Severoamerická města začala využívat umělou inteligenci ke zlepšení odpadového hospodářství. Popelářské vozy se speciálními kamerami identifikují nerecyklovatelné předměty v popelnících. Města pak domácnostem posílají výzvy, v nichž vylíčí a objasní chyby, kterých se lidé do-

pustili. Součástí jsou i konkrétní fotografie, ze kterých jsou prohlešky patrné. Z prvních výsledků ve městě East Lansing je zřejmé, že tento postup pomohl ke snížení chybovosti v recyklaci o více než jednu pětinu. Podobné dopady má snaha ve využívání umělé inteligence v oblasti nakládání s odpady také v kanadském městě Leduc. **IDNES.CZ**

Míň padělků

Česká národní banka za první tři čtvrtletí zachytila 1473 padělaných či pozmeněných bankovek a mincí. V meziročním srovnání to je o 59 procent méně, loni ke konci září banka odhalila 3608 padělků. Loni převážovaly české bankovky a mince, letos jsou tři pětiny zahraniční. **ČTK**

VYSOKÉ SPROPITNÉ

40

Až tolik procent mzdy může činit spropitné ve špičkové britské michelinské restauraci. Každá restaurace si však určuje dýško sama, někde je povinnou součástí na účtu jako fixní poplatek za obsluhu. **IDNES.CZ**

Dýcháte moc prachu z ovzduší? Může vám hrozit taky demence

Říkávalo se mezi skláři, že „ten vykašlal plíce“. Foukání do trubice a pobyt v žáru i jemně drceném sklářském písku nikdy nebyly zdraví prospěšné.

Profesí, jejichž vykonavatelé měli a mají vždy blízko k respiračním potížím a chorobám je hodně. Klasické to bylo a je u horníků, ale ohrožení jsou i lidé pracující na stavbách či na silnici.

Nadýcháte si paletu potíží

Zadělavat si na znečištěné plíce však mohou i sportovci, pokud pravidelně sportují v blízkosti frekventovaných komunikací.

„Pokud si například člověk pro svůj kondiční běh zvolí trasu kolem rušné silnice v době dopravní špičky, prokazuje svému zdraví medvě-



Ochranné sítě na lešení při opravě fasád nebo zateplování nejsou jen estetická záležitost. Brání šíření prachu do okolí. **METRO**

dí službu. Činí-li tak opakovaně, zadělává si totiž mimo jiné na astma, respirační infekce či poškození funkce plic,“ varuje Vladimír Koblížek, předseda České pneumologické a ftizeologické společnosti České lékařské společnosti Jana Evangelisty Purkyně. Kromě plic pak drobné částice postihují srdce, cévy a umožňují i případný rozvoj demence.

V legislativním procesu je v současné době novela zákona, která má za cíl prašnost, například ze staveb či demolice, omezit. Problematické je podle odborníků především dlouhodobé vdechování drobných prachových částic, které se do vzduchu dostávají například při průmyslové činnosti, přesunu stavebních hmot, z intenzivní automobilové i letecké dopravy nebo

při rozsáhlých lesních požárech.

Dýchátelno? Jen na několika místech Česka

„Světová zdravotnická organizace vypočítala hodnotu, při které je množství polétavých částic PM_{2.5} ve vzduchu bezpečné pro zdraví. V České republice ji splňuje pouze několik málo horských odlehklých oblastí. Lépe na tom nejsou ani další země střední Evropy,“ vysvětluje Vladimír Koblížek.

Drobné částice jsou zhruba třicetkrát tenčí než lidský vlas, snadno tak při nádechu proniknou do plicní tkáně. V ní pak mohou zvyšovat riziko respiračních infekcí, spolupodílet se na vzniku astmatu, chronické obstrukční plicní nemoci nebo při dlouhodobém vystavení jejich působení i rakoviny plic.

„Děti, jejichž matky v době těhotenství dýchaly znečištěný vzduch, se mohou родit s nízkou porodní váhou a později se u nich může projevit ADHD nebo autismus,“ říká

Koblížek. U starších lidí častěji hrozí nemoci srdce nebo různé formy demence, ženy žijící v blízkosti dálnic podle zahraniční studie citované odbornou společností častěji onemocní rakovinou prsu.

Novela zákona má ovzduší proti nadměrné prašnosti chránit několika kroky. Dává povinnost více omezovat prašnost při stavbách a demolcích, například protiprašnými sítěmi na lešeních při rekonstrukci fasád nebo vysazováním zeleně kolem staveb. Upravuje zavádění nízkemisních zón, do nichž by města mohla zakázat vjezd starším typům automobilů. Novela chce zavést minimální vzdálenosti obytné zástavby od zdrojů znečištění, především prachu či zápachů. Při plánování výstavby pro bydlení nebo občanskou vybavenost nebo při umístění například výrobního podniku v blízkosti domů bude muset obec počítat s minimální vzdáleností odstavu okolo 200 metrů, maximálně až 500 metrů. **ČTK a PH**

Nejvyšší čas vyrazit do lékárny

Rychlá úleva při kašli a bolesti v krku

Nepříjemné pocity v krku, jako jsou škrábání a pálení, mohou během chladných dnů postihnout každého. K tomu se často přidává i nepříjemný kašel. Jak s projevy nachlazení rychle skoncovat?

Mějte vždy při ruce zaručený zdravotnický prostředek **STOPKAŠEL® Medical pastilky Dr. Weiss** obsahující unikátní směs 5 bylin, které pomáhají zmírnit příznaky běžných nemocí spojených s nachlazením, jako jsou kašel, bolest v krku nebo chrapot. Pastilky zároveň vytvářejí na sliznici úst a hrdla ochrannou vrstvu, čímž zmírňují podráždění, kašel a snižují pocit škrábání v krku. Pastilky jsou vhodné také pro celiaky a těhotné a kojící ženy.



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



ANO spánku, NE chrápání

Pokud se i z vaší ložnice ozývá každou noc hlasité a nepříjemné chrápání, spolehněte se na osvědčený přípravek! Má příjemnou chuť, nedráždí a zajistí vám klidnou noc bez tohoto otravného zvuku.

Je tady posílený **Pssst! FORTE** ústní sprej proti chrápání s obohaceným složením pro maximální účinek. Tento zdravotnický prostředek obsahuje účinnou složku **VOLUME CONTROL COMPLEX™**, která je jedinečnou kombinací devíti rostlinných extraktů a látek, jež působí na měkké části horních dýchacích cest.



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

Natřete to bolesti zad konopím!

Se správným nátěrem to bolesti zad, ztuhlosti kloubů i únavě svalů hravě natřete. Vsaďte na hřejivé konopné mazání a stav pohybového aparátu rychle vyspravíte.

Konopné mazání **Thermolka** je vhodné pro seniory, sportovce i osoby trpící následky sedavého či fyzicky náročného zaměstnání. Originální receptura s konopím, jedlí sibiřskou a směsí bylin regeneruje a ulevuje od bolesti i ztuhlosti zad, svalů a kloubů. Hřejivý efekt kapsaicinu navíc příjemně prohřeje celý pohybový aparát.

Správný nátěr pro pohybový aparát!

Konopné mazání Thermolka je k dostání také ve variantě hřejivé náplasti.



Tygrři jako tajemství

V polské Vratislavi oslavují narození čtyř mláďat tygra sumaterského. Vedení zoologické zahrady, kde se zvířata narodila, to však drželo v tajnosti téměř tři měsíce ze strachu, že by mláďata zemřela předčasně. Tygr sumaterský patří k nejohroženějším druhům a ve volné přírodě žije pouze kolem 400 jedinců. „Radost je o to větší, že se všichni čtyři vyvíjejí v pořádku, jsou čilí, rádi jedí a hrají si mezi sebou, stejně jako se svými rodiči,“ řekl Sergiusz Kmiecik, ředitel polské zoo, která chová tygry sumaterské už od 60. let minulého století.

ČTK



FB ZOO WROCLAW

Už je to 55 let od smrti autora „bible“ tuláků

Jeho román Na cestě proměnil nejen americkou literaturu i společnost. Autobiografický příběh mladých lidí nespoutaných penězi ani konvencemi, kteří se toulají po Americe a užívají si drogy, sex a jazz, se stal symbolem jedné generace a talismanem dalších generací toužících po svobodě a volnosti. Americký spisovatel Jack Kerouac byl jedním z hlavních symbolů takzvané beat generation, ke které patřili i třeba básník Allen Ginsberg, spisovatel William Burroughs nebo beatnik Neal Cassady. Kerouac se narodil 12. března 1922 a zemřel 21. října 1969. Bylo mu pouhých 47 let. Osudným se mu stalo nadměrné pití alkoholu.

ČTK

KRÁTCE

Přemnožili se a útočí

V provincii Granada na jihu Španělska vnikl na pozemek soukromé farmy jelen, který napadl tři osoby. Přesné okolnosti se vyšetřují. Miguel Pérez, starosta obce Castril, kde se incident odehrál, uvedl, že jeleni se v blízkém přírodním parku

Sierra de Castril v posledních letech přemnožili a že útok se stal v období říje, kdy se divoká zvěř hodně pohybuje a je agresivnější. Jelen zaútočil na 91letého muže, jeho 84letou manželku a 61letého syna, který rodičům přišel na pomoc. Nejstarší senior zraněním podlehl. Ženu se synem záchranáři odvezli do nemocnice.

Prezidentem je bývalý generál

Bývalý indonéský ministr obrany Prabowo Subianto se včera ujal funkce prezidenta země. Třiasmdesátiletý politik vyhrál volby hned v prvním kole. V čele státu vystřídá Joko Widoda, který vládl v posledních deseti letech. Někdejší armá-

ní generál Subianto, který je spojován s režimem nechvalně proslulého diktátora Suharta, se stal osmým prezidentem Indonésie, která má 280 milionů obyvatel.

Král je v Austrálii

Britský král Karel III. s manželkou Camillou včera zahájil veřejnou část své návštěvy Austrálie. Pár se při-

pojil k nedělní bohoslužbě v Sydney a během šestidenního turné se také setká s politickými i komunitními představiteli. Pro britského krále je to výprava na kontinent v roli krále a také největší zahraniční cesta od února, kdy začal podstupovat léčbu rakoviny. Podle serveru The Guardian je cesta navržena tak, aby Karla III. příliš nevyčerpal. ČTK

INZERCE

SOUTĚŽ DENÍKU

metr

MOJE MĚSTO, MOJE METRO

VYHRAJTE

DÁRKOVÝ BALÍČEK

K NOVÉ ČESKÉ KOMEDII POKLAD

od tvůrců komedie Ostrov

SOUTĚŽNÍ OTÁZKA

Na kterém ostrově se děj odehrává?

A) Borneo

B) Madagaskar

C) Bali

POKLAD

režie Rudolf Havlik

V KINECH OD 24. ŘÍJNA

ODPOVĚDI zasílejte do dnešní půlnoci na adresu vyhraj@metr.cz ve tvaru JMÉNO, PŘÍJMENÍ, ADRESA, TELEFON, SPRÁVNÁ ODPOVĚĎ (A, B, nebo C), do předmětu e-mailu uveďte: Poklad. 3 výherci získají dárkový balíček k nové české komedii Poklad. Výherci budou kontaktováni e-mailem do 3 pracovních dnů. Více informací o pravidlech soutěže a vyzvednutí cen najdete na www.metr.cz.

Slovem roku je tentokrát aura

V německé anketě mohou hlasovat pouze mladí lidé.

Vítězem tradiční ankety o slovo roku německé mládeže pořádané nakladatelstvím Langenscheidt byl na frankfurtském knižním veletrhu vyhlášen výraz „aura“. Počet odevzdávaných hlasů se pohyboval ve vyšších stovkách tisíc. Langenscheidt vybírá slovo roku německé mládeže již od roku 2008, ale teprve od roku 2020 mohou hlasovat pouze lidé ve věku od 11 do 20 let.

Slovo, které starší generace znají spíše v ezoterickém kontextu, se podle organizátorů poprvé v novém významu objevilo v roce 2020. De-

ník New York Times tehdy o nizozemském fotbalistovi Virgilu van Dijkovi v referenci na reklamní slogan společnosti reklamní slogan Mastercard napsal: „Řešení jsou drahá. Aura je k nezaplacení.“

V důsledku toho se „aura“ stala běžným slovem ve sportu. V současném jazyce mládeže se tento výraz často používá žertovně, zejména pokud jde o auru člověka. „Myslel jsem, že už tam není další schod a zakopl jsem – minus 50 aura!“ uvedli pořadatelé jako příklad použití.

„Znovu se přesvědčujeme, jak živý je jazyk mládeže. Šiřící škála vlivů, použití a interpretací podněcuje diskuzi, kterou samozřejmě rádi podporujeme,“ uvedl vedoucí oddělení marketingu naklada-

telství Langenscheidt Nikolas Hoenig.

Debatu vyvolal také výraz „Talahon“, který skončil v anketě na druhém místě. Nakladatelství diskuzi podle vlastního vyjádření sledovalo, zejména na sociálních sítích. „Talahon“ pochází z arabského „Tahal lahon“, což v překladu znamená „pojď sem“. Označuje mladé muže, často z migrantských rodin, kteří nosí falešné luxusní oblečení a zlaté řetězy.

V anketě často vítězí slova z internetového slangu, pocházející z angličtiny, která si rychle nacházejí cestu do dalších jazyků. V roce 2022 například zvítězilo slovo „cringe“ označující neobyčejný pocit trapnosti nebo studu za druhého člověka. ČTK

SKANDINÁVSKÝ STYL

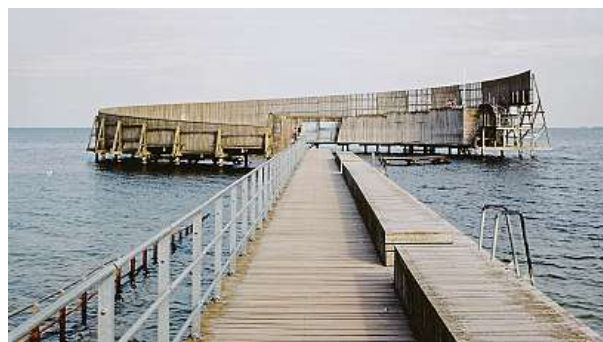
Trendy dánská metropole

Kodaň láká turisty i výjimečnou historií a architekturou. Metropole Dánska byla v roce 2023 světovým hlavním městem architektury UNESCO, nejen proto tam můžete vyrazit třeba za městskými koupališti a stavbami, které berou dech. Vidět Malou mořskou vilu je prakticky povinností, ale tato metropole nabízí mnoho dalších památek pro kulturní nadšence. V galerii Glyptotek najdete tradiční dánská umělecká díla, naopak v Kunsthal Charlottenborg si můžete prohlédnout současné instalace. V Nationalmuseet vystavují nejrozměšší dánské poklady a můžete navštívit paláce Christiansborg a Amalienborg, které dnes slouží parlamentu a královské rodině. Nádherný výhled na město vám umožní výstup na Kulatou věž. Málokteré město se může pochlubit zábavním parkem přímo ve svém centru. Tivoli je nostalgicky a okouzluje. Jeho udržované zahrady jsou protkány kavárnami, bary, restauracemi a atrakcemi pro všechny věkové kategorie.



Vše pro zdravý život

Kodaň se chce do roku 2025 stát prvním CO2 neutrálním hlavním městem na světě a důkazy o tom jsou vidět na každém kroku. Město je snad nejvíce synonymem pro cyklistiku. Kromě záplavy kol tu funguje i větrná elektrárna Middelgrunden. Dánové se věnují i recyklaci a jejich kohoutková voda patří k neekologičtějším na světě. TEXT: MET, FOTO: KIWI.COM



INZERCE

Vzpěračka v maskáčích má stříbro z mistrovství světa. Armáda ji v tréninku pomáhá

Služba v armádě je ideální pro lidi, které baví sport a pohyb. Když to bude tvrdit armádní náborář, bude leckdo na pochybách. Pokud to ale říká kapitánka Pavla Kopicová z vojenské Agentury logistiky ve Staré Boleslavi, věřte tomu. V polovině září se ve finském Rovaniemi stala vicemistryní světa ve vzpírání v kategorii Masters.

„Mám stříbro,“ hlásila šťastně do telefonu ani ne hodinu po tom, co v kategorii nad 35 let vybojovala druhé místo. Před ní se dostala jen Američanka. „Hlídala jsem si hlavně Finku, kterou jsem měla za sebou, abych zvedala víc než ona. A vyšlo to!“ I když podává profesionální výkony (už v létě vyhrála mistrovství Evropy), považuje se sedmatřicetiletá kapitánka za amatérku. Dva dny po úspěchu na světovém šampionátu už byla zpět v práci. Na Oddělení zbrojní služby má na starosti dokumenty týkající se správného skladování, zásobování, konzervace nebo pře-

rozdělování pozemních zbraní od tanků po pistole. Do armády přišla Kopicová v roce 2007 jako studentka Univerzity obrany. Od dětství sportovala, hrála vrcholově házenou, chodila na sportovní gymnázium. „Původně jsem chtěla pokračovat na Fakultě tělesné výchovy a sportu, ale nebyla jsem dost dobrá v plavání. Pročítala jsem školy a zaujala mne Univerzita obrany. Chtěla jsem to zkusit spíš z hecu, ale zjistila jsem, že mne to baví,“ vzpomíná. Teď už by neměnila. „Armáda mi naprosto vyhovuje. Pro skloubení se sportem je to



ideální. Už proto, že mohu k tréninku využívat hodiny, které má voják v pracovní době na služební tělocvik,“ vysvětluje. Týdně trénuje osmnáct hodin, zdaleka ne vše během služby. Armáda v ní má zdatného profika, který plní každoroční fyzické i profesní přezkoušení hravě na jedničky. Možnost sportovat v práci je jedním z benefitů, na který má nárok každý voják z povolání. Může jít běhat, do posilovny,

do bazény. Pavla Kopicová věnuje tento čas kardiotréninku. „Vzpěračské tréninky mám až po práci, kdy mne už nehoní čas a mohu se víc soustředit,“ říká. Za využívání armádních sportovišť vojáci neplatí. Navíc jim řada firem nabízí slevy třeba na vybavení nebo na sportovní výživu. Podrobné informace najdete na webu doarmady.cz.

Autor: npor. Oldřich Tichý

Společnost InnoEnergy má nového akcionáře



Boryszew Group patří k 38 stávajícím akcionářům InnoEnergy, kteří zastupují průmyslový, finanční, vzdělávací a školící sektor. ARCHIV

Výtěžek z privátního úpisu akcií bude použit na získání nových transakcí.

EIT InnoEnergy, přední inovační motor v oblasti udržitelné energie, vítá společnost Boryszew Group S.A., globálního hráče v automobilovém a kovoprůmyslovém průmyslu, jako svého nejnovějšího akcionáře.

Oznámení učiněné na výroční akci společnosti EIT InnoEnergy, The Business Booster, je důkazem úspěšného dokončení soukromé emise

akcií společnosti EIT InnoEnergy a doplnění kapitálu.

V České republice je skupina Boryszew zastoupena společností AKT Plastikářská technologie, která se zaměřuje na výrobu plastových dílů pro automobilový průmysl.

Cílem tohoto partnerství je přispět k ambici Evropské unie zajistit alespoň 40 procent poptávky po čistých technologiích na domácím trhu prostřednictvím nařízení Net Zero Industry Act.

Díky svým silným vazbám v automobilovém a kovodělném průmyslu skupina Boryszew Group S.A. dále posílí přístup společnosti InnoEnergy do odvětví, která jsou klí-

čová pro reindustrializaci čisté Evropy. Stejně tak společnost InnoEnergy pomůže usnadnit novou cestu pro vlastní zelený vývoj společnosti Boryszew, a to na základě nedávné investice společnosti Boryszew do společnosti Repono, celoevropské společnosti založené společností EIT InnoEnergy, která vlastní a provozuje velké systémy skladování energie.

Zelená strategie

Podle Wojciecha Kowalczyka, prezidenta společnosti Boryszew Group S.A., jako jeden z lídrů polského průmyslu firma usiluje o dekarbonizaci naší výroby. „Proto jsme přijali strategii udržitelného rozvoje Horizont 2030. Investice do společnosti InnoEnergy je součástí této zelené strategie. InnoEnergy iniciuje a buduje největší nízkoemisní průmyslové projekty v Evropě, které jsou důležitými hráči v nové vlně evropského průmyslu a dodávají na evropský trh výrobky s nulovými emisemi. Vzhledem k tomu, že nízkoemisní technologie jsou klíčovými prvky transformace naší skupiny, usilujeme o využití synergií mezi naší průmyslovou skupinou a investicemi vedenými společností InnoEnergy

v oblasti energetických technologií, oběhového hospodářství a automobilového průmyslu. To je v souladu s naší strategií růstu a přispěje to ke zvýšení hodnoty skupiny Boryszew Group S.A.,” vysvětluje Kowalczyk.

Společné úsilí

Podle Marcina Wasilewského, CEO společnosti InnoEnergy ve střední Evropě, se Evropský průmysl nachází v klíčovém momentu. „Tradiční podnikání se musí transformovat na klimaticky neutrální a zároveň musí nové udržitelné obchodní modely prokázat svou schopnost rychlého rozšíření. Přidání společnosti Boryszew Group S.A. do našeho kapitalizačního seznamu nás utvrzuje v přesvědčení, že reindustrializace Evropy vyžaduje společné úsilí jak zavedených průmyslových hráčů, tak nově vznikajících ekologických lídrů,” konstatuje Wasilewski.

Výtěžek z privátního úpisu akcií společnosti EIT InnoEnergy bude použit na získání nových transakcí, podporu růstu více než 200 stávajících společností v portfoliu a urychlení úspěšného zahájení činnosti nových průmyslových šampionů.



Institut Syba oznámil vítěze letošního ročníku soutěže Obal roku

Na čtvrtčním slavnostním galavečeru byly vyhlášeny výsledky soutěže Obal roku 2024, kterou každoročně pořádá Obalový institut Syba. Soutěž i letos přilákala špičky českého obalového průmyslu, které se sešly, aby oslavily nejnovější inovace a pokroky v oblasti obalového designu, udržitelnosti a technologií. Slavnostní galavečer byl vrcholem odborné části kongresu, který přinesl inspirativní diskuze a prezentace na téma budoucnosti obalového průmyslu. Trofeje si odnesly například společnosti Van de Velde Unipap, Vitesco Technologies, či THIMM. Zbrusu nová Cena ministra životního prostředí, udělovaná za přínos v oblasti snižování environmentálního dopadu, putovala k LDPE smrštiteľným fóliím od NAD Obal.

Bezpečně na cestách

Volkswagen Užitkové vozy v edici Safe plus

Užitkové vozy Volkswagen Multivan, Amarok nebo Caddy s bočními i hlavovými airbagy, systémem rozpoznávání dopravních značek a zadními parkovacími senzory.



**Užitkové
vozy**

Nyní se zvýhodněním až

262 000 Kč

Záruka 2+3 roky

nebo 200 000 km



Užitkové vozy Volkswagen. Vaši nejlepší přátelé pro větší bezpečí na cestách.

Kombinovaná spotřeba paliva a emise CO₂: Multivan: 6,3–9,8 l/100 km a 166–221 g/km. Amarok: 10,1–10,4 l/100 km a 265–272 g/km. Caddy: 0,5–7,5 l/100 km a 10–170 g/km. Maximální zvýhodnění akčních modelů Safe plus v porovnání s průměrnou neakční výrobcem doporučenou cenou daného modelu platnou v období posledních 30 dní. Uvedené ceny jsou s DPH, pokud není uvedeno jinak.

vw-uzitkove.cz

„Snažili jsme se poslouchat intuici“

Po šesti letech vydala nedávno skupina Support Lesbiens novou desku Sugarfire. Parta ve složení Dušan Marko (zpěv), Hynek Toman (kytara), Filip Fendrych (kytara), Radek Tomášek (bicí) a Marek Leždík (baskytara) opět zpívá převážně anglicky, ale nechybí ani české písně.

Co hrálo největší roli v tom, že přípravy nové desky trvaly několik let?

Radek Tomášek: Největší roli hrálo to, aby nás ty songy prostě bavily. Cítili jsme, že se chceme někam posunout, ale nějakou dobu trvalo, než jsme tu cestu našli. Byli jsme trošku unaveni z moderních produkcí a hledali jsem inspiraci spíš poslechem starých alb Petera Gabriela, Devo, Genesis, Cyndi Lauper nebo Toma Pettyho... Bavily nás ty hudební emoce, které už dneska slyšíme po málu...

Dušan Marko: Už už jsme měli našlápnuto na další desku, nejdřív nás zpomalil covid a pak vážnější nemoc jednoho z nás. Myslím si ale, že vše se děje tak, jak má, a Sugarfire jsme psali, když jsme byli jako kapela nejvíc ve formě.

Jak tedy album vznikalo?

Dušan Marko: Něco přes rok jsme s kluky psali a nahráli desítky demáčů. Tolik rozpracovaných písní na předešlém albu Glow určitě nebylo. Některé zůstaly v šuplíku, ale ty nejlepší songy si na nové desce našly svoje místo. Většinou si někdo z nás vzal kytaru a nahrál si nápad jen s melodií zpěvu a jedním nástrojem. Mně osobně pomáhá mít jasno, o čem chci, aby písnička byla, pak se už jen snažím improvizací dosáhnout tu správnou náladu songu, která zrcadlí daný příběh. Na rozdíl od ostatních alb jsem se teď snažil poslouchat primárně svojí intuici.

Hynek Toman: Nahrávali a produkovali jsme si ji sami, ve svých domácích studiích, ale mix a mastering jsme svěřili opět Ecsonu Waldesovi, už bychom to sami nedali. Pro finální sound jsme potřebovali někoho čerstvého a nezapjatého, zase to zvládl na výbornou.

Je v něčem zásadně jiná než ty předchozí?

Dušan Marko: Já osobně jsem touhle deskou jednou provždy překonal pochybnos-



Kapela Support Lesbiens vydala novou desku po šesti letech. Podíleli se na ní všichni členové kapely, zleva Dušan Marko, Hynek Toman, Marek Leždík, Filip Fendrych a Radek Tomášek (vepředu). ARCHIV KAPELY

ti, které mě jako umělce potkávaly. Míval jsem pocit, že moje tvorba není dostatečně vyspělá a nemůže nikoho oslovit. Během skládání písniček na Sugarfire jsem sebevědomě uchopil vokální i textařskou polohu, ve které se cítím sám sebou. Psaní a zpívání šlo úplně samo, to kouzlo desky spočívá v tom, že jsem se na ni nemusel na nic hrát. A ano, tahle deska je ta nejlepší, jakou jsme kdy udělali!

Radek Tomášek: My si myslíme, že je jiná hodně. Je jasné, že jsme v tom ponoření a chybí nám objektivita. Navíc jsme si album sami produkovali, takže nám ani nikdo neříkal, kam jo a kam ne. My jsme do té desky dali podle mě úplně všechno a myslím, že to z toho je cítit.

Když jsem zkusila do Googlu zadat Sugarfire, tak mi vyběhlo americké jídlo, hamburgery nebo žebra. Má být deska podle názvu tak chutná, nebo proč tento název?

Filip Fendrych: Název alba Sugarfire přišel s prvním demáčem stejnojmenné písničky. Googlo se až poté, ale nakonec se nám to natolik zalíbilo, že se tak pojmenovala celá deska. Myslím, že to přesně vystihuje náladu nahrávky a vše podtrhává cover hořící panenky. Ale můžeme klidně popřát lidem k poslechu dobrou chuť!

Dušan Marko: Sugarfire v anglické verzi charakterizuje cel-

kem dobře typ holek, které máme nejradši. (smích) Srdcařky s pořádným ohněm v těle. A přesně takové je naše nové album. Je to miláček, ale má pořádné svaly.

Singly už jste vypouštěli ještě před vydáním desky, jaká je zpětná vazba?

Hynek Toman: Dalo by se říct, že práce na nových písničkách odstartovala hned po covidu, skladbou White Lines, reakce na ni byly velice pozitivní a i v rádiích si vedla dost dobře. To nám vlilo do žil chuť pracovat dál. Tahle pec ka na Sugarfire nakonec není, shodli jsme se, že už je moc stará, abychom ji na album zařadili. Potom následovaly singly Sins a Anytime Anywhere, tyhle songy už na desce jsou, dostaly ale nový mix a mastering, aby se co nejvíce přiblížily zvuku ostatních skladeb. Reakce byly super.

Dušan Marko: Když jsem viděl zpívat naše songy fanoušky na koncertech, tak jsem byl šťastný, to je ta nejlepší zpětná vazba. Zhlédnutí a streamy na internetu těší taky, ale ten lidský faktor je k nezaplacení. Jo a Sins se líbilo babičce a to víte, babička je vždycky největší kritik! (smích)

Když jsem album poslouchala, už už jsem se chtěla zeptat, proč jste se odklonili od českých písniček, ale v samotném finále desky jsou. Jak to teď máte s angličtinou/češ-

nou, baví vás ty kombinace, je to vaše volba mít pořad i češtinu v nějaké míře, nebo třeba je to na přání fanoušků?

Marek Leždík: Popravdě nás ty české verze začínají čím dál víc bavit. Na předchozích albech vždy nějaké najdete. Je to hezká změna nejen na deskách, ale i pro fanoušky na našich koncertech. České texty se myslím hodně povedly, velké díky za to patří našemu bývalému zpěvákovi Czendovi Urbánkovi, a to je myslím 70 procent úspěchu jakékoliv písničky v českém jazyce. Ono totiž napsat dobrý text, to se nepovede vždycky, a tady se to myslím povedlo na jedničku.

Dušan Marko: Já jsem víceméně zpíval anglicky celý svůj život, myslím, že je to slyšet. Češtinu máme rádi a taky jsme chtěli napsat něco v češtině, aby jsme se lidem přiblížili. Aby si nemuseli naše písně překládat, ale aby pochopili texty hned a slyšeli, jakým stylem se chceme prezentovat a jak vidíme svět. Pro mě byla velká výzva se s češtinou popasovat. Zpívat dobře česky není úplně jednoduché. Nakonec to ale dopadlo ještě líp, než jsem čekal, a ty songy mě snad baví víc než ty anglické. Czenda napsal skvělé texty, sedli jsme si i hlasově v duetu Dublin.

DLOUHÁ HISTORIE

Rocková skupina Support Lesbiens vznikla na začátku devadesátých let.

- V březnu 2003 získala dvě hlavní ocenění Anděl od České hudební akademie za nejlepší album roku 2002 a kapelu roku 2002. To se jim povedlo mimo jiné také v roce 2016, kdy vyhráli v žánrové kategorii Rock & pop za album K.I.D.
- Kapela několikrát vyměnila členy. Naposledy v roce 2017 přišel zpěvák Dušan Marko a baskytarista Marek Leždík.
- Bývalý zpěvák Czenda Urbánek se ale zapojil do příprav nejnovější desky Sugarfire, která vyšla začátkem října. Napsal pro ni české texty.

MET



IVETA BENÁKOVÁ
iveta.benakova@metr.cz

od tvůrců komedie Ostrov



POKLAD

režie Rudolf Havlík

V KINECH OD 24. ŘÍJNA

LOGLINE PRODUCTION a CINEMART ve spolupráci s VOYO uvádí film POKLAD
v hlavních rolích VERONIKA KHEŘ KUBAŘOVÁ i JIŘÍ LANGMAJER i PETRA BUČKOVÁ i KATEŘINA MARIE FIALOVÁ i TADEÁŠ MORAVEC
hudba ONDŘEJ KONVIČKA kostýmy ROMANA LUXOVÁ masky MARTINA BUHROVÁ střih BORIS MACHYTKA zvuk ROMAN ČAPEK výprava JAN ZÁBEL kamera JAN ŠUSTER
scénář a režie RUDOLF HAVLÍK producent PETR ERBEN © 2024

LOGLINE
PRODUCTION

CinemArt

VOYO

IMPULS
Rádio

TV
marka

NATIONAL
GEOGRAPHIC

BLESK
ženy

HD

TOTALFILM

BLESK

CPP

„Být v zenu znamená být s tím, co právě teď a tady je“

Pět let vytvářela umělkyně Klára Stodolová výtvarně-literární počín, knihu *Akvarel Vy-hra-zen*, která vyjde letos 3. prosince, a to i díky finanční podpoře ze sbírky na crowdfundingovém serveru. Publikace plná autorských akvarelů, inspirace, laskavé hry, přírody i meditace je určena každému, kdo se rád zastaví a vnímá přítomný okamžik, nejen přes umění a výtvarné dílo.

Čím je pro vás hra?

Hra je pro mě stav radostného střehu. Všechny smysly i nesmysly jsou zbystřené, vše je možné a vše je dobré, když se nepodvádí. Je to čas objevování.

Pět let jste pracovala na knize o akvarelu. Dokázala byste tuto techniku představit, v čem má kouzlo?

Divoký a nespoutaný akvarel, chcete-li vodovky, pracu-

je s živlem vody a nese jeho kvality. Využívá transparentních lazur, krajkových struktur i velejemných přechodů. Je lehký a vzdušný. Dokáže vyjádřit prostor jen s využitím postupně schnoucího papíru. Tedy pracuje s časem a vaší plnou pozorností. Vytrhuje vás ze zaběhnutých kolejí uvažování a dojmu, že máte vše pod kontrolou. Přímou vás vrhá do vln dělání bez dělání, čiré přítomnosti.

Akvarelové malby se rozpouštějí ve vodě, jak vnímáte tento živél mimo svoji práci, v běžném životě?

Voda je mi blízkým živlem. Ráda plavu, i v horách se musím koupat aspoň v potůčku. Jsem piják vody a rozlišuji její chutě. Její nejemnější vlivy však vnímám při práci. Zvlášť v malbách na mrazu, kdy voda opakovaně mrzne do podoby rostlin, které maluji. Vypadá to jako zázrak,



Klára Stodolová ARCHIV

ale nejspíš je to jen důkaz, že jsme všichni propojení a že voda je obzvlášť citlivé médium.

V názvu knihy *Akvarel Vy-hra-zen* je ukrývá hezká hříčka. Je možné nalézt zenový moment v umělecké tvorbě?



Být v zenu znamená být s tím, co právě teď a tady je. Což zní strašně jednoduše, kdyby to ale tak jednoduché bylo, už jsme všichni osvícení. Schopnost přijmout to, co je, má mnoho úrovní. Jdeme tam, kam až si to v tu chvíli dovolíme. Maluji to, co je. Vždy jsem na tom místě,

s tím, co maluji, byť malba nemusí být popisná. Zdaleka neumím být v zenu, jen být co nejbliž, v tom propojení je to, co mi dává největší smysl.

Uměleckost máte v rodině, vaše sestra je úspěšná režisérka (Adéla Laštovková Stodolová, pozn. red.). Neuvažujete o prolnutí vašich prací?

S Adélkou už jsme spolupracovaly. Naposledy na Kampě, v představení Werich jsem malovala do projekce později rozzanimované ryby a vodní hlubiny. To bylo bezva. Jinak je pravda, že jsem spíš samotárka a práce v týmu mě začala lákat až poměrně nedávno. Blíž k lidem a k rozpuštění vlastního ostychu mě přivedl až čtyřletý výcvik integračního pohybového systému Biodanza a vlastní vedení prožitkově-tanečních lekcí ve Studiu Dobeška. METRO

INZERCE

**DOMOV
SVĚT KULTURA
SERVIS ZDRAVÍ
SPORT INZERCE**



**TO VŠE JE VÁS
DENÍK METRO!**

metro



Knižní prvotina

Narozeninový rok kapely Vypsaná fiXa pokračuje a startuje třetí část oslav třicátého výročí vzniku kapely ze San Piega. Takto poeticky nazývá své město, tedy Pardubice, zpěvák, kytarista a autor hudby a textů Michal Márdi Mareda. Nazval tak i svou knižní prvotinu – *Hlas ze San Piega*, je složená ze sloupků, které pět let píše pro časopis Reportér. „Pokud někoho opravdu zajímá detailní rozbor toho, jak funguje hudební bublina, ve které už mnoho let pobývám, může si knihu opatřit a ponořit se do našeho světa,“ dodává Márdi. MET



„Inspiraci si najde každý“



Marek Vohralík

ARCHIV

Jestli tomu dobře rozumím, tentokrát je tedy akce vhodná i pro širokou veřejnost?

Rozhodně! Vedle odborné konference a veletrhu máme letos v nabídce bohatý hudební program, který pokrývá různé žánry od jazzu až po elektroniku. Program je sestavený tak, aby si každý našel to svoje, ale zároveň mohl objevit něco nového. Pro držitele Prague Music Week Passu to znamená, že mohou během týdne navštívit desítky koncertů v různých klubech a zažít skvělou atmosféru v celém městě.

Můžete vypíchnout pár přednášek či panelových diskuzí, co by si návštěvníci neměli za žádnou cenu nechat ujít?

Určitě bych vypíchnul například panel s Jamesem Minorem, viceprezidentem pro hudbu z SXSW, který je jednou z největších hudebních akcí na světě. Máme také prestižní Spotify Masterclass, která se u nás bude konat vůbec poprvé. Cenné budou také zkušenosti Siyabenda Suvariho, který spolupracoval s takovými jmény jako Red Hot Chili Peppers nebo Eric Clapton. Je toho opravdu

hodně a věřím, že každý si najde něco, co ho inspiruje a posune dál.

Součástí je také veletrh, co na něm bude k vidění?

Veletrh je ideálním místem, kde se budou moci profesionálně seznámit s nejnovějšími technologiemi a produkty, které posouvají hudební svět. Mnoho inovací v oblasti zvukové techniky, nástrojů nebo koncertního vybavení se tu představí fyzicky. Je to příležitost, jak se setkat s firmami, které často stojí v pozadí, ale jejich technologie

a produkty jsou klíčové pro úspěšnou realizaci hudebních akcí. K vidění bude tedy například unikátní studio, ve kterém největší světové kapely vzdáleně programují své světelné show od Smart Productio nebo prezentace společnosti T-Servis, která nově disponuje jedním z největších pódii ve střední Evropě.

Akce letos vedle hudební konference a veletrhu nabídne nově permanentku na více než 30 koncertů v pražských klubech, jak přesně to bude fungovat?

Prague Music Week Pass je novinka, na kterou jsem opravdu hrdý. Je to permanentka, která vás dostane na více než 30 koncertů po celé Praze. Funguje to tak, že každý zapojený klub nebo promótor vyčlení alespoň 10 procent kapacity svého koncertu pro držitele Passu. Vstupné za permanentku se následně rozděluje mezi pořadatele jednotlivých koncertů podle toho, kolikrát bude Pass na jejich akci uplatněn. Takže každý návštěvník podpoří kapely i kluby, které si vybere.

A co samotné koncerty, jaká jsou hlavní lákadla?

Jsmo moc rádi, že do projektu s námi šlo spousta zajímavých nezávislých promótorů a klubů, vážíme si jejich důvěry. Osobně bych nejradši stihl všechny zapojené koncerty, ale ty nejvíce atraktivní budou Call Me Karizma, Carson Coma a především Starset. Z domácích pak Emma Smetana v Roxy nebo Portless v Lucerna Music Baru. Já osobně se taky hodně těším na Mirage v Bike Jesus. A co je ještě důležité zmínit, v některých případech se držitelé Passu dostanou i na koncerty, které jsou už vyprodané ve standardním předprodeji.

Od 31. října do 2. listopadu bude na pražském Výstavišti probíhat Prague Music Week. Druhý ročník akce, která nabízí konference a veletrhy pro hudební profesionály, ale i hudební nadšence. Nejen ti budou mít možnost koupit si lístky na jinak už vyprodaná vystoupení.

O letošních novinkách a zajímavostech si deník Metro povídal s ředitelem akce Markem Vohralíkem.

Můžete na začátek mně i čtenářům akci nějak přiblížit?

Prague Music Week je jednou z největších hudebních akcí u nás, která propojuje hudební profesionály i fanoušky. Během jednoho týdne nabídneme pestrý hudební program, konferenci s řadou panelových diskuzí a workshopy zaměřené na vše, co se v hudebním světě aktuálně děje. Letošní novinkou je Prague Music Week Pass, permanentka, která vám umožní navštívit více než 30 koncertů v pražských klubech. Cílem je rozšířit obzory nejen těm, kdo se hudbě věnují profesně, ale i hudebním nadšencům, kteří se chtějí podívat pod pokličku hudebního světa.

Událost navazuje na showcase festival Nouvelle Prague, který byl určen především pro lidi z hudební branže. V čem je to teď jiné?

Prague Music Week je větší a komplexnější akcí, která cílí nejen na profesionály, ale i na širokou veřejnost. Zatímco Nouvelle Prague byl kromě konference především showcase festival, kde kapely hrály pro promotéry a agentury, Prague Music Week Pass chce nabídnout program i pro podstatně širší publikum. Oproti Nouvelle Prague nabízí také veletrh inovativních hudebních firem a technologií.

INZERCE

99 Přírodo, děkuji ti za inspiraci 66

Značka

certifikovaná přírodní kosmetika

VEGAN

alverde sérum na řasy s kofeinem 8 ml

109 Kč

▼ DLOUHODOBÁ CENA od 02.08.2022 109 Kč

alverde Juicy Lips lesk na rty 8 ml, více odstínů

99 Kč

▼ DLOUHODOBÁ CENA od 28.02.2024 99 Kč

Moje dm-app

ZDE JSEM ČLOVĚKEM ZDE NAKUPUJI



Program konference nabídne téměř 40 debat, prezentací, panelů a praktických workshopů.

LIBOR GALIA

Další z letošních novinek jsou Prague Music Week Awards.

Je to naše snaha ocenit ty, kteří stojí v pozadí hudebního průmyslu, ale bez kterých by koncerty a festivaly nefungovaly. O vítězi rozhoduje odborná porota, která vybírá z několika kategorií jako například Inovace roku, kde chceme povzbudit firmy k tomu, aby se nebály inovovat a posouvat své služby dál. Oceníme i promotéry, technické firmy a další, kteří jsou pro chod hudební scény nepostradatelní. A máme také cenu veřejnosti – akce roku. Hlasování o tuto cenu stále běží na našich webových stránkách.

IBE

MÍSTO EXHIBICE ZBYTNĚL



Severská mytologie je pestrá. A tvůrci se z ní nebojí ve velkém čerpat.

Zkázu bohů, kterou lze na Netflixu zkouknout již několik týdnů, určitě nepřehlédněte.

Režisér a scenárista Zack Snyder neprožívá, pokud se bavíme čistě jenom o kvalitativní stránce, právě nejlepší tvůrčí období. Režisér skvělého Muže z oceli, Watchmenů, Trístovky či Úsvitu mrtvých totiž v posledních letech nedokáže krotit své ego, a tak pod jeho rukama za dohledu a finančního dotování studií Netflix vznikají takové s prominutím sračky jako Armáda mrtvých, Rebel Moon: První část – Zrozená z ohně či Rebel Moon: Druhá část – Jizvonoška. O různých režisérských variantách těchto snímků nemluvě.

O to příjemněji proto na obrazovkách platformy s velkým písmenem N ve znaku působí seriál Zkáza bohů, kterým se Snyder po delší době vrací k animáčkům. A protože

na v součtu zhruba čtyřhodinové osmidílné fantasy režbě nepracoval režisér sám a na scénáři nemá podíl vůbec, servírují se v ní nejen režisérským fanouškům, ale milovníkům fantasy obecně, pořádně krvavé akční hody.

Kam čert nemůže, tam nastrčí Lokiho

Erkové převyprávění severské mytologie, usekané končetiny, soulož bez viditelných erekcí, velkolepá pomsta, mrtvé děti. To vše přináší Zkáza bohů, která už v prvních minutách diváka zaujme svou lyrickou animací. Děj seriálu se odehrává v temném světě, kde se nikdo s nikým moc nemaže. Snyder a především scenáristé animovaného seroše Jay Oliva (animák Návrat Temného rytíře) a Eric Carrasco (seriál Supergirl) vyprávějí příběh krále Leifa a bojovnice Sigrid, kteří se do sebe zamilují. To se ovšem nelíbí Thórovi, který při hledání svého úskočného bratra Lokiho sešle na svatebčany svůj pořádně krvavý hněv.

INZERCE

STAVÍME PRO VÁS METRO D



Nedržíme se při zemi 60 let

Sledujte nás
www.subterra.cz/online



ÉHO EGA PŘICHÁZÍ VELKÁ ŘEŽBA



Zkáza bohů zaujme nejen svou lyrickou animací.

3x NETFLIX

Sigríð si to ovšem nehodlá nechat líbit a vydává se na krvavou cestu za pomstou, v níž se střetne síla bohů se vzpourou „pouhých“ smrtelníků.

Seriálový God of War?

V internetových diskuzích si lze přecíst názory typu, že Zack Snyder tak dlouho hrál nové díly herní série God of War, až se rozhodl, že je natočí po svém. Tenhle aspekt nemohu příliš posoudit. Hru jsem nikdy nehrál. Zkázu bohů jsem si ovšem užil královsky a zkouknul ji de facto za dva večery. Jasně, v rámci

samotného konceptu seriál nápadně připomíná i mnou haněný Rebel Moon. Hrdinka Sigríð totiž v rámci své mise za zničením Thóra a jeho případných ochránců musí, podobně jako hlavní postava z Rebel Moonu, nejprve sestavit kolem sebe tým zajímavých, rovněž pomstychtivých figur. Oproti Rebel Moonu se ale ve Zkáze bohů děje tolik věcí, že divákovi až přechází zrak. Jak by ne. Tvůrci totiž mají k dispozici celou severskou mytologii. To by samo o sobě pochopitelně nestačilo, kdyby z ní ovšem neměli vytěžit obrovské pen-

zum motivů a zajímavých postav. Pomiňme již zmiňovaného vyšinutého magora Thóra, který se v této inkarnaci ani vzdáleně nepodobá komediálně laděné verzi z filmů od Marvelu, a také Lokiho, který zde beze zbytku naplňuje svou pověst boha lží, falše a mnoha jiných špatností. V seriálu se objevuje plejáda dalších zajímavých postav, mezi nimiž vyniká třeba nejen magií obdařený exsluha Egill, výrobce zbraní, co se proměňuje v rybu, či čarodějka se schopností vidět budoucnost. A co se oněch motivů týče, těch tvůrci používají tolik, že některé vyskládají i docela nezvykle. Třeba tak, že si některé příběhy z dávnych dob vyprávějí postavou před bitvou u ohýnku.

Palec nahoru nejen pro Snydera

Pokud jsem vás ještě dostatečně nepřiměl k tomu, abyste si Zkázu bohů pustili, musím ještě pochválit vizuální stránku seriálu. Na portálu Česko-Slovenské filmové databáze se můžete dočíst, že se Snyder a jeho tým vydali cestou anime. Není tomu tak, a právě proto jde o zdařilou podívanou lahodící oku. Vzpomeňme třeba na Netflixu nedávno uvedený seriál se slavnou filmovou značkou v názvu – Terminator Zero. Pomiňme fakt, že šlo o další z těch méně povedených příspěvků do terminátorského univerza. Problém srovnání tkvěl i v tom, že se veskrze západní látka, byť odehrávající se v Japonsku, zhmotnila v podobě východního stylu animované tvorby, známého svým charakteristickým stylem kresby postav a pozadí, tedy ve stylu anime. Kombinace východu a západu však mnoha divákům nevoněla.

Naproti tomu vizuál Zkázy bohů je, jak už jsem nadnesl výše, velice jednoduchý, jakoby zakulacený a místy až dojemně lyrický. Celé to působí zkrátka stejně tak pohádkově a něžně jako drsné, krvavé a kontrastní. Šlo by se na tuhle podívanou koukat s malými dětmi? Ani omylem. Proč taky? Na výsledek je navíc krásně vidět, že se Snydera a jeho ego povedlo ostatním tvůrcům ukočírovat. A z jeho nápadů, které zdaleka nejsou vždy jen špatné či vyložené hloupě, vytřískali maximum. Ve výsledku tak dostáváme ještě o něco víc fajn jednůhubku. A to je skvělé. Ódin budiž pochválen!

FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosevsky@metro.cz

KRÁTCE

Česko v Estonsku

Film Amerikánka režiséra Viktora Tauše hlásí úspěch v podobě oficiálního výběru na prestižní estonský Tallinn Black Nights Film Festival. Mezinárodní premiéru tak bude mít v hlavní soutěži 28. ročníku PÖFF, který se koná od 8. do 24. listopadu. „Mezinárodní premiéra Amerikánky v hlavní soutěži Tallinn Black Nights Film Festival je pro nás nekonečnou radostí. Je to významný festival s velkým filmovým trhem,“ svěřil se režisér Viktor Tauš.

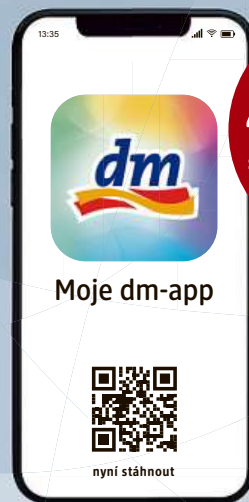
MET



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 prvním stažení aplikace Moje dm, registraci a následném propojení s vaší dm 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. Sběrání a uplatnění bodů se nevztahuje na nákup dárkových a předplacených karet, vratné obaly, na počáteční kojeneckou mléčnou výživu 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

Zlatovláška do kin zamíří v lednu

Nová verze oblíbené pohádky Zlatovláška z pera scenáristky Lucie Konášové poprvé odhaluje, jak bude vypadat její zpracování po více než 50 letech.

Tehdy ztvárnil hlavní roli Jiříka Petr Štěpánek, o něj ale diváci neprijdou ani tentokrát. V nové pohádce se představí jako král, otec Zlatovlášky, a jeho roli převzal herec Tomáš Weber. Kromě něj se ve filmu objeví i Marek Lambora, Jasmína Houf, Ján Jackuliak, Marián Mitaš, Tomáš Ma-

tonoha či Jan Budař. Tvůrci nyní odhalují první teaser snímku, který dorazí do kin 23. ledna 2025.

V roce 1973 zařadila tehdy televizní pohádka Zlatovláška Petra Štěpánka coby Jiříka mezi herecké idoly.

Nyní se oblíbený herec vrací v roli krále a v jeho původní roli mladíka bojujícího o přízeň zlatovlasé princezny se představí herec Tomáš Weber. „Je to pro mě velká pocta a vlastně to byla velká výzva, udělat klasiku nově a při-

tom respektovat českou pohádkovou tradici,“ vysvětlil Tomáš Weber, který je aktuálně k vidění v kinech například ve filmu Vlny Jiřího Mádl. „Tento scénář je samozřejmě trochu jiný než tehdy a počítá s velkým množstvím zvířat, která navíc mluví. I tady si jde Jiřík pro Zlatovlášku,“ dodal ke scénáři Petr Štěpánek.

S Jiříkem totiž za princeznou putuje psík Štístko, kterého „hraje“ Parson Russel te-

riér jménem Boreggo. A taky jeho kamarád Štěpán, jehož ztvárnil Marek Lambora. „Z nejbližšího přítele se ale stane tak trochu parchant,“ vysvětlil představitel Jiříkova druha.

„Marku Lamborovi jsem byl na place moc vděčný za rady. Byl mým průvodcem světem velkého výpravného filmového natáčení,“ svěřil se Tomáš Weber, pro kterého tato role byla první velkou příležitostí po studiu na JAMU.

MET

PLAY

V předstihu

Podzim je tu a ohlašuje se každoroční neměnnou přehlídkou svých půvabů a krás: Nad poli a blízko řek se valí chuchvalce mlhy, chodníky se ztrácejí v záplavě zlatého listí a na schodech Katolické teologické fakulty UK probíhají malebné manifestace proti právě úřadujícímu děkanovi. Všichni si ten poetický čas omamné melancholie užívají plnými doušky. Všichni až na mě. Já mám totiž Vánoce. Přihodilo se to takhle: Už několik let spolupracuji na rozhlasovém pořadu, který se natáčí s relativně velkým předstihem. Scénář musí schválit dramaturg, poté je třeba vyblokovat čas účinkujících, zajistit studio, zvukaře a tak dále, takže od zadání tématu po odvysílání epizody uplynou kolikrát dva měsíce. Pro mě to ovšem znamená, že aby měl text vůbec nějakou přesvědčivost, musím trvale žít s dvouměsíčním mentálním náskokem. Čili vy teď máte 21. říjen, ale já budu za tři dny

Popíjím denně svařák a punč, v metru si prozpěvuji Tichou noc.

slavit Štědrý den. Abych si tuhle představu navodil co nejautentičtěji, popíjím denně svařák a punč, v metru si prozpěvuji Tichou noc a k večeri už jsme měli dvakrát vánočku a tři krát kapra. Sehnat v říjnu stromek ovšem nebylo úplně snadné a taky dost rychle opadává, a když jsem tuhle po setmění zakopával k ovocnému stromovi v našem parku vepřová žebra, zavolali podezíraví sousedé policejní hlídku. Ale třeba vanilkové rohlíčky za dva měsíce jako když najdu. A až vy budete v adventu vyšilovat se sháněním jmelí a věnců, já budu mít na barvení kraslic zasloužený klid!

PETR KUKAL
OKRESNÍ BÁSNÍK



@mojemetro



Na adresu mms@metro.cz nám dorazila tahle roztomilá dvojice. Čtenář František Hejduk k ní napsal jen stručné „bůů“. Možná nám tím chtěl připomenout, že se blíží Dušičky. Anebo spíš myslel při tvorbě na halloween? Těžko říct. Každopádně děkujeme a **doufáme v další tvořivé čtenáře.**

#METROTAG

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

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

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

ŘEŠENÍ SUDOKU:
LUŠTĚNKA: ROMANA

LUŠTĚNKA

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

- napodobenina
- náš herec (Ivan)
- tajenka
- tinktura
- zděšení
- jižní ovoce

	1	2	3	4	5	6
1						
2						
3			M			
4						
5						
6						



www.7.cz



MOST MEZI ENERGETIKOU DNEŠKA A ZÍTŘKA

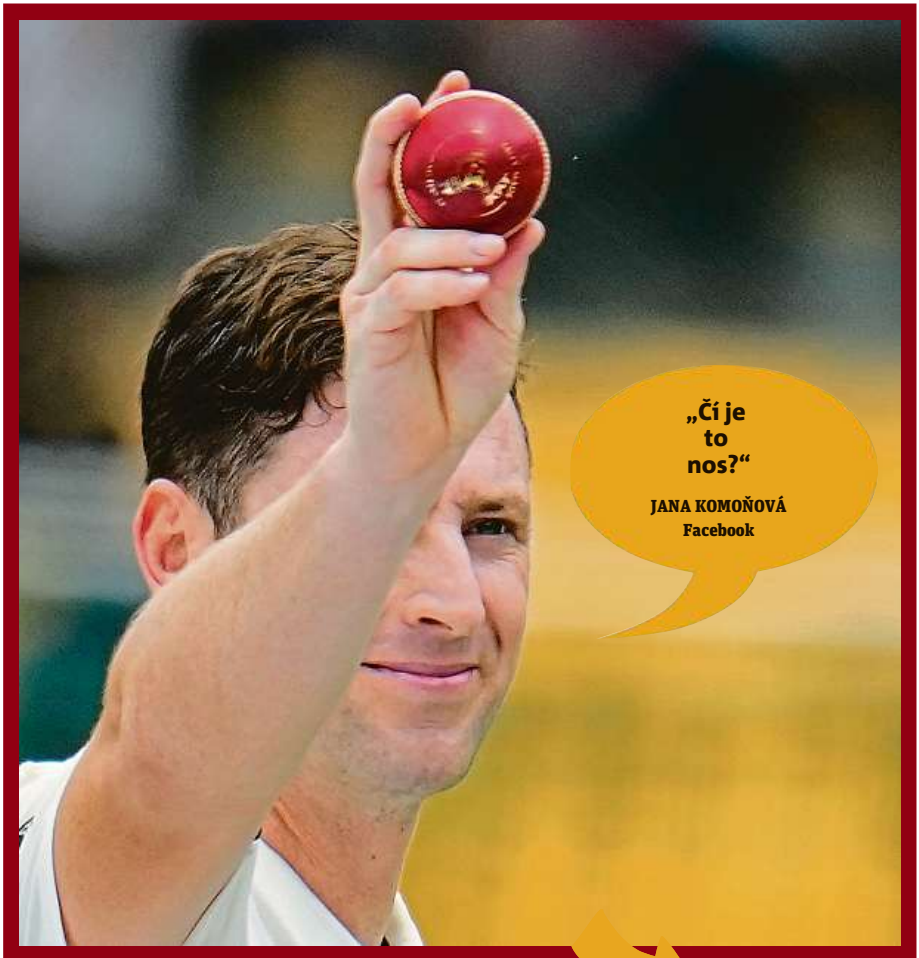
Cesta k bezuhlíkové budoucnosti vede přes most,
kterým je tradiční domácí energie.
Spolehlivá, bezpečná a dostupná
kdykoli je jí potřeba **24/7**.

 **SEVEN**
ČESKÁ ENERGIE

SUDOKU: DALŠÍ NAJDETE NA WWW.SUDOKU.CZ

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

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



POČASÍ

DNES

16/20 °C

ZÍTRA

16/20 °C

STŘEDA

12/18 °C

ČTVRTEK

14/18 °C

Teplotní rekordy: ↓ -4,9 °C (1908) ↑ 20,5 °C (2008) Bio: ❤️ ❤️ ❤️

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

FOTO: 2x AP

ČT1	ČT2	NOVA	PRIMA	ÓČKO
20.15 Případy 1. oddělení (8/22) Policajt na odstřel. Krimisériál (ČR, 2013). Hrají: B. Polivka, O. Vetchý, F. Blažek, P. Stach	20.00 Nebezpečné známosti (7/8) Zde je má duše. Seriál (USA, 2022). Hrátky s city, slabostmi a tajemstvími mocných se mohou vymstít i těm nejlepším hráčům. Hrají: A. Englertová, N. Denton, K. Aliová, N. Saleh	20.20 Kriminálka Anděl VI (9) Poslední kavalír. Krimisériál (ČR, 2024). Hrají: D. Švehlík, M. Tačlík, J. Langmajer, H. Dvořáková	20.15 Poslední oběť (2) Kapitola druhá. Detektivní seriál (ČR, 2023). Kriminálníisté pátrají po původu jedu, kterým byla Táňa otrávena. Hrají: L. Vaculík, M. Lambora, M. Plánková, M. Němec	19.00 YOUTUBE CHART: NORSKO
21.15 Reportéři ČT Kauzy a reportáže s Anetou Snopovou	21.00 Nebezpečné známosti (8/8) Jsme ve válce	21.40 Specialisté (39) Hudební obětina. Krimisériál (ČR, 2018). Hrají: D. Prachař, J. Štáfek, Z. Kajnarová, J. Zadražil	21.35 Kriminálka Kraj (9) Křesťanská láska. Krimisériál (SR, 2022). Hrají: M. Mitaš, J. Kolesárová, A. Jastraban a další	19.30 Óčko hity Klipy nonstop
22.00 1883 (8/10) Pláč odevzdanosti. Westernový seriál (USA, 2021). Hrají: T. McGraw, S. Elliott, F. Hillová	22.05 Muž a žena Romantické drama (Fr., 1966). Hrají: A. Aiméeová, J.-L. Trintignant, P. Barouh, V. Lagrangeová	22.50 Víkend Příběhy štěstí, proher a objevů	22.45 Honeymoon – líbanky k nepřežití	21.00 Hot hity Žhavé klipy
22.55 Maigret a ministrant Detektivní seriál (Fr., 1996)		23.30 FBI (4) Odstřelovač. Krimisériál (USA, 2018)	23.35 Receptář prima nápadů	22.00 Naked Attraction Iberia Premiérové díly španělské nahé seznamky!
00.30 AZ-kvíz	23.50 99 domovů	00.30 Mentalista III (9, 10)	00.25 Policie v akci	22.30 Virtuální svět TV Vydejte se na cestu kolem světa z pohodlí vašeho domova
				0.00 Óčko flirt

Inkontinence moči? Už vás neděsí!

OPRAVUJE MOČOVÝ MĚCHÝŘ ZA 96 HODIN. A JE K DOSTÁNÍ ZA 0 KČ

Přestaneš běhat na záchod.



Rozlučte se s plenkami, studem, bolestí, pálením a zápachem.
Tento prostředek navrátil důstojný život 1,5 milionu Evropanů!

Jediný způsob, jak doma utěsnit močový měchýř! Kúra vyvinutá předními odborníky v oboru urologie vás zbaví pomočování a pocitu neustálého tlacení - bez chirurgického zákroku nebo lékařského dohledu. „Nezáleží na tom, jaký typ inkontinence vás postihl. Náš přípravek si s ní poradí okamžitě a navždy,“ říká Edvard Holland - tvůrce přípravku. U příležitosti uvedení na trh v České republice rozdáváme 100 balení zdarma. Chtěli byste jeden z nich získat? Okamžitě nám zavolejte - platí pravidlo „kdo dřív přijde, ten dřív mele“!

Přelom v boji proti inkontinenci! Britští odborníci vytvořili metodu, která z vašeho života konečně vyloučí mokré skvrny na spodním prádle, honičky na záchod, noční vstávání a další nepříjemnosti. Účinnost tohoto inovativního výrobku je přímo šokující: **až 98 % uživatelů získalo plnou kontrolu nad močovým měchýřem v průměru za 96 hodin.**

Jedno GENIÁLNÍ ŘEŠENÍ pro 3 typy inkontinence:

1. Exerciční (při kašli, smíchu, námaze)
2. Urgentní (noční pomočování, zánět močového měchýře)
3. Z přeplnění (po těhotenství nebo při hypertrofii prostaty)

Pod tímto číslem na vás čeká
balíček přípravku:

566 809 531

ZAVOLEJTE, než vás předběhnou!

„Tato metoda v sobě spojuje tři obrovské výhody: je účinná, všestranná a snadno použitelná,“ říká Edvard Holland - ředitel výzkumného centra, v němž byl průlomový objev učiněn. „Náš přípravek **dokonale funguje u lidí všech věkových kategorií**. A to i v případě, že u nich močová inkontinence (NTM) již přešla do akutní fáze.“ A věděli jste,

**Číslo 1 ve všech
odborných žebříčcích -
rozhodně doporučuji**

Britská formule má potenciál učinit z inkontinence zcela zapomenutý problém. Po jeho užívání také 299/300 lidí přestane trpět chronickými infekcemi močového měchýře.



Křštof Svěrák,
odborník na močové
potíže

Funkce močového měchýře a vždy suché spodní prádlo - již za 96 hodin

PODÍVEJTE SE, JAK SE VÁŠ ŽIVOT ZMĚNÍ ↓



PŘED



Mokré skvrny
a zápach



Neustálé tlacení,
bolest při močení



Běhání na toaletu, zánět
močového měchýře

PO 4 DNECH

Komfort a hygiena
24 h/7

8 návštěv toalety
místo 16

Močový měchýř bez
bakterií 98,6 %

že v českém časopise čeká se **100 bezplatnými baleními** unikátní kúry? Jeden z nich bude váš, pokud dostatečně rychle zavoláte na číslo uvedené na této stránce.

Už žádný život pod diktátem protivného močového měchýře!

Než jsem se dozvěděla o tomto produktu, točil se můj život kolem... toalety! Když jsem někde šla, musela jsem se ujistit, že je tam otevřená toaleta. Už zase zvládám dlouhé cesty na nákupy do obchodu, žádné fronty... Přípravek Prof. Hollanda způsobil, že nyní ovládám svůj močový měchýř, a ne svůj močový měchýř! Už jsou to 4 měsíce, co ho používám, a mezi návštěvami toalety vydržím až 2,5 hodiny!

Danička,
52 let, Telč



močové trubice až 8krát. Již to nepustíte při kýchnutí, zvedání nákupu nebo změně polohy. ➔ Důležité je, že přípravek posiluje svaly pánevního dna u žen a pečuje o prostatu u mužů. Proto je přípravek ideální pro obě pohlaví! Jsem přesvědčen, že v současné době není na trhu účinnější, bezpečnější a 100% neinvazivní metoda záchranu močových cest. Během pouhých 96 h jsou všechny úseky močových cest posíleny, jsou pružnější a odolnější vůči útokům bakterií - od ústí močové trubice až po ledviny.

**Chcete získat sebedůvěru,
abyste už nikdy nepolevili?
Tuto příležitost si nesmíte
nechat ujít!**

Již 1,5 milionu Evropanů dostalo svůj neposlušný močový měchýř pod kontrolu a znovu si užilo radost z dlouhých cest - bez nervydrásajícího

Regenerace močových cest

**Bez chirurgického
zákroku a vložek**

Budete chodit na záchod 3x méně
často již za 96 h

Požádejte o produkt zdarma:

566 809 531

A OKAMŽITĚ ZABLOKUJTE
NEKONTROLOVANÉ ÚNIKY

**Po 4 dnech jsem byl úplně
novým člověkem**

Myslel jsem, že inkontinence je ženské trápení, ale bohužel... V mých 60 letech a ve mně tam dole se to uvolnilo. Stydl jsem se, že mám s čistotou větší problémy než můj tříletý vnuk. Naštěstí mi syn, který je vědec, přivezl z nějakého zahraničního symposia tento přípravek. Vzal jsem si ho a od té doby nevím, co je to únik. Po čtyřech dnech jsem přestal v noci vstávat na záchod a jsem vždycky v pořádku, i když vezmu vnučka „na ramena“.

Petr,
64 let, Praha



hledání toalety, radost ze závodního sportování - bez pomočování a z dlouhého hodování s dostatkem nápojů - bez strachu, že za to zaplatí noční návštěvou toalety. Teď jste na řadě vy. Zavolejte na číslo uvedené na této stránce a **požádejte o bezplatné balení revolučního inkontinenčního přípravku**. Zasloužíte si důstojný a zdravý život a lepší šanci k tomu prostě nenajdete! Těšíme se na váš telefonát.

Lisování? Pálení? Svědění?

**Bolí to? Tohle vám uleví
už po 1 dávce**

Jaké tajemství se skrývá za tímto úžasným receptem? Profesor Edvard Holland říká: „Úplně složení výrobku je přísně tajné. Co o něm mohou říci, je jeho účinek na lidský organismus.“

Především potlačuje nadměrnou reaktivitu močového měchýře od prvních minut. To pocítíte jako ustání obtěžujícího tlacení. ➔ Poté léčba pomáhá zvýšit sevření

**Místo plýtvání penězi za vložky si vyzvednete
ZDARMA HIT proti inkontinenci a žijte
na 100 % bez mokrých nehod.**

Prvních 100 lidí kteří zavlaží do 11.11.2024 r.,
obdrží **BALENÍ ZDARMA!**

Zavolejte: 566 809 531

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

POZNÁMKA: Na jednu domácnost připadá 1 balení výrobku.

Vítězný gól dal Haraslín

Letenští po dvou porážkách zabrali.

Fotbalisté Sparty ve 12. kole první ligy zdolali doma Liberec 2:1. Pražané brzy vedli po brance Tomáše Wiesnera, po změně stran srovnal Marios Purzitidis, ale v 79. minutě zařídil obhájci titulu výhru střídající Lukáš Haraslín. Sparta z druhého místa tabulky ztrácí na vedoucího městského rivala Slavii tři body, Vršovčiči ale měli k dobru nedělní večerní zápas v Jablonci. Svěřenci dánského trenéra Larse Friise se vítězně naladili na střední utkání Ligy mistrů na stadionu Manchesteru City. Slovan nedokázal výsledkově napravit předchozí domácí debakl 0:5 v podještědském derby s Jabloncem a vyhrál jedině z posledních šesti kol. Pražané prohráli jediný z posledních 10 vzájemných ligo-

VÝSLEDKY 12. KOLA

Hradec Králové	
–Olomouc	1:1
Ostrava–Plzeň	1:3
Dukla–Pardubice	2:1
Sparta–Liberec	2:1
Bohemians	
–Mladá Boleslav	2:2
Slovácko–Teplice	0:2
Karviná–Budějovice	4:1
Jablonec	
–Slavia	po uzávěre

vých duelů a Liberec v nejvyšší soutěži čtyřikrát po sobě porazili.

„Museli jsme se vrátit zpátky na vítěznou kolej po těch ztrátách, proto je výhra to nejdůležitější. Některé hráče jsme posadili na lavičku kvůli tomu, že jim chyběla energie po reprezentační přestávce. Prioritou to bylo poskládat tak, abychom zvítězili,“ řekl trenér Friis.

ČTK



AP

Tentokrát má jen dva body

Motocyklový jezdec Filip Salač skončil ve Velké ceně Austrálie ve třídě Moto2 čtrnáctý. Dva týdny po třetím místě v japonské Grand Prix získal na Phillip Islandu dva body do světového šampionátu. Závod MotoGP vyhrál Španěl Marc Márquez (na snímku).

ČTK

KRÁTCE

Šipkařský amatér vydělal 120 tisíc

Senzační účinkování českého šipkařského amatéra Pavla Drtila na pražském turnaji European Tour skončilo v osmifinále. Jednapadesát-

letý hráč včera v hale s kapacitou přes tři tisíce diváků na výstavišti v Letňanech podlehl 4:6 na legy Belgičanovi Kimu Huybrechtsovi. Nečekaným postupem do třetího kola si Drtil vysloužil prémii v přepočtu přes 120 tisíc korun.

Mareš dojel osmý

Estonec Ott Tänak vyhrál Středoevropskou rallye, která se ve čtvrtek a v pátek jevila i na českém území, a lehce zdramatizoval boj o titul mistra světa. Před závěrečným závodem v Japonsku

ztrácí 25 bodů na včera třetího Belgičana Thierryho Neuvillea. Ten opět nevyužil šanci šampionát rozhodnout. Osmý dojel v soutěži, která se konala i v Rakousku a Německu, Filip Mareš a postaral se o nejlepší český výsledek v MS od roku 2019.

Český triumf

Bratři Ondřej a Jiří Královi vyhráli badmintonový turnaj Czech Open v Praze. Nově složená reprezentační dvojice ve finále porazila Němce Drespa a Sonnenscheina 2:0 na sety.

ČTK

Na tři góly mu stačilo 11 minut

Střídající Lionel Messi (v růžovém) dal v MLS svůj první hattrick za 11 minut a korunoval výhru fotbalistů Miami nad New England 6:2. Jeho tým zakončil základní část s rekordním ziskem 74 bodů. Sedmatřicetiletý kapitán úřadujících mistrů světa z Argentiny přišel na hřiště v 58. minutě a okamžitě pohlednou kombinací s Jordim Albou připravil vítězný gól na 3:2 pro devatenáctiletého Benjamina Cremaschiho. V 78. minutě se osminásobný držitel Zlatého míče zapsal mezi střelce sám a pak přidal ještě další dva zásahy.

ČTK



AP

Zbrojovka už padla na samé dno druhé ligy

Fotbalisté Žižkova přestříleli doma ve 13. kole druhé ligy trápící se Brno 4:2. Trápení Zbrojovky pokračuje, nezmohla poosmé v řadě a vinou horšího skóre je poslední za Varnsdorfem. První poločas na Žižkově přinesl dvě branky na obou stranách. Hosty poslal do vedení Potočný, který pak v závěru úvodního dějství odpověděl na dvě Necidovy trefy. Na branku domácích z 73. minuty však Zbrojovka už nezareagovala. Gól byl původně připisán opět Necidovi, bývalý český reprezentant se ale hattricku nedomáhal, jelikož nakonec šlo o Štěpánkův vlastní gól. Necid nastřílel v soutěži už 11 gólů a suverénně vede tabulku střelců. Vítězství Pražanů pojistil střídající Gembický.

ČTK



**MOBIL
.CZ**

Kup eSIM
~~200 Kč~~

99 Kč

**Data a volání
hned? eSIM!**



Více na www.mobil.cz

Františkovy Lázně AQUAFORUM a.s.

LÉČEBNÁ KÚRA BONUS 14

Za úlevou do Františkových Lázní

**SLEVA
AŽ 20 %**

ve vybraných
termínech

14 NOCÍ
(možnost prodloužení)

PLNÁ PENZE
(snídaně, oběd a večeře)

ALL INCLUSIVE NÁPOJE
neomezená konzumace
vybraných alkoholických, nealko-
holických, teplých a studených
nápojů během obědů a večeří

LÉKAŘSKÁ PROHLÍDKA
vstupní a výstupní



36 LÉČEBNÝCH PROCEDUR
(kombinaci procedur určuje
ošetřující lékař
při vstupní prohlídce)

BONUSOVÉ SLUŽBY NAVÍC:

• **VSTUP DO AKVAPARKU
A@AQUAFORUM**
Spa Resort Pawlik - Aquaforum,
Metropol, Luisa a Tři lilie:
pondělí - neděle

• **JÍZDENKA NA VLAK**
za zvýhodněné jízdné z celé ČR

	SLEVA 15%		SLEVA 20%		ZIMA
	03.11. - 17.11.2024		17.11. - 01.12.2024 01.12. - 15.12.2024 08.12. - 22.12.2024		01.01. - 12.04.2025
LÁZEŇSKÝ HOTEL	cena po slevě	cena před slevou	cena po slevě	cena před slevou	14 nocí
Spa Resort PAWLIK - AQUAFORUM ****					
Budova A					
Dvoulůžkový Standard - A	36 890	43 400	34 720	43 400	44 100
Jednolůžkový Standard - A	39 627	46 620	37 296	46 620	47 320
Budova B - je s budovou A propojena skleněnou chodbou					
Dvoulůžkový Standard - B	33 915	39 900	31 920	39 900	41 300
Jednolůžkový Standard - B	36 295	42 700	34 160	42 700	44 100
Lázeňský hotel Dr. ADLER ***					
Dvoulůžkový Standard	25 942	30 520	24 416	30 520	31 500
Jednolůžkový Standard	26 775	31 500	25 200	31 500	32 900
Lázeňský hotel METROPOL ***					
Dvoulůžkový Standard	24 157	28 420	22 736	28 420	29 120
Jednolůžkový Standard	24 752	29 120	23 296	29 120	29 820

Uvedené ceny v Kč se vztahují na osobu a pobyt v pokoji uvedené kategorie, ceny ostatních kategorií na www.frantiskovylazne.cz. Nabídka je časově a kapacitně omezena a není kombinovatelná s jinými akcemi či slevami včetně slevy VIP Clubu Františkovy Lázně. Pobyt začíná v den příjezdu večer a končí snídaní v den odjezdu. V ceně pobytu není zahrnut místní poplatek z pobytu. Tento poplatek bude připočten u povinných osob k ceně pobytu na základě obecně závazné vyhlášky města Františkovy Lázně dle znění platného v den nástupu na pobyt, aktuálně 50 Kč za osobu a den.



INFORMACE A REZERVACE

351 012 345

info@frantiskovylazne.cz
www.frantiskovylazne.cz

Při rezervaci
uvedte prosím kód:
217705

