

# Dárky, které udělají Vánoce opravdu šťastné a veselé.



## Proč iWant?



Prémiové  
prodejny Apple



Dárky doručíme  
do Vánoc



Vyber hned,  
plať později



Po Praze  
do 60 minut



Vyměň svůj  
starší Mac za nový.

Využij Extra bonus 1 500 Kč  
a zaplať jen 365 Kč/měsíčně



  
iWant

  
Premium  
Reseller

Více na prodejních  
nebo na [www.iWant.cz](http://www.iWant.cz)



**Práce - nabídka**

• Hledáme pracovníky na úklid osobních vlaků. Denní provoz, Praha 4. Tel.: 732156393

• KOMWAG přijme závozníky, 1000/den, DPP – výplata 1x týdně, HPP 18-23.000 + 13, 14. plat, strav. paušál, přísp. na dovolenou aj. Vol. zdarma 800566924

• KOMWAG přijme prac. na úklid ulic, DPP – výplata 1x týdně, HPP 17.000-20.700 + 13., 14. plat, strav. paušál, přísp. na dov. aj. Vol. zdarma 800566924

SPŠS Betlémská 287/4, Praha 1 hledá

**UČITELE/KY**  
oboru strojírenství a předmětů Fyzika a Elektrotechnika.

I na částečné úvazky. Nové vybavení ele. lab.

CV posílejte na adresu: reditel@betlemska.cz

• Učitele 1. st. a učitele AJ (od února), učitele/ku matematiky - fyziky pro 2. stupeň ZŠ (více hodin matematiky, plný nebo částečný úvazek) a školního psychologa hledá s nástupem nejlépe ihned ZŠ a MŠ v Praze 8-Ďáblicích (v dosahu Metro C-Ládví). Nabídky s životopisem zasílejte: reditel@skoladablice.cz. T. 601214821, www.skoladablice.cz.

• ANVI TRADE s.r.o. (Krč) – přijme skladníka, nutná praxe s VZV. Pracovní doba Po-Pá. V případě zájmu volejte pana Jana Hladíka: 775325597.

• Centra přijme údržbáře s vyhláškou 50/6. Nástup možný ihned. Pracoviště Praha 5. Volejte 724872341.

• Hledáme prodavačky do lahubek, pokladní. 150,- Kč/hod. Tel.: 724603645

**Staňte se dárce krevní plazmy**

700 Kč\* za každý odběr → 1400 Kč\* měsíčně → 18 200 Kč\* za rok

- Pomůžete zachránit lidské životy  
- Máte pravidelnou kontrolu zdravotního stavu  
- Občerství zdarma a zajímavé dárky

**Metro Hradčanská**

\*dle § 32 ods. 2 zákona č. 373/2011 Sb.

**unica** plazma www.unicaplasma.cz  
Tel.: 733 474 770

• Hledáme zaměstnance na výrobu salátů a chlebičků na 600 Kč./25 000 Kč. Tel.: 724603645

• Pro MENZY v Praze hledáme vhodné kandidáty na zajištění úklidů v kuchyně, 8h /denně, Po-Pá, DPP, 110 Kč/h., obědy zdarma. Mob.733691438.

• Přijmeme řidiče na letišti v Praze Ruzyni, na hlavní pracovní poměr, 130 Kč/h, RP skupiny B, C. Směnný provoz., Volejte 739609329

• Nástup od ledna 2022 – práce v Praze ve skladu s oblečením pro muže a ženy, mzda 174 Kč/hod + stravenky, smlouva na plný úvazek, ubytování možné (2-3 lůžka na pokoj), směny 8 hod, střídání ranní a odpolední směna, pohovory již nyní, volejte 731420914 nebo zdarma 80019797, www.lepsiprace.cz

• ZŠ Praha 10, Veronské náměstí 20/391 přijme od ledna kuchařku a pomocnou kuchařku do školní jídelny na plný úvazek. Kontakt na strasakova@zsvn.cz.

**Starožitnosti**

**KNIHY!**  
odkoupím velkou  
**KNIŽNÍ POZŮSTALOST**  
solidní ceny za Vaše knihy.  
Tel.: 603 478 873

• Koupím hodiny a obrazy v jakémkoliv stavu. Jsem sběratel, ne překupník. Slušné jednání. Platím hotově. Tel. 602654613, alex.kratochvil@volny.cz

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

• Solidní sběratel koupí: obrazy, sošky, housle, hodiny - hodinky, sklo, šperky, mince a jiné. Nebo celou pozůstalost. Platba v hotovosti. 604806535.

**Auto-moto - poptávka**

• Koupím jakékoliv vozidlo (i veterána). Platím ihned. Tel.: 603328155.

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

**Nemovitosti - poptávka**

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

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

**POPTÁVKA CHATA HORY**

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

• PENÍZE IHNEDE za nemovitost v Praze pro firmy z Evropské unie. Tel: 602212121.

**Pronájmy - poptávka**

• HLEDÁM PRO naše solventní ZAMĚSTNANCE z kanceláře bytu k dlouhodobému pronájmu v Praze, právní servis zajištěn. Tel: 274784428

**Byty - poptávka**

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

**POPTÁVKA BYTU**

koupím byt na horách či blízko hor - Šumava, Krkonoše, nebo Jizerky. Na stavu nezáleží. Děkuji za nabídky. Tel: 773 117 381

• PENÍZE IHNEDE za byty v Praze pro firmy z Evropské unie. Tel: 602212121

• Koupím byt kdekoliv v Praze, dám okamžitou zálohu, platba hotově, právní záležitosti vyřídím. Stav nerozhoduje. RK nevolat. tel. 234095720, 720539665

**Finance - nabídka**

**RYCHLÁ PŮJČKA**  
Až 20 000 Kč s 30% slevou od COOLCREDIT.  
Vysoká šance schválení. Vyřízení online z bezpečí domova. Zažádejte na www.coolcredit.cz  
Slevový kód: METRO

**Nemovitosti - nabídka**

**JURIS REAL**  
real estate

**JURIS REAL, spol. s r.o.**

nabízí přímý výkup, zprostředkování prodeje, dražbu nebo aukci.

A to za nejvyšší možnou tržní cenu.

Před prodejem vyřešíme právní vady, dluhy, exekuce.

Možnost okamžité výplaty zálohy.

**777 306 102**

www.prodejtojinak.cz

**Ostatní**

• KNIHY! Koupím knihy novější i starší + starožitný a retro nábytek do stylové čítárny - křesla, židle, stolky, lampy, obrazy, knihovny aj. T. 603478873

**Knihy a časopisy**

**KNIHY!**  
odkoupím velkou  
**KNIŽNÍ POZŮSTALOST**  
solidní ceny za Vaše knihy.  
Tel.: 603 478 873

**VÝKUP KNIH a KNIHOVEN**

koupíme jednotlivé knihy i celé sbírky, pozůstalosti apod.

Přijedeme (pro více než 300 ks) zaPlatíme odvezeme

**Celá ČR**

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

**m2c**  
Ostraha OC a admin. budov - Praha týdenní zálohy  
Náborový příspěvek 2 000 Kč  
Mzda až 150 Kč/hod  
Volejte zdarma: 800 111 112



**PRACUJTE V BRANŽI BEZPEČNOSTI A OSTRAHY**

**ABAS**  
IPS MANAGEMENT

**VOLEJTE ZDARMA 800 108 111**  
nabor@abasco.cz



Chcete střežit hodnoty jako **STRÁŽNÝ**?  
Mít pevnou pozici jako **RECEPČNÍ**?  
Nebo hlídat zboží v **OBCHODECH**?  
A můžete být klidně i **VEDOUČÍ**!

Dáme Vám **služební oblečení**.  
Do práce to můžete mít **blízko** nebo Vás rovnou **ubytujeme**.  
A taky Vám dáme **zálohu na mzdu**.

**metro**  
**MOJE MĚSTO MOJE METRO**



**NEZAPOMEŇTE, JSME I ONLINE. METRO.CZ**

**metro**

# REICHEL. SLAVNÉ JMÉNO SE VRÁTILO DO NHL

SYN HOKEJISTY ROBERTA REICHELA NASTOUPIL ZA WINNIPEG STRANA 22



# metro



**PRAHA**

Úterý, 21. prosince 2021

Č. 240, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Natálie

mojemetro | denikmetro

# Šikana na magistrále? Ano, skočí tam zebra

**Semafor.** Před hlavním nádražím má na rušné tepně vzniknout přechod pro chodce. **Řidiči.** Bouří se, že to povede k ještě větším kolonám. **Proměna.** Akce však souvisí s novou tramvajovou tratí a parkem STRANA 4



## Soumrak fiakrů

Praha zruší od ledna roku 2023 místa, která využívají kočí pro odstavování turistických fiakrů. Podle radního Adama Zábranského je provoz koňských povozů ve městě problematický a zvířata trpí. STRANA 4

## Projev bude mít i Vystrčil

Premiér Petr Fiala na počátku roku přednese svůj novoroční projev. V plánu má na Nový rok k národu promluvit také předseda Senátu Miloš Vystrčil, šéfka Sněmovny Markéta Pekarová Adamová nic podobného neplánuje. Kdy bude mít projev prezident? STRANA 10

## Na spoj si počkáte

Hromadná doprava bude v Praze přes vánoční svátky a na Silvestra jezdit podle upravených řádů. Prodloužené budou mimo jiné intervaly, použity budou prázdninové nebo sobotní jízdní řády. STRANA 6

Pod Prahou bude jezdit nová souprava metra. Ale bez pasažérů, půjde jen o testovací jízdy. Více na straně 2

ŠKODA TRANSPORTATION



## Krátké

## Nová starostka

Ministryně obrany Jana Černochová z ODS odešla z funkce starostky Prahy 2. Důvodem je její vstup do vlády. Skloubit funkci starostky a ministryně podle ní nelze. Černochová zůstane neplacnou radní pro školství. Novou starostkou byla zvolena dosavadní místostarostka Alexandra Udženija.

## Opět Hřib

Piráty do komunálních voleb v Praze příští rok opět povede nynější primátor Zdeněk Hřib. V on-line hlasování o tom rozhodli členové pražské pirátské organizace. Ve druhém kole porazil místostarostku Prahy 10 Janu Komrskovou. Dostal 116 z 212 hlasů, Komrsková jen 85. **ČTK**

# Průchozí metro otestují i v Praze

**Vozy z Plzně poslouží v Polsku.**

Škoda Transportation představila první kompletní soupravu metra pro Varšavu. Zákazka na 45 šestivozových souprav je téměř za osm miliard korun. Souprava je nyní na zkušební koleji v plzeňském závoďe a chystá se na testovací jízdy, které budou postupně na zkušebním okruhu ve Velimi, v pražském metru i v metru ve Varšavě. Pokud jste se těšili, že soupravu vyzkoušíte na vlastní kůži, budete zklamaní. Testy totiž proběhnou bez cestujících.

Podle viceprezidenta skupiny pro realizaci Zdeňka Svátý jde o nejmodernější plně průchozí soupravu. „Výhledově jsou to týdny až měsíce jízdních zkoušek, abychom vše odladili. Jde o standardní proces, který musí podstoupit



Průchozí soupravy pojmu 1500 cestujících. ŠKODA TRANSPORTATION

všechny nové modely,“ uvedl Svátý.

Soupravy nabízejí přehledný vnější i vnitřní informační audiovizuální systém. Kapacita jedné soupravy je 1500 lidí. Skříň vozů je hliníková a vyrábí se v ostravském závoďe Škodovky, největším obráběcím centru v Evropě. Délka jednoho vozu je 20 metrů

a celková délka soupravy 118 metrů. Maximální rychlost souprav je 90 kilometrů za hodinu. „Umožňují plnohodnotné elektrodynamické brzdění při všech režimech obsazení s preferencí rekuperačního brzdění, při němž je elektřina předávána zpět do napájecí soustavy,“ dodal mluvčí Švehla. **ČTK**

## Chytré dodávky. Odhalí „čoudily“

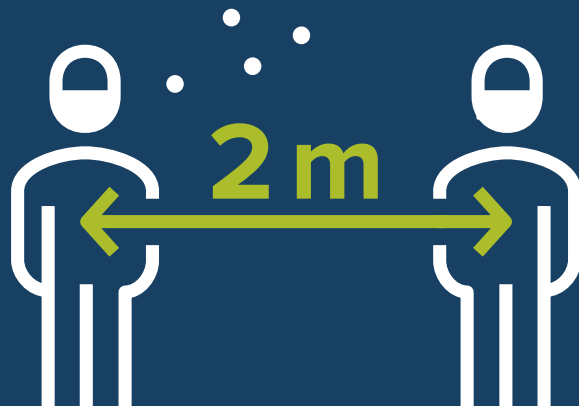
České Radiokomunikace vyrobí pro Prahu za 40,1 milionu korun přístroje, s jejichž pomocí chce magistrát na silnicích identifikovat vozidla s poškozeným nebo chybějícím filtrem pevných částic. Vedení města by rádo měřením získalo data ohledně životního prostředí a poskytlo přístroje policii, aby mohla řídiče s odmontovanými filtry pokutovat.

České Radiokomunikace mají vyvinout a vyrobit zařízení v různých podobách. Stationární varianta má být instalovaná napevno, mobilní v dodávce a přenosný typ má sloužit k přesnějšímu měření a potvrzení vzorků získaných většími zařízeními. „Zařízení by měla být vyvinuta v následujících dvou letech,“ řekl náměstek primátora pro dopravu Adam Scheinherr. **ČTK**

INZERCE

POKUD JE TO MOŽNÉ,  
DODRŽUJTE BEZPEČNOU  
VZDÁLENOST  
SNÍŽÍTE RIZIKO  
KAPÉNKOVÉHO  
PŘENOSU NÁKAZY

[koronavirus.mzcr.cz](https://koronavirus.mzcr.cz)





# Rodinné

Pro chvíle,  
kdy jsme spolu



## Krátké

## Bicí do školy

Odpočinková zóna, relaxační sedací pytle, knihovna, nové sportovní pomůcky, polepy schodů a podlah nebo třeba i školní bicí souprava. To jsou některé z projektů, kterými žáci z Prahy 7 v letošním roce vylepšují své školy. Rozhodli tak prostřednictvím hlasování o využití participativních rozpočtů, na které dostala každá základní škola od radnice sedmé městské části padesát tisíc korun. Do přípravy návrhů participativ-



ZŠ Tusarova PRAHA 7

ních rozpočtů se zapojili žáci prvního i druhého stupně.

## Dárky pro útulky

Zvířecí Vánoce dorazí do Heroldových sadů v Praze 10 dva dny před samotným Štědrým dnem. Právě 22. prosince se tady uskuteční již tradiční besídka přátel psů a koček spojená se sbírkou určenou útulkům. Pod speciální vánoční stromeček mohou lidé nosit pamlsky, hračky či pelíšky mezi 14. a 17. hodinou. Komorní dobročinnou akci organizuje už od roku 2003 paní Eva Eisnerová ve spolupráci s městskou částí. **MET**

## Fiakry. Stanoviště ve městě skončí

Ochránci zvířat slaví. Praha zruší od ledna roku 2023 místa, která využívají kočí pro odstavování turistických fiakrů. Včera to schválili radní změnou tzv. tržního řádu. Podle radního Adama Zábranského je provoz koňských povozů ve městě problematický a zvířata podle odborníků trpí.

Zábranský uvedl, že nejde o zákaz povozů, ale o konec podpory od města prostřednictvím poskytnutí míst pro odstavování kočárů ve Stromov-

ce a na Staroměstském náměstí. Termín zrušení od roku 2023 má zajistit možnost diskuze s provozovateli kočárů a případné nalezení nového domova pro zvířata.

Změna tržního řádu se týká i dalších oblastí. Trhy se nově budou dělit na farmářské, potravinové, květinové, umělecko-řemeslné, specializované, smíšené, bleší, vánoční, velikonoční a dušičkové. Každý typ bude mít jasně definovaný sortiment. **ČTK**

# Zub jako předzvěst přechodu. Novinka štvě řidiče už teď

**Zúžení silnice má i jiné důvody.** Příkladem je Chodov.

„Tohle způsobí zbytečné zácpy na magistrále a přinese možné nehody chodců na přechodu,“ věští v diskuzi na Autosalon.tv jeden ze čtenářů. Web minulý týden upozornil na bílé čáry, které letos vznikly na magistrále přímo před budovou hlavního nádraží. „Šrafovaný zub“, který zužuje vozovku, je předzvěstí změn, které jednu z hlavních dopravních tepen v Praze čekají.

„Vychýlení před vstupem do Fantovy budovy je z důvodu plánovaného přechodu pro chodce, který by měl být řízen světelným signalizačním zařízením. Vzhledem k tomu, že středový pás není dostatečně široký, aby byla dodržena norma pro šíři vyčkávací plochy, vzniká tam právě toto vychýlení,“ řekla Autosalonu mluvčí Technické správy komunikací (TSK) Barbora Lišková. Pro deník Metro Lišková doplnila, že se konkrétně jedná o normu ČSN 73 6110, která stanovuje, že vyčkávací plocha má mít od dvou do tří metrů. Ve výjimečných případech jen metr a půl.

## Z parkoviště park

Přechod by měl na magistrále vzniknout současně s rekonstrukcí předprostoru budovy hlavního nádraží. Ta má začít příští rok. Součástí úpravy je i přeměna parkoviště přes silnici před budovou nádraží. Nově by tu měl vznik-



Tady vznikne nový přechod se semaforem. JAN MARKOVIČ - AUTOSALON



Parkoviště se změně v park. SPRÁVA ŽELEZNIC

nout park. Úpravu má na starost Správa železnic, která spolupracuje také s magistrátem. Lokalitou má totiž v budoucnu vést i tramvajová trať. „Potřebujeme propojit tramvaj z Václavského náměstí a Vinohradské třídy do Washingtonovy ulice a parku před nádražím,“ vysvětlil už dříve budoucí úpravu náměstek primátora Petr Hlaváček.

## Zub na Chodově

Podobný zub ve vozovce, jaký je na magistrále u hlavního nádraží, najdete ještě například v Türkově ulici na Chodově. Zdejší opatření však nevzniklo kvůli budoucímu přechodu. „Jedná se o usměrnění dopravy z důvodu špatného stavu podchodu, který se připravuje do celkové rekonstrukce. Správce do



Pod silnicí vede podchod, který je ve špatném stavu.



Těžší auto do levého pruhu nesmí. 2x TSK

podchodu instaloval podpěru, neboť je jeho opravu nutné koordinovat s opravou kolektoru, který navazuje na mostní konstrukci,“ uvedla pro deník Metro Lišková.

V místě najdete také značku, která zakazuje vozidlům těžším než 3,5 tuny jezdit přes levý pruh. Kdy bude podchod opraven, mluvčí Technické správy komunika-

ci neupřesnila. „Rekonstrukce podchodu byla předána investičnímu oddělení TSK, které ve spolupráci se společností Kolektory Praha zajistí přípravu stavby, tedy zpracování projektové dokumentace atd.,“ dodala Lišková.

MAREK HYŘ  
marek.hyř@metro.cz

# Všechny dárky jako na dlani



## Vánoční pohádky ve velkém stylu

**EPSON**  
EXCEED YOUR VISION



### Epson EH-TW740

Prémiový projektor s Full HD rozlišením 3LCD technologie pro sytý barevný obraz  
Lampa s životností až 12 000 hodin  
Vestavěné 2W reproduktory

**13 690,-**

obj. kód: WX2461

## Nadchne výbavou, potěší cenou

**SAMSUNG**



### Samsung Galaxy A03s

6,5" displej s rozlišením 1 600 × 720  
8jádrový procesor, paměť 3 / 32 GB  
Trojitý fotoaparát, NFC, čtečka otisků  
5 000mAh baterie na celý den

~~3 799,-~~

**2 999,-\***

\*s kódem SAMT800PROSINEC

## Stálice na hvězdném nebi

**SAMSUNG**



### Samsung Galaxy A52s 5G

6,5" AMOLED Full HD+ displej bez rámečku  
Paměť 6 / 128 GB, podpora 5G sítě, 3,5mm Jack  
Čtyřnásobný fotoaparát, optická stabilizace  
Vodotěsný dle IP67 (až 30min ponoření do 1 m)

~~11 499,-~~

**10 499,-\***

\*s kódem SAMT1000PROSINEC

## Stvořen pro ještě větší zábavu

**SAMSUNG**



### Samsung Galaxy S20 FE

6,5" SAMOLED Full HD+ 120Hz displej  
Paměť 6 / 128 GB, trojitý fotoaparát  
3× optický zoom, 30× Super Resolution zoom  
Funkce Single Take, inteligentní baterie

~~16 999,-~~

**13 999,-\***

\*s kódem SAMT3000PROSINEC

## Tak tenhle má super styl

**SAMSUNG**



### Samsung Galaxy S21 5G 128 GB

Smartphone s 6,2" AMOLED Full HD+ displejem  
Paměť 8 / 128 GB, podpora 5G sítě, čtečka otisků  
8K videa, nový noční režim, 30× digitální zoom  
Funkce Link to Windows pro efektivní práci

~~22 499,-~~

**18 999,-\***

\*s kódem SAMT3500PROSINEC

## Věčko nové generace

**SAMSUNG**



### Samsung Galaxy Z Flip3 5G

6,7" Infinity Flex ohebný displej se 120 Hz  
Dvojnásobný 12Mpx fotoaparát, selfie 10 Mpx  
Špičkový procesor Snapdragon 888 a podpora 5G sítě  
Odolná konstrukce a voděodolnost dle IPX8

**26 999,-**

obj. kód: SAMO222d1

S dárky vám podáme pomocnou ruku.

**alza.cz**

Kupte na [www.alza.cz](http://www.alza.cz) nebo volejte 225 340 111

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 21. 12. 2021 od odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na [www.alza.cz/reklama](http://www.alza.cz/reklama). Aktuální ceny najdete vždy na [www.alza.cz](http://www.alza.cz). Dárky jsou dodávány pouze do vyčerpání zásob.

## Malovanka. Bude stát 629,5 milionu

Dostavba multifunkčního operačního střediska Malovanka v Praze 6 bude město stát zhruba 629,5 milionu korun. Stavbu dokončí sdružení Společnost VCES-Metrostav DIZ pro Malovanku. Středisko vznikalo jakou součástí tunelového komplexu Blanka a v budoucnu tam bude přestěhováno dopravní řídicí středisko. Od fungování centra si město slíbilo zvýšení plynulosti a bezpečnosti všech druhů dopravy. Rovněž bude zastřešovat všechny složky, které se podílejí na řízení dopravy za běžného provozu i mimořádných situacích.

Budova stojí severně od Bělohorské ulice mezi hotelem Pyramida a ulicí Na Malovance. Jedná se o železobetonový monolitický sloupový skelet

rozdělený na dvě části. V části A jsou sály ústřední technické správy komunikací, středisko odboru krizového řízení magistrátu a administrativní a sociální prostory. „V části B bude podzemní parkoviště a technologie dieselagregátu. Plášť objektu bude řešený jako hliníkový prosklený systém se zateplenou železobetonovou konstrukcí,“ píše se v dokumentu, ježž včera schválili radní.

Součástí stavby bude rovněž prostor pro infrastrukturu magistrátního datového centra. To vytvoří společně s centrem na Chodově novou dvojici hlavních datových center ve vlastnictví města. Propojení obou dvojic umožní v roce 2024 ukončit provoz centra v Kongresovém centru Praha. **ČTK**

### Krátce

#### Kde se vzala betlémská hvězda

Po možném původu takzvané betlémské hvězdy pátrá film, který letos uvádí pražské planetárium. Snímek kombinuje živé záběry a projekci oblohy s 2D a 3D animacemi. Součástí programu je i komentovaná ukázka aktuálního nočního nebe. Hvězda betlémská podle legendy zvěstovala narození Ježíše Krista. Na pořad mohou lidé zajít do konce prosince téměř každý den. Promítat se nebude pouze na Štědrý den a na Silvestra. Vstupenky si lze koupit on-line.

#### Nové vlaky

České dráhy začaly provozovat nové vlaky InterJet, které nabídnou rychlé cestování mezi Prahou a západními Čechami a od ledna také na lince Praha – Ústí nad Labem – Cheb.

Soupravy, které mohou jezdit rychlostí až 200 km/h, mají pět velkoprostorových vozů první a druhé třídy s možností připojení dalších vagonů.

#### Arakain slaví

Výročí 40 let své existence bude skupina Arakain připomínat koncerty v celém příštím roce. Oslavy vyvrcholí vystoupením 28. ledna 2023 v pražském O2 universu. Série samostatných koncertů po republice začne metalová kapela příští rok na jaře, v létě se zúčastní řady festivalů. První koncert by se měl uskutečnit 9. dubna ve Vysokém Mýtě, o den později v Lucerna Music Baru. **ČTK**

## Segway. Ústavní soud stížnost zamítl

V části Prahy bude nadále platit omezení elektrických vozítek segway. Ústavní soud zamítl stížnost Asociace Segway ČR, která bojovala proti omezení. Soud nezjistil porušení základních práv stěžovatele. Spolu se zamítnutím stížnosti soud odmítl návrh na zrušení části zákona o provozu na pozemních komunikacích. Magistrát hlavního města přijal regulaci v památkové rezervaci a dalších oblastech s vysokou koncentrací pěších v roce 2016. Zdůvodnil ji hlavně ochranou bezpečnosti a zdraví chodců. „Omezením pohybu těchto vozítek jsme reagovali na stížnosti občanů zejména v centru města. K připomínkám se poté připojily i městské části, které vozítka na svém území nechtěly,“ uvedl mluvčí Prahy Vít Hofman. **ČTK**

# Jak to pojede během svátků?

## Dočasné změny začínají ve čtvrtek.

MHD bude přes vánoční svátky a na Silvestra jezdit podle upravených jízdních řádů. Prodloužené budou mimo jiné intervaly a spoje budou jezdit podle sobotních nebo prázdninových jízdních řádů. Ve vybrané dny budou platit namísto běžných nedělních jízdních řádů. Změny skončí 2. ledna.

Jako první skončí ve čtvrtek 23. prosince provoz školních linek i školních spojů na příměstských autobusových linkách. Na lince 315 bude platit prázdninový jízdní řád. Zbytek veřejné dopravy pojede podle dosavadních řádů.

### Vánoce

Na Štědrý den bude MHD jezdit podle sobotních jízdních řádů a pouze příměstské vlaky se budou řídit nedělními řády. Metro pojede podle sobotních jízdních řádů zhruba do 18 hodin, poté pojede v intervalu 20 minut až do půlnoci. Denní provoz tramvají, autobusů i přívozů skončí v 18 hodin a o hodinu dříve se zastaví lanovka na Petřín. Noční spoje vyjedou zhruba v 18 hodin a budou v provozu do 25. prosince do zhruba sedmi hodin ráno.

Provoz vlaků bude na Štědrý den ukončený mezi 18. a 20. hodinou s tím, že do 22 hodin bude zachován provoz na vybraných páteřních linkách S. Příměstské autobusové linky pojedou podle so-

botních jízdních řádů a jejich večerní provoz bude upravený příslušnými časovými poznámkami v jízdních řádech.

Nedělními jízdními řády se bude veřejná doprava řídit od 25. do 26. prosince a od 1. do 2. ledna 2022. Denní provoz tramvají, městských i příměstských autobusů po oba dny začne od zhruba sedmi hodin ráno s výjimkou linky 119, která vyjede již se zahájením provozu metra.

V týdnu od 27. do 30. prosince bude veřejná doprava fungovat podle prázdninových jízdních řádů. Mimo provoz budou tramvajové linky 4 a 21 a linka 16 pojede jen v úseku Ústřední dílny DP – Kotlářka. Nepojedou ani tzv. vložené spoje linky 177 mezi zastávkami Chodov a Volha. Vlaky pojedou podle jízdních řádů pro běžný pracovní den.

### Silvestr

Provoz MHD se bude v pátek 31. prosince řídit prázdninovými jízdními řády, kdy bude provoz ukončen o půlnoci. Nadále nepojedou tramvaje číslo 4 a 21 a linka 16 bude mít zkrácenou trasu, stejně jako některé spoje autobusové linky číslo 177. Vlaky přestanou jezdit mezi 18. a 20. hodinou s tím, že do 22 hodin bude zachován provoz na vybraných příměstských linkách S. **ČTK**



## Na vrchol ještě letos

Na keltském opidu Závist nedaleko Prahy nedávno vznikla rozhledna. Základní kostra je z modřínového dřeva a uprostřed stoupá schodiště na vyhlídkovou plošinu ve výšce 24 metrů. Rozhledna je dílem architektonické kanceláře Huť architektury Martin Rajniš. Podle starosty Dolních Břežan Věslava Michalíka by mohla být věž oficiálně přístupná veřejnosti ještě letos. Kromě rozhledny by na Závisti měly ještě vzniknout barevné bloky kopírující tvary půdorysů historických staveb. Část místních, ale i odborníků proti úpravám národní kulturní památky protestuje. Středočeský kraj nyní až do 15. ledna od veřejnosti přijímá podněty. Ty následně vyhodnotí. **MAH**



Rozzářená vánoční tramvaj

MAFRA



Pf 2022



**S blížícím se koncem tohoto roku, bychom Vám rádi  
poděkovali za vaši spolupráci a důvěru.**

**Přejeme Vám veselé Vánoce  
a šťastný nový rok.**

**As the end of the year approaches,  
we would like to thank you for collaboration and confidence.  
We wish you a Merry Christmas and Happy New Year.**

# FOTOSTRANA



## Jasmína. Tapír už svoje mladistvé tečky ztratil

Tapirus terrestris. K neatraktivnějším mláďatům uplynulé sezony pražské zoo se zařadilo pruhované mládě tapíra jihoamerického. V roce 2002 byl tento líchokopytník z důvodu jeho lovu a ztráty přírodního biotopu zařazen na Červeném seznamu ohrožených druhů IUCN mezi zranitelné (vulnerable). O to cennějším přírůstkem je tapíří samička Jasmína, která se v Zoo Praha narodila letos v dubnu a je nositelkou jedinečných a v evropském chovu dosud nezastoupených genů. Je prvním potomkem samice Taluen, která do pražské zoo dorazila před dvěma lety z Francouzské Guyany. Otec mláďete, samec Tex, má také velmi zajímavý neevropský původ, před patnácti lety přijel z USA. Nyní téměř sedmiměsíční samice již takřka ztratila své tečky a pruhy, které jsou charakteristické pro tapíří mláďata, a postupně se zbarvuje do tmavohnědé podoby. Zoo Praha chovala tapíry jihoamerické již v letech 1950-1957. Jejich chov byl obnoven v roce 2004 a první mládě, samec Heřmánek, se zde narodilo o dva roky později. Na fotce je jako dvoutýdenní mládě se svou matkou Taluen. FOTO: MIROSLAV BOBEK, ZOO PRAHA



## Tayra. Má ještě tři další sourozence

Eira barbara. Eira, tayra, hyrare či kuna brazilská – to vše jsou názvy elegantní a štíhlé lasicovitě šelmy ze Střední a Jižní Ameriky, jejíž historicky první čtyřčata v Česku se koncem léta narodila v Zoo Praha. Tuto půvabnou kunovitou šelmu v uplynulém roce rozmnožily pouze dvě evropské zoologické zahrady. Běžně se tayrám rodí jedno až dvě mláďata. Čtyřčata jsou u tohoto druhu velmi neobvyklá a v českém chovu se narodila vůbec poprvé. Tři samice a jeden samec přišli na svět poslední srpnový den. Jejich matkou je šestiletá samice, odchovaná v pražské zoo, a otcem jedenáctiletý samec, který přišel v roce 2011 ze švýcarské zoologické zahrady Papilliorama. Na snímku je jedna z odchovaných samic ve věku jedenácti týdnů. FOTO: PETR HAMERNÍK, ZOO PRAHA

## Pižmovky, tapíre, trichové a tayry, vítejte v Praze!



## Trichové a pižmovky. Další vzácné druhy

První letošní mládě trichy orlího se vylíhlo 28. ledna. Na snímku vlevo je ve věku 48 dní. Trichové trpí úbytkem svého přirozeného prostředí v důsledku kácení deštných pralesů na Nové Guineji. Pižmovka konžská na fotce nahoře je kaštanově hnědá kachna z afrických lesů. Prvních sedm mláďat tohoto druhu se v pražské zoo vylíhlo v půlce srpna. Tato česká zahrada patří k pouhým třem institucím v Evropě, které je chovají.

2x FOTO: PETR HAMERNÍK, ZOO PRAHA

# Zrušené vánoční trhy. Odmítli obejít opatření, bojují o přežití

**Pořadatelé adventních trhů, prodejci i drobní živnostníci vyjednávají s novou vládou.**

Vánoční trhy jsou pro ně významnou možností, jak vydělat. Vláda jim ale kvůli antiepidiovým opatřením trhy zavřela. Zákaz adventních trhů se dotkl nejen organizátorů, ale také stovek drobných prodejců a živnostníků, kteří tak přišli o výdělky již na druhých vánočních trzích. Ti, kteří neobešli nařízení vlády, tedy odmítli účast na „zimních řemeslných trzích“, které některá města a čtvrti po zákazu vymyslely, jsou na tom nejhůře. Od státu neviděli přes kompenzace ani korunu. Podle Asociace pořadatelů adventních trhů APAT, kterou organizátoři největších vánočních trhů založili, dosud nemají žádné vyrovnání a nikdo jim nedal písemnou záruku, že nějaké dostanou.

„Jako pořadatelé, kteří neobešli krizové opatření, i naši prodejci jsme se ocitli v zoufalé situaci, bez jakékoliv pomoci. Jde až o tisíce stánkařů, řemeslníků a drobných výrobců a desítky nás pořadatelů. Zákazem v řádu hodin nám bylo znemožněno plnit naše smluvní závazky vůči trhům, sponzorům, odběratelům, ale i zadavatelům většinou v roli měst a obcí. Na některých českých náměstích stále stojí celá adventní města, jejichž deinstalace a odvoz znamenají další stovky tisíc korun nákladů,“ říká

Lenka Strítecká za pořadatele adventních trhů na hektarovém náměstí v Českých Budějovicích. Jaroslav Strohschneider, pořadatel tradičních velkých vánočních trhů v Plzni její slova potvrzuje. „Drobní výrobci, kteří své sezonní výrobky vytvářeli měsíce, i prodejci, kteří nakoupili vánoční zboží, zůstali bez možnosti prodeje, bez příjmů, s nepokrytými ztrátami. Mnohdy

jsou to celé rodiny, které si na vánočních trzích vydělávají na živobytí na několik následujících měsíců,“ upřesňuje situaci.

Nejhůře jsou na tom ti, kteří neobešli nařízení vlády například tím, že si změnili název. „To o našem právním státě nevyovídá nic dobrého. Spravedlivým řešením je tedy nahradit i část ušlého zisku, ze kterého firmy i živnost-

níci žijí, i po adventních trzích, na které se celé měsíce připravují, nebo alespoň 100 procent nákladů spojených s přípravou adventních trhů a pokrytím následků jejich zrušení. Do této situace jsme se nedostali vlastní vinou a zároveň všichni vidí, jak nespravedlivé toto nařízení je pouze k jedné skupině živnostníků a firem,“ shodují se všichni organizátoři. **MET**

## Jednání s vládou

**Provozovatelé trhů začali okamžitě po zakazu jednat s končící vládou, která úhrady způsobených ztrát pořadatelům i prodejcem slíbila.**

• „Jednání s ministerstvem průmyslu a obchodu vypadala velmi slibně, 1. prosince jsme měli příslibeno vypsání výzvy pro podávání žádosti. Dohodli jsme se, aby prodejci a pořadatelé mohli uplatnit alespoň část svých nákladů, úhradu nájmu za prodejní místo i úhradu znehodnoceného či neprodaného sezonního zboží,“ popisuje Libor Votruba, jednatel společnosti Taiko, která organizuje vánoční trhy na Štároměstském náměstí v Praze. Pomoc ale do věci nepřišla.

• „Na dotazy končícímu ministru Karlu Havlíčkovi jsme dostávali pouze odpovědi, že vypsání kompenzací podmiňují schválením rozpočtu navrženého původní vládou, a to i přesto, že nastupující vláda jednoznačně deklarovala, že takto navržený rozpočet neschválí. Ministr tedy sliboval něco, o čem již od začátku musel vědět, že nelze splnit,“ tvrdí Strítecká.

• Jednání pokračují s novou vládou, Asociace pořadatelů adventních trhů APAT se minulý týden sešla s novým ministrem financí Zbyňkem Stanjuro. „Po seznámení se s naléhavostí aktuální situace příslibil, že se jako ministr financí zasadí o co nejrychlejší pomoc s pokrytím zákazem způsobených ztrát,“ doplnila Strítecká.

INZERCE

**„DÁRKY MĚ UMÍ ROZZÁŘIT“**

*květinová vůně s teplými dřevitými tóny*

Nakupte EdT nebo EdP například za 500 Kč a s 20násobnými body získáte slevu 100 Kč na příští nákup.

\* eKupon lze aktivovat a uplatnit v období od 01.12. do 31.12.2021. eKupon lze uplatnit pouze jednou. Nevztahuje se na vánoční balíčky.

www.dm.cz  
www.facebook.com/dm.cesko  
instagram.com/dm\_cesko

Značka **dm**

**MOÏ**  
by Stefanie Giesinger  
dámský Eau de Parfum  
50 ml

**449 Kč**  
89,80 Kč za 10 ml

**DLOUHODOBÁ CENA**  
od 30.06.2021 449 Kč

**dm**  
ZDE JSEM ČLOVĚKEM  
ZDE NAKUPUJI

## Krátké

### Historický sad je opět otevřen

V zámeckém parku v Holešově na Kroměřížsku skončila obnova historického ovocného sadu. Z původních 227 stromů starých odrůd jich zbylo 70, ostatní odborníci kvůli jejich stáří a zdravotnímu stavu vykáceli. Vysadili naopak 167 mladých stromů. Součástí veřejně přístupného sadu je také nový dřevěný altán nebo lavičky. Historie sadu se starými odrůdami

mi sahá do poloviny 18. století.

### Přiznání Čechů. Uřízli cizí stromek

Pětina Čechů už někdy uřízla vánoční stromek v cizím lese. Trendem jsou ale stromky v květináčích, zájem je o ně hlavně mezi mladými. Dvě třetiny Čechů zvažují, že si na Vánoce pořídí stromek v květináči a po svátcích jej zasadí zpátky do země. Každý pátý také přiznává, že měl

v minulosti stromek uříznutý na cizím pozemku. Vyplývá to z průzkumu Sdružení vlastníků obecních, soukromých a církevních lesů v ČR. Skoro polovina lidí má doma plastový stromek, zejména mezi mladými ale převažuje zájem o živé stromky. Fenomémem se poslední dobu stávají stromky v květináčích. Jde o stromky, které si mohou lidé zakoupit nebo půjčit a které při správné péči Vánoce přežijí. Čechům se líbí, že stromek může dále růst. **ČTK**



Obnovený historický ovocný sad s altánem

ČTK



## Zeman bude na obrazovkách o Vánocích, Fiala s Vystrčillem na Nový rok

Premiér Petr Fiala na počátku roku přednese svůj novoroční projev, půjde o jeho první projev v pozici předsedy vlády. Mluvčí prezidenta už dříve avizoval, že hlava státu vystoupí se svým poselstvím jako obvykle na Vánoce. V plánu má na Nový rok k národu promluvit také předseda Senátu Miloš Vystrčil. Svým projevem bude pokračovat v tradici, kterou založil jeho předchůdce Jaroslav Kubera. Naopak šéfka Sněmovny Pekarová Adamová nenaváže na předchozího předsedu Sněmovny Radka Vondráčka. „Svůj vlastní projev neplánuji právě proto, že u předsedy dolní komory nejsou dlouholetou tradicí,“ uvedla. „Jako každý rok se chystá vysílání 26. prosince od 13 hodin,“ uvedl prezidentův mluvčí Jiří Ovčáček už na začátku prosince. Natáčení bude mít, stejně jako v minulých letech, na starosti televize Nova.

2x MAFRA

# Nouzový stav končí, nikoli ale další opatření

**Noví ministři a nové plány, jak krotit covid.**

Poprvé pod vedením nového ministra vnitra Víta Rakušana jednal Ústřední krizový štáb. „Konec nouzového stavu neznamená konec protipandemických opatření,“ řekl po jednání ministr vnitra. Už ve středu podle Rakušana ministr zdravotnictví Vlastimil Válek navrhne vláde nová proticovidová opatření.

Zanikne Rada vlády pro zdravotní rizika, protože deformovala systém krizového řízení a nově budou mít každé pondělí schůzku ministři s kompetencemi, které se týkají proticovidových opatře-



Vít Rakušan, nový ministr a nové výzvy

ČTK

ní. „Skupina covidových ministrů se stane pracovní skupinou Bezpečnostní rady státu,“ řekl Rakušan.

Ústřední krizový štáb by podle ministra vnitra a šéfa hnutí STAN měl být institucí, kte-

rá rozhoduje. „Přicházíme na ministerstvo vnitra ve chvíli, kdy covid za námi není a před námi stojí jako před vládou jeden stěžejní úkol, a tím je to krizové řízení, které v posledních dvou letech

vystoupilo ze zákonných parametrů,“ řekl Rakušan při uvedení do úřadu.

Krizový štáb se sešel ve chvíli, kdy epidemie covidu v Česku zpomaluje. V neděli laboratoře odhalily 3740 pozitivních případů. Incidenční číslo, tedy počet nakažených na 100 tisíc obyvatel, kleslo na 639. Za poslední týden klesl počet lidí, kteří s covidem skončili v nemocnici, téměř o čtvrtinu na 4568. Z toho 838 lidí je ve vážném stavu.

Ministr zdravotnictví Vlastimil Válek má zítra na jednání vlády přinést konkrétní sadu protiepidemických opatření, která budou platit do konce letošního roku. Nouzový stav skončí 25. prosince, nová vláda ho neplánuje prodloužovat. **IDNES.cz a ČTK**

## Vědci. Obávají se omikronu

Vědci z Učené společnosti ČR žádají vládu o prodloužení nouzového stavu a s ním spojených protiepidemických opatření. Obávají se růstu epidemie kvůli variantě omikron. Napsali to v otevřeném dopisu premiérovi Petru Fialovi. Podle Fialy je možné opatření dělat jinými prostředky v souladu s pandemickým zákonem. Vědci v dopise uvedli, že pokud bude vláda čekat na vyhodnocení dat z Británie a až poté zasahovat, může vyvolat společnost nadbytečnému riziku. „Prodloužení nouzového stavu dávalo šanci, abychom už potřeby nepodceňovali společností situací, a to v době, kdy v evropských zemích na západ od nás již nastoupila vlna výrazně nakažlivější varianty omikron,“ napsali. Podle nich hrozí opakování scénářů z loňského roku. Připomněli, že rozvolnění loni před Vánocemi vedlo poté k dramatickému nárůstu počtu nemocných i zemřelých. **ČTK**

### Chtěli třetí

# 45

Lidé v Praze se snažili získat posilující dávku očkování proti covidu-19 dříve, než na ni mají podle věku nárok. Na sociálních sítích se o víkend rozšířila informace, že i lidé mladší 45 let se mohou nechat už za pět měsíců očkovat například v OC Kotva. Podle mluvčí Všeobecné fakultní nemocnice v Praze, která očkovací centrum provozuje, šlo o „několik málo případů“. Včera několik lidí skutečně třetí dávku dostalo.

### Až od ledna

# 5.

V současné době mají lidé nad 45 let nárok na třetí dávku vakcíny pět měsíců po dokončeném očkování, mladší po šesti měsících. Od 5. ledna by se pak podle platného mimořádného opatření měli po pěti měsících očkovat i mladší 35 let a od 19. ledna všichni. Důvodem, proč bývalé vedení ministerstva nechtělo spustit očkování po pěti měsících pro všechny najednou už 17. prosince, byl hrozící nápor na očkovací místa.

### Pravidla

# 4,1

Pět měsíců po očkování je v současné době 4,1 milionu lidí. Dosud posilující dávku dostalo 1,96 milionu z nich. Rozdíl mezi počtem lidí, kteří se mohou nechat očkovat podle stávajících pravidel, a umožněním přeočkování všem dospělým po pěti měsících je asi 570 tisíc lidí. Za poslední měsíc bylo v Praze podáno 292 tisíc dávek vakcín. Asi 192 tisíc z nich byly právě posilující třetí dávky.

### Lék na covid

# 370

Nově schválené vakcíny od firmy Novavax, jejíž část se vyrábí v Česku, ministerstvo objednalo zatím 370 tisíc dávek, tedy pro 175 tisíc lidí. Evropská léková agentura (EMA) včera doporučila vakcínu amerického výrobce schválit. Podle informací, které o očkovací látce zveřejnil Státní ústav pro kontrolu léčiv, jde o vakcínu takzvaně proteinovou, tedy jiného typu než čtyři dosud schválené. Dorazit by měla v lednu.

### Dál zpomaluje

# 3740

V neděli přibýlo 3740 případů covidu-19, což je skoro o desetinu méně než před týdnem. Jedná se o nejnižší nedělní nárůst počtu nakažených od 7. listopadu. Ubývá i hospitalizovaných a zemřelých. Za poslední týden klesl počet lidí, kteří skončili v nemocnici. Ve vážném stavu je jich 838. Počty zemřelých se pohybují v desítkách za den. Celkem s covidem zemřelo 35 288 lidí. Za zpomalováním epidemie stojí vakcinace. **5x ČTK**



## Design

V karlovarské galerii SUPERMARKET wc je do čtvrtka otevřena designová výstava Vánoční pelmel. Návštěvníci tady mohou nakoupit designové dárky od regionálních výtvarníků a designérů.

3x MAFRA



## Podvod. Přišla o 1,5 milionu

Kriminalisté z oddělení hospodářské kriminality se zabývají případem okradené ženy z Uherskohradištska. Podvodníci z ní vylákali 1,5 milionu korun. Žena ze strachu, aby nepřišla o peníze na svých účtech, udělala vše, co po ní žádali, nakonec o ně stejně přišla. Ženě volali údajní zaměstnanci její banky a také policisté. Zjistili nějaké nesrovnalosti na jejím účtu. Ujišťovali ji, že o své úspory nepříjde, pokud bude postupovat dle jejich pokynů. Opak byl ale pravdou. Žena na základě informací volajících vybrala ze svých účtů půl druhého milionu, který postupně vložila do bitcoinů, tedy bankomatů s virtuální měnou. Policie připomněla, aby lidé nikomu nesdělovali své přihlašovací údaje do internetového bankovníctví ani čísla z platební karty. Lidé by také neměli reagovat na telefonní hovory, e-maily ani zprávy, kde se je někdo pokouší vmanipulovat do situace, že jsou jejich peníze v ohrožení a že je nutné udělat něco pro jejich ochranu. **ČTK**

INZERCE

„DÁRKY MĚ UMÍ ROZZÁŘIT“

Nakupte EdT nebo EdP například za 500 Kč a s 20násobnými body získáte slevu 100 Kč na příští nákup.

\* eKupon lze aktivovat a uplatnit v období od 01.12. do 31.12. 2021. eKupon lze uplatnit pouze jednou. Nevztahuje se na vánoční balíčky.

www.dm.cz  
www.facebook.com/dm.cesko  
instagram.com/dm\_cesko

**dm**  
ZDE JSEM ČLOVĚKEM  
ZDE NAKUPUJI

## Boubín. Prales je o něco větší

Bezzásahová oblast šumavského Boubínského pralesa by se mohla v budoucnosti zvětšit. Vědci zjistili, že se pralesní stromy nacházejí i na jiných místech rezervace. Oblast, kde se nyní nesmí zasahovat, se rozkládá na ploše 140 hektarů. Mimo vyhrazenou oblast, kde také rostou stejnověkové monokultury smrku staré 100 až 140 let, se ojediněle nacházejí stromy staré 250 i 400 let, které patrně vyrůstaly v původních šumavských pralesích. „Opět se potvrzuje, že o šumavských lesích nevíme zdaleka všechno. Jsem přesvědčený, že spousta překvapivých zajímavostí o šumavské přírodě na nás ještě čeká, a já se těším na jejich odhalování,“ uvedl ředitel NP Šumava Pavel Hubený. Boubínský prales je třetí nejstarší přírodní rezervace v České republice. Vyhlášená byla v roce 1858. Boubínský prales tvoří kombinace buku, smrku a jedlí a je nejzachovalejším zbytkem původních rozsáhlých šumavských smíšených horských lesů. **ČTK**

# Krásky lokomotivy. Je tu záchrana

Byli jsme se podívat v Železničním muzeu v Jaroměři. To letos získalo dvě parní lokomotivy. Jejich opravu jsme si prohlédli zblízka. O výtopnu se starají dobrovolníci ve svém volném čase, odměnou je jim dobrý pocit z odvedené práce. „Počátky našich aktivit začaly opravou parních lokomotiv 310.006 Kafemlejnec a 464.008 Bulík,“ popisuje pro deník Metro předseda muzeum, Bohuslav Škoda. Spolek tyto stroje nevlastnil, pouze s nimi pořádal jízdy. „Mu-

zeum jsme ve výtopně otevřeli v roce 1994,“ dodává Škoda. Deník Metro měl přímo na místě sledovat záchranu dvou parních lokomotiv Štokr – 556.0210 a 556.0304. „Tyto parní lokomotivy patří k tomu nejlepšímu, co československý železniční průmysl vyrobil po druhé světové válce. Jsou to velké nákladní lokomotivy, které měly zvládnout stavební a průmyslový rozvoj socialistické republiky,“ informuje o strojích Škoda. Parní lokomotiva 556.0304 už v Jaroměři stojí

a byly na ní zahájeny první práce. Druhý stroj, 556.0210, se ještě nachází v Plzni a probíhají přípravy k jeho převozu. „Předpokládáme, že Štokr bude tažen motorovou lokomotivou a pojedou po vlastních kolech. Provádíme opravy ložisek náprav, mazání, museli jsme upravit pružnice,“ popisuje Škoda. Také zde musejí železniční nadšenci opravit spojení lokomotivy s tendrem. Převážka historického stroje je plánována na leden. Lokomotiva tak bude od příští sezony součástí

expozice. Muzeum budete moci navštívit od dubna, momentálně jsou prohlídky možné jen po předchozí domluvě.

Lokomotiva 556.0210 Štokr sloužila v Plzni jako vytápěcí kotel v železničních dílnách. Odtud jej zachránila organizace Iron Monument Club. Členy spolku čeká ještě hodně práce, obě lokomotivy se dochovaly ve značně nekompletním stavu. „Budou umístěny ve venkovní expozici. Předpokládáme obnovu vnějšího náteru obou štokrů. Chceme,

aby dobře reprezentovaly nejen výtopnu, ale i bohatou historii parních lokomotiv v Československu,“ uzavírá Škoda. **ANEŽKA VONDRÁKOVÁ**



Parádní kousek

A. V.

## Krátké

## Policisté rozdávají

Kukátko, řetízky na dveře, pepřový sprej, lupu do peněženky, klíčenku s bater-

kou a žetonem do nákupního vozíku, kartičku pro důležité údaje včetně kontaktů na blízké a pořadač na léky. I takové dárky na-

cházejí karlovarští senioři v balíčcích, které pro ně připravili městští policisté. Jedná se o projekt zaměřený na bezpečnost seniorů.

## Sníh nebude

Sníh o Vánocích nečekejme, říkají meteorologové. Ačkoli na horách něco na-

sněží, přes den bude od 4 do 7 stupňů. Pokud se někde v nížinách udrží sníh, tak přes vánoční svátky roztaje. **IDNES.cz**

# Lékařka dál jede na „autopilota“

**O klidných vánočních svátcích s rodinou si může nechat zdát.**

Bohdana Melicherová je praktickou lékařkou ve Vsetíně více než 20 let. Pandemie koronaviru obrátila její pracovní i osobní život naruby. Každý den kromě obvyklé práce s pacienty v ordinaci vyřídí dalších 50 e-mailů a 100 telefonátů. Odpovídá především na dotazy pacientů, kteří onemocněli covidem. „Telefony i e-maily mi umožní komunikovat s více lidmi. Bohužel není reálné ošetřit každý den sto pacientů fyzicky v ordinaci. V čekárně bychom nezvládli oddělit infekční a neinfekční pacienty,“ vysvětluje lékařka.

## Dvě šichty denně

Rozhodně to ale neznamená, že léčí pouze virtuálně. Každý nachlazený přijde do ordinace, otestuje se a domů odchází s informací, že s lékařkou bude v kontaktu a v nutném případě jej opakovaně vyšetří. Ať už testování, léčba, nebo očkování proti koronaviru zaberou polovinu její pracovní doby. Ve zbylém

čase musí ošetřit pacienty, kteří trpí jinými nemocemi, a také zvládnout spoustu papírování. „Ráno obvykle očkujeme a vyšetřujeme objednané neinfekční pacienty. Současně vyřizují telefony i e-maily, dělám předoperační vyšetření, vypisují různé žádanky a podobně. V druhé půli dne přichází pacienti s respiračními nemocemi, přibližně polovina z nich je covid pozitivní. Zveme si je na kontroly, když jsou vysoce riziková, domlouváme aplikaci monoklonálních protilátek,“ popisuje svou denní rutinu lékařka. Její pracovní doba nekončí souběžně s ordinacími hodinami a často ani dlouho po nich. Doma na ni přitom čekají třináctiletý syn a manžel, který pracuje jako policista. „Samozřejmě je mi líto, že synovi nemůžu věnovat tolik času, kolik bych chtěla, nebo že nemám napečené cukroví. Ztracený čas vám nikdo nevrátí. Svou práci mám ale stále velmi ráda a věřím, že má smysl. Stejně to vnímá většina mých kolegů. Aktuálně se s covidem potýká přibližně 290 tisíc lidí a 95 procent z nich je v péči pěti tisíc praktiků napříč republikou,“ vypráví lékařka, která je smířená s tím, že stejně jako loni ani letošní

Vánoce nebudou ve znamení klidu a rodinné pohody.

## Positivní na nákupu

Pravidelně cvičí a dbá na zdravý životní styl. I jí ale postupně docházejí síly a přiznává, že jede tzv. na autopilota. „Když se mě můj ‚puberták‘ zeptá, jak by mi mohl s prací pomoci, dojde mi, že tahle situace není dobrá. To já bych tu měla být pro něj a pomáhat jemu, ne on mně,“ říká. Podpora rodiny i blízkých jí ale v práci motivuje. „Mám velké štěstí na lidi kolem sebe. Třeba na obětavé zdravotní sestry, které by možná dávno změnilly práci, ale nechtějí mě v tom nechat. Já chci zase podpořit ostatní kolegy v ordinacích a nemocnicích. Myslím, že celý systém stojí na vzájemné kolegiálnosti,“ popisuje lékařka. Váží si i všech ohleduplných pacientů, kteří chápou náročnou práci lékařů. Ne každý ale bere pandemickou situaci zodpovědně. „Před pár dny jsem otestovala jednoho pacienta jako pozitivního na koronaviru a nařídila jsem mu standardní 14denní izolaci. Odpoledne ho ale sestřička potkala, jak nakupuje v supermarketu. V takových chvílích cítíte obrovský pocit zmaru,“ říká unaveně. **MET**



## Obří destilační kolona

Do chemického areálu v Litvínově na Mostecku včera přivezl konvoj obří destilační kolony. Dlouhá je skoro 34 metrů a váží 33 tun. Petrochemická společnost Orlen Unipetrol ji využije v nové výrobní jednotce na výrobu kapalného uhlovodíku. Ten bude vyráběn technologií, kterou vyvinuli výzkumní pracovníci skupiny ve spolupráci s Vysokou školou chemicko-technologickou v Praze. Produkt se bude využívat v automobilovém průmyslu, stavebnictví, elektrotechnice či lékařství a farmacii. **ČTK**

INZERCE

## SOUTĚŽ

PRO ČTENÁŘE DENÍKU METRO

### VYHRAJTE

S NÁMI VSTUPENKY NA ANIMÁK ZPÍVEJ 2

## SOUTĚŽNÍ OTÁZKA

Jak se jmenuje postava koaláka?

a) Buster b) Johnny c) Jimmy




### Instrukce k soutěži:

Své odpovědi zasílejte do dnešní půlnoci na adresu vyhraj@metro.cz ve tvaru JMÉNO, PŘIJMENÍ, ADRESA, TELEFON, SPRÁVNÁ ODPOVĚĎ (A, B, nebo C), do předmětu e-mailu uveďte: Zpívej 2. 3 soutěžící získají dvě vstupenky na animák Zpívej 2. Výherci budou kontaktováni e-mailem do 3 pracovních dnů. Více informací o pravidlech soutěže a vyzvednutí cen najdete na [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

**metro**


MOJE MĚSTO, MOJE METRO



## Portmonka


TVOJE DIGITÁLNÍ PENĚŽENKA S AKČNÍMI LETÁKY

NYNĚ NA



Stáhnout v





PRO ZÍSKÁNÍ APLIKACE NASKENUJTE QR KÓD

Číslo dne

130

Nejstarší záznamy o toaletním papíru pocházejí už z šestého století z Číny. Ale teprve před 130 lety si nechal tento vynález, jak je známý dnes, patentovat Američan Seth Wheeler. Do té doby se papír buď prodával po čínském vzoru v arších, nebo v ruličce, z níž se musel papír pracně odtrhávat pomocí zoubků na držáku. I přesto se nový vynález prodával na konci 19. století s velkou diskretností – pouze v lékárnách a zabalený do hnědého balicího papíru. ČTK

# Gulag v Rusku nebude

**Největší země světa je i velmocí v počtu vězňů.**

Proslulý ruský výrobce nákladních automobilů Kamaz zvažuje, že bude ve svých továrnách zaměstnávat vězně. Prohlásil to šéf podniku Sergej Kogogin. Důvod? Automobilce v jejich závodech ve městě Naberežnyje Čelny v ruském Tatarstánu chybí zhruba 4000 zaměstnanců. V současnosti tam pracuje ko-

lem 24 000 lidí, uvedla agentura Reuters, která podotkla, že za personální nouzi může hlavně pandemie, jež vedla k odchodu řady zahraničních pracovníků z Ruska. Právě to přimělo i Kamaz, aby se poohlédl po armádě čítající více než 560 tisíc ruských vězňů. Mimochodem, Rusko má v rámci Evropy suverénně největší počet vězňů, 390 na 100 tisíc obyvatel. V Česku jde o 203 vězňů na 100 tisíc obyvatel.

Ruská vězeňská služba se návrhu Kamazu i dalších kapitanů průmyslu nebrání, le-

**Symbol Stalinovy éry**

**Gulagy byly pracovní tábory s otrockou prací na území Sovětského svazu.**

- Jen v období Stalinovy vlády (1929–1953) prošlo tábory gulagu nejméně 8 milionů lidí. Někdy se k nim připočítávají i lidé žijící ve vyhnanství (asi 6 milionů lidí), ti však nežili

v táborech a jejich životní podmínky byly zpravidla lepší.

- Na konci Stalinovy éry existovalo přibližně 200 gulagů, umístěných zejména na Sibiři, Dálném východě a v Arktidě.
- Gulagy byly oficiálně zrušeny v lednu 1960. WIKIPEDIA

tos dokonce představila plán na využívání vězňů k doplnění pracovní síly. Zdůraznila ale, že tento program by se

nepodobal pracovním táborům z éry Sovětského svazu, pro které se vžil název gulag. HAL

INZERCE



## Ach, Spahn

Německo nemá dostatek vakcín, aby dokázalo udržet tempo probíhající očkovací kampaně. K takovému závěru došel nový ministr zdravotnictví Karl Lauterbach (na fotce). Podle kritiků vina padá na hlavu jeho předchůdce v úřadu, exministra Jense Spahna, jenž nezajistil dávky dostatečně včas. AP

**„DÁRKY NA POSLEDNÍ CHVÍLI? ŽÁDNÝ PROBLÉM!“**

Nakoupím a zaplatím online na dm.cz, vyberu svou oblíbenou prodejnu dm a již za 3 hodiny si svůj nákup vyzvednu.

**EXPRESNÍ VYZVEDNUTÍ**  
dm.cz/expres

dm.cz

**dm**  
ZDE JSEM ČLOVĚKEM  
ZDE NAKUPUJI

**Krátce**

## Účinkuje slibně

Společnost Moderna uvedla, že třetí dávka její vakcíny proti covidu zvýšila sedmatřicetkrát hladiny protilátek proti variantě omikron.

## Už i Novavax

Evropská agentura pro léčivé přípravky EMA včera doporučila vakcínu americké farmaceutické firmy Novavax k použití u dospělých. Část očkovací látky by se mohla vyrábět také v Česku, které už má objednáno 370 tisíc dávek tohoto preparátu.

## Podle Pekingu

Kandidáti věrní čínské komunistické vládě jasně zvítězili v parlamentních volbách v Hongkongu. Účast prodemokratických uchazečů v podstatě znemožnila změny volebních zákonů, které Čína letos schválila. ČTK

## Průšvih. S vínem

Britská vláda musí vysvětlovat další případ porušení protiepidemických restrikcí poté, co se v médiích objevila fotografie premiéra Borise Johnsona (druhý zprava) sedícího u vína s dalšími lidmi na zahradě svého sídla v Downing Street.

Snímek zveřejněný deníkem The Guardian zachycuje sešlost z poloviny loňského května, kdy v Británii platila přísná opatření spojená s první vlnou pandemie. Podle vlády se nejednalo o společenskou událost.

Novým incidentem pokračuje politická bouře, kterou

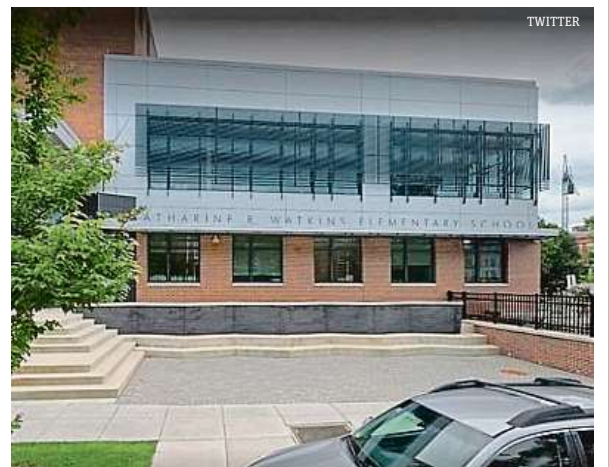


Inkrimovaná fotka TWITTER

spustily na přelomu listopadu a prosince informace o večírcích vládních pracovníků či členů Konzervativní strany na konci loňského roku, kdy se Británie nacházela ve svém druhém lockdownu. ČTK

## S Hitlerem

Žáci třetí třídy washingtonské základní školy (na snímku) museli během jedné z hodin rekonstruovat události holokaustu. Nutila je k tomu, alespoň podle reakcí rodičů, jedna z učitelek. Někteří ze školáků měli dokonce dramatizovat kopání hromadných hrobů či smrt lidí v plynových komorách, jiné z dětí mělo hrát Adolfa Hitlera. Ředitel učitelku suspendoval a rodičům se dostalo vysvětlení, že aktivita rozhodně nespadala do schváleného učebního plánu školy. ČTK



TWITTER

# Ve smutečném kabátě se hřeje zástup kreatur

**Hrdinky kultovního amerického seriálu Sex ve městě se téměř po dvaceti letech vrací na malé obrazovky.**

To, zda za pokračováním Sexu ve městě stojí chamtivost či nesoudnost tvůrců a zúčastněných herců (kteří jsou v některých případech i producenti), ponechme stranou. Prostě je tu a my máme možnost po dvou stylově vybočujících a na původní seriál navazujících filmech opět nahlédnout do života části původní čtveřice kamarádek. Tedy Carrie (Sarah Jessica Parkerová), Charlotte (Kristin Davisová) a Mirandy (Cynthia Nixonová). Samantha dorazí pouze virtuálně. A, ano, tušíte správně. Je to síce kravina, ale pro fanoušky zábavná.

## Osvědčený Manhattan

Sex ve městě je zpátky pod novým názvem A jak to bylo dál... HBO Go pořádně oživilo svou seriálovou nabídku opravdu silným kalibrem, který bez nadsázky nejspíše uvidí, nebo o něm alespoň uslyší, skoro každý, nebo chcete-li každá.

Carrie se bude muset tentokrát obejít nejen bez Samantha, ale i další klíčové postavy ve svém životě. Příběh ovšem zatím navazuje na staré známé ingredience, a to jak v tom dobrém, tak špatném slova smyslu.

Ani po těch pár epizodách, co jsme zatím měli možnost vidět, si nejsem úplně jist, zda to naroubování světa Sexu ve městě do „dnešního“ New Yorku vlastně funguje.



V seriálu A jak to bylo dál... sledujete nové peripetie Carrie, Mirandy a Charlotte.

HBO GO

Pomíjme všudypřítomné kecy o pandemii covidu. Máme tu plastickými chirurgy zvláště upravenou tvář Kristin Davisové, která vedle Carrie a Mirandy snad poprvé v historii působí nejméně přitažlivě.

Pak tu máme výpadek Samantha, který by za normálních okolností nevedil. Tvůrci ale na něj až sebemrskácky neustále upozorňují nejvíce různými pomrky a vysvětlovačkami, až to místy celkem připomíná Hamleta bez

Hamleta ze hry Divadla Jára Cimrmana.

## Zajímavé řešení

Absenci Samantha tvůrci maskují tím, že sem nacpali opravdu pěknou řádku postav černé pleti. Jedné z matek dokonce říkají černá Charlotte. Genderová i rasová korektnost se tu navíc řeší docela hodně a jsou i zdrojem humoru. Je ale otázkou, zda je od tvůrců chytré rýpat se s prominentem v ho...ě. Nás Středoevropany logicky seriál se čtyřmi hlavními hrdinkami bílé pleti nikdy moc nepohoršoval. V Americe je ale diverzita tématem číslo jedna. Tvůrci se ale chovají jako sloni v porcelánu.

## Bylo to někdy o sexu?

Ústředním motivem původního seriálu byly vždy hovory o sexu, respektive o vztazích a sexu. První série neměly problém s odvážnějším popisem konkrétních praktik a trapasů. To tu ale byla Samantha, která se s tím nepá-

rala a nejexplicitnější momenty vzala na sebe.

Teď se Carrie v pětapadesáti letech stydí, když se v podcastu, kde pravidelně účinkuje, probírá masturbace. Přirozený vývoj postavy, která je s věkem úzkoprsejší? Možná. Diváka to ale nutí k zamyšlení, nakolik je pravdivé staré známé úvodní tvrzení: Carrie Bradshawová stále ví hodně o sexu a nebojí se zeptat. Byly její sloupky vůbec někdy odvažné a plné sexu? Těžko říct. Faktem je, že si vzala prvního chlapa, před kterým si – s prominutím – prdla. A s jedním chlapem jí to nešlo vůbec a taky jí jeden odovnal záda. A pak tu byl ten senátor, co chtěl, aby na něj močila. A jí to vadilo. Tak pardon, ztratil jsem se v myšlenkách. Někdy to bylo i o tom sexu. Uznávám.

## Vrásky jim sluší

Sex ve městě byl mezi lety 1998 a 2004 jednou z vlajkových lodí HBO. Jeho scénář vycházel z knižní sbírky sloup-

ků americké novinářky Candace Bushnellové, která se stala předobrazem pro hlavní roli drahým obutím posedlé Carrie Bradshawové.

Přes všechny mé stížnosti a výhrady si myslím, že se nové seriálové pokračování vyvine dobře a nepůjde o kvalitativní katastrofu. Téma smrti a radosti a starosti, které přicházejí s věkem, zatím dobře funguje.

O tom, že má pak velké dopady mimo rámec seriálového světa, hovoří i propad akcí firmy vyrábějící rotopeny. Produkt jejich značky se totiž stal předmětem smrti jedné z hlavních postav. Firma na situaci reagovala geniálně. Chytrým prohlášením o životospřávě a parodickým videem s hlasem herce Ryana Reynoldse. Tak se dělá krizový marketing. Snad jej nebude potřebovat i samotný seriál.



FILIP JAROŠEVSKÝ  
filip.jarosevsky@metro.cz

INZERCE

**MÁTE RÁDI KLASICKOU HUDBU?**  
PŘIHLASTE SE DO KONCERTNÍHO KLUBU  
A VYUŽÍVEJTE JEHO VÝHOD:  
**ČLENSTVÍ ZDARMA**  
**ZVÝHODNĚNÉ VSTUPNÉ**  
**PŘEHLED KONCERTŮ ONLINE**  
VÍCE INFORMACÍ NA WWW.KONCERTNIKLUB.CZ



TOHLE JE TVOJE CHVÍLE

ILLUMINATION UVADÍ

# ZPÍVEJ 2

V KINECH OD 23. PROSINCE

**Sudoku**

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

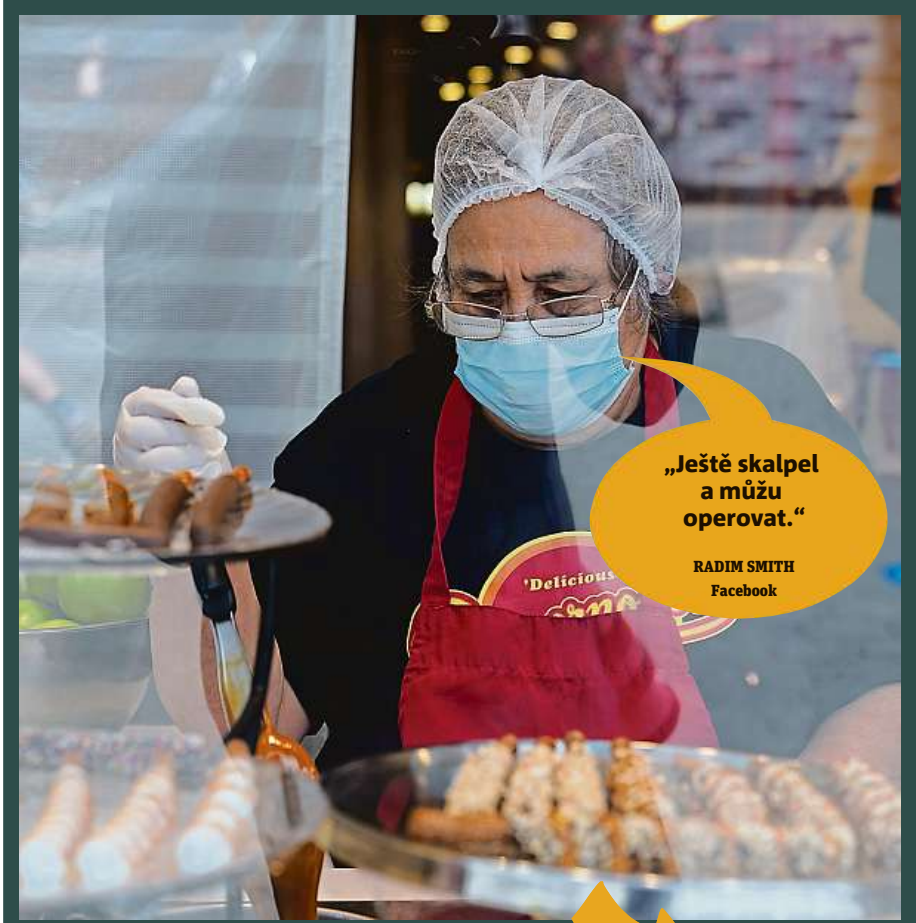
**Luštěnka**

O	N	Z	Á	H		
		1				
Z	O	K	R	O	Š	
	2					
V	A	L	K	O	P	
			3			
U	Z	L	O	K	O	
		4				
R	Y	B	A	L	E	V
					5	

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

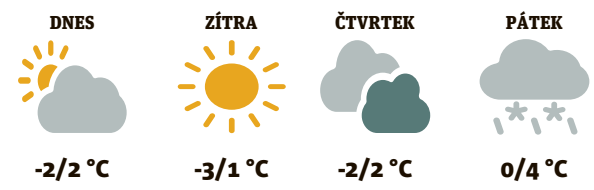
1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

**Napište svou bublinu**



„Ještě skalpel a můžu operovat.“  
RADIM SMITH  
Facebook

**Počasí**



Teplotní rekordy: ↓ -20,4 °C (1927) ↑ 14,3 °C (1989) Bio: ❤️❤️❤️



**NAPADÁ VÁS VTIPNÝ POPISEK?**  
Napište bublinu a reagujte na sloupek na: [www.facebook.com/denikmetro](http://www.facebook.com/denikmetro)

**TV tipy**

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>16.30 Cestománie</p> <p>17.00 Milí Bakaláři</p> <p>18.00 Události v regionech</p> <p>18.25 Kde domov můj?</p> <p>19.00 Události</p> <p>19.56 Branky, body, vteřiny</p> <p>20.05 Nejlepší přítel</p> <p>Pohádka (ČR, 2017)</p> <p>21.45 Teorie tygra</p> <p>Komedie (ČR/SR, 2016)</p> <p>23.30 Deset zastavení s mistry zábavy</p> <p>00.25 Toulavá kamera</p> <p>00.55 Kluci v akci</p> <p>01.25 Zajímavosti z regionů</p> <p>01.50 Objektív</p> <p>02.20 Dobré ráno</p> <p>04.50 Malá farma</p> <p>05.20 Etiketa</p>	<p>16.00 Vinnetou</p> <p>17.40 Mr. Bean</p> <p>18.05 Poštovna v zemi tučňáků</p> <p>19.00 Běžkotoulky</p> <p>19.10 Křesťanský magazín</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Návrat velkého znakovém jazyce</p> <p>20.00 Poklad na Stříbrném jezeře</p> <p>Western (Fr./N/Lug., 1962)</p> <p>21.50 Návrat velkého blondýna</p> <p>23.10 Hra o jablko</p> <p>00.45 Kapverdý, kreolské souostrovní</p> <p>01.40 Život etnografa a indianologa Mnislava Zeleného Aťapany pohledem Martina Štolla</p> <p>01.55 Cesty víry</p>	<p>15.55 Kriminálka Miami V (22)</p> <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.20 Rodinné případy</p> <p>18.20 Comeback</p> <p>18.55 Comeback</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Piráti z Karibiku: Na vlnách podivna</p> <p>Dobrodružná komedie (USA, 2011)</p> <p>23.00 Likvidátor</p> <p>Akční film (USA, 1996)</p> <p>01.20 Kriminálka Miami V (21)</p> <p>02.00 Kriminálka Miami V (22)</p> <p>02.45 Odložené případy VII (16)</p> <p>03.45 Gympl s (r)učněním omezeným (63)</p>	<p>16.50 Policie v akci</p> <p>18.55 Hlavní zprávy</p> <p>19.40 Krim zprávy</p> <p>19.55 Showtime</p> <p>20.15 7 pádů Honzy Dědka</p> <p>21.35 Doblba!</p> <p>Komedie (ČR, 2005)</p> <p>00.10 Hledá se táta a máma</p> <p>01.30 Policie v akci</p> <p>02.30 Námořní vyšetřovací služba (10)</p> <p>Pohříbená zaživa. Krimiseriál (USA, 2003)</p> <p>03.25 Jake a Tlustoch V (5)</p> <p>Mohl jsem napsat knihu. Krimiseriál (USA, 1987-1992)</p> <p>04.25 Policie Hamburg X (10)</p> <p>V Hamburgu se servírují psi. Krimiseriál (N, 2015)</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 FLASHBACK</p> <p>11.00 Óčko hity</p> <p>14.00 Óčko trendy</p> <p>15.00 Mixxxer Live</p> <p>17.00 VÁNOČNÍ VÝHRY</p> <p>18.00 Smartmania</p> <p>18.05 CZ &amp; SK</p> <p>19.00 VIP desítka</p> <p>19.50 Óčko hity</p> <p>21.20 Užít Česko</p> <p>21.30 Naked Warm-up</p> <p>Sexy klipy a best naked momenty pro nedočkavce</p> <p>22.00 NAKED ATTRACTION GERMANY</p> <p>Seznamka na tělo</p> <p>22.30 Óčko flirt</p> <p>Proud klipů se vzkazy diváků Óčka</p>



Držitel certifikátu ISO 9001, 14001 a TASUS

**CHYBÍ VÁM BALKÓN,  
NEBO VÁM PŮVODNÍ  
NESTAČÍ?**



[www.revitalstav.cz](http://www.revitalstav.cz)

**LODŽIE  
PRO KAŽDÝ BYT**

## IVAN ADAMOVIČ

PRŮVODCE PŘÍTOMNOSTÍ



### Sloupek

# NADÍLKA Z NEBES

Naše česká společnost se považuje za většinově ateistickou, nicméně vyrostli jsme v rámci takzvané židokřesťanské kultury. To přináší řadu kuriózních situací. Na den vzkříšení Krista bývá zvykem seřezat děvčatům zadek, aby si také užila trochu jeho utrpení. Na Vánoce krvavě porcujeme a večeříme rybu, symbol křesťanství, lásky a pokory. Nu a letos se naše armáda rozhodla slavit Vánoce s námi. Tak, jak jen to ona umí. Po vojensku.

Mínulý pátek se obloha rozburácela jekotem tryskových motorů. Běžel jsem k oknu, protože jsem byl přesvědčený, že se na náš dům řítí letadlo, kterému se porouchal motor. Spatřil jsem formaci vzdalujících se stíhaček. Dost divné manýry při jmenování nové vlády, napadlo mě. Rychlá konzultace s kole-

### Citát

**Stíhačkový stromeček může překonat už jen pokusný jaderný výbuch.**

gou mě ale zpravila o tom, že to je armádní příspěvek k vánočním svátkům. Pět stíhaček typu Gripen letících ve tvaru trojúhelníku mělo prý symbolizovat vánoční stromeček!

Zajímalo mě, jak vítali nečekanou nadílku z nebes mí přátelé. Ohlasy byly různorodé, jen vánočního rozpoložení se v nich nedostávalo: „Myslel jsem, že umřel Zeman.“ „Ještěže se to nepotkalo s pravidelnou zkouškou sirén, mohla bejt panika.“ „Moji nejmladší dceru to pěkně vyděsilo.“ „Poplašilo to všechny holuby.“ „Myslel jsem, že to je cvičení NATO.“ „Myslel jsem, že vysíláme stíhačky na pomoc Ukrajině.“

Armáda tvrdila, že tyto lety dělá pravidelně, teď jenom ty stíhačky seskupila do toho „stromečku“. Ohlasy tomu zrovna neodpovídají. Co nám armáda nadělí příště? Stíhačkový stromeček myslím může překonat už jen pokusný jaderný výbuch. Tak snad... Ježíšku.

### Anketa

**f Co nejvíce chybí českému hokeji?**



**Zdeněk Řezníček**  
Hra srdíčkem, to uměla jen stará garda.



**Vladimír Cekota**  
Zamrzlé rybníky. Tam se rodily legendy našeho hokeje.



**Pavel Svoboda**  
To vím naprosto přesně, Alois Hadamczik!

## @mojemetro



### MĚSÍC KLIDU

Jak se blíží Štedrý den  
bojím se vycházet ven  
Davy lidí, stovky aut  
Nejlíp se má kosmonaut

Vylezu až v lednu ven  
když je národ unaven  
To je teprv vážně klid  
Konečně opustím byt

Básník a textař [@petsoukup.basnik](#) pravidelně (skoro) každé pondělí tvoří exkluzivně pro Instagram a Facebook deníku Metro krátké texty, které mají kouzlo a vtip. Tady je jeho kousek číslo 67. Co na něj říkáte? Také už se nemůžete dočkat ledna? :

# #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](mailto:mms@metro.cz). Váš výtvar dáme do novin!

### Dopisy a vzkazy

#### Pochybná úspora

Nová vláda prý uvažuje o zrušení či omezení současných jízdních výhod pro seniory nad 65 roků věku. Když se zlevněné jízdné ve vlacích a autobusech zavádělo, panovaly obavy, že senioři přeplní dopravní prostředky a bude potřeba vypravovat více vozidel. Toto u žádného dopravce nenastalo. Vlaky či autobusy stále jezdí dle grafikonů, ať jsou třeba i poloprázdné. Pokud senior zaplatí aspoň tu čtvrtinu jízdného, určitě je to pro dopravu přínos. Pokud se výhody pro seniory zruší, opět ožijí odstavené automobily od činžáků, chalup a chat. Seniorští řidiči zaplní města, dálnice a další silnice s překonanou životností svých automobilů, zhorší se bezpečnost dopravy, vzrostou exhalace, nehody, zranění... Zajisté to nebude příznivý krok pro zlepšování životního prostředí. Taková úspora státních peněz je tedy velice problematická.

MILOŠ PECHAR, PRAHA 5

[dopisy@metro.cz](mailto:dopisy@metro.cz),  
[www.facebook.com/denikmetro](https://www.facebook.com/denikmetro)

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

### Řešení sudoku

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

### Řešení luštěnky

HOLUB

### Komiks

## Stripoff.....Hrabě S.



honza-smolik.com



WWW.EXEKUCESUMPERK.CZ

# DRAŽBY NEMOVITOSTÍ

Mgr. Marcel Kubis, Exekutorský úřad Šumperk



**VYVOLÁVACÍ  
CENA  
460 000,-**

## Dražba bytové jednotky 1+kk v obci Komárov, okres Beroun

Jedná se o dražbu bytové jednotky č. 420/20 v budově č.p. 420, na pozemku p.č. 895, včetně spoluvlastnického podílu ke společným částem domu a pozemku, která se nachází v I. nadzemním podlaží panelového, nepodsklepeného, typového, bytového domu celkem se sedmi nadzemními podlažními, v obci Komárov na ulici Okružní. Objekt je vybaven osobním výtahem. V roce 2009 bylo provedeno částečné zateplení objektu, rekonstrukce stoupaček, modernizace kotelny a výměna oken za nová včetně parapetů. V roce 2019 byl pořízen nový výtah. Bytová jednotka je pravděpodobně dispozičně řešena jako 1+kk se společným sociálním zázemím s dalšími třemi jednotkami. Celkový stavebnětechnický stav a údržba je ke dni ocenění uvažována jako průměrná.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu [www.drazby-exekutori.cz](http://www.drazby-exekutori.cz) dne 13. 1. 2022.



**VYVOLÁVACÍ  
CENA  
663 334,-**

## Dražba podílu id. 1/3 na RD v obci Trutnov

Jedná se o dražbu spoluvlastnického podílu o velikosti id. 1/3 na zděném, podsklepeném rodinném domě se dvěma nadzemními podlažními bez využitého podkrovní pod sedlovou střechou. Objekt se nachází na adrese Lipová 33, Horní Předměstí, 541 01 Trutnov. Dům je napojen na IS: elektro, hloubková kanalizace, obecní vodovod a plynové vedení. Vnitřní dispozice objektu nebyla zjištěna. Původní stáří objektu je dle dostupných podkladových materiálů přes 80 roků. V průběhu své celkové životnosti objekt pravděpodobně procházel postupně rekonstrukcemi a modernizacemi prvků krátkodobých životnosti. Z části byla vyměněna okna za nová plastová. Celkový technický stav a údržbu lze ke dni ocenění uvažovat jako podprůměrnou.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu [www.drazby-exekutori.cz](http://www.drazby-exekutori.cz) dne 18. 1. 2022.



**VYVOLÁVACÍ  
CENA  
1 080 000,-**

## Dražba podílu id. 1/2 na RD v obci Kamenice, okres Praha-východ

Jedná se o dražbu spoluvlastnického podílu o velikosti id. 1/2 na přízemním, nepodsklepeném, zděném rodinném domě s využitým podkrovním pod sedlovou střechou. Objekt se nachází na adrese Na Pokrají 1339, 251 68 Kamenice - Nová Hospoda. Dům je napojen na IS: elektro, hloubková kanalizace, obecní vodovod, plynové vedení, vlastní studnu. Objekt sestává z jedné bytové jednotky o velikosti 3+1 s kompletním sociálním zařízením. Původní stáří objektu je cca 50 roků. V roce 1996 byla provedena celková modernizace vnitřního vybavení, včetně vestavby obytného podkrovní. V roce 2013 proběhla výměna střešní krytiny a klempířských konstrukcí. Celkový technický stav a údržbu lze ke dni ocenění uvažovat jako stavbu v dobrém stavu s pravidelnou údržbou.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu [www.drazby-exekutori.cz](http://www.drazby-exekutori.cz) dne 20. 1. 2022.



**VYVOLÁVACÍ  
CENA  
286 667,-**

## Dražba pozemku (ostatní plocha) v obci Hluboké, okres Třebíč

Jedná se o dražbu nemovité věci - pozemku p.č. 225/9 - ostatní plocha, o výměře 405 m<sup>2</sup>, v k.ú. a obci Hluboké, okres Třebíč, který je situován v okrajové, zastavěné části obce Hluboké. Pozemek je situován v mírně sklonitém až sklonitém terénu s přístupem po zpevněné, veřejné komunikaci. V obci Hluboké se nachází tyto IS: elektro, hloubková kanalizace, obecní vodovod a plynové vedení. Dle platného územního plánu obce Hluboké je pozemek zahrnut v plochách jako: „BV - plochy bydlení - bydlení venkovského charakteru“.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu [www.drazby-exekutori.cz](http://www.drazby-exekutori.cz) dne 26. 1. 2022.



**VYVOLÁVACÍ  
CENA  
240 000,-**

## Dražba pozemku (zahrady) v obci Dojní Zálezy, okres Ústí nad Labem

Jedná se o dražbu pozemku p.č. 902/19 - zahrada, o výměře 468 m<sup>2</sup>, a dále spoluvlastnického podílu o velikosti id. 1/17 na celkem osmi pozemcích o celkové výměře 991 m<sup>2</sup>, vše v k.ú. a obci Zálezy, okres Ústí nad Labem. Na pozemku p.č. 902/19 je situován objekt rodinné rekreace, který není předmětem evidence v katastru nemovitostí. Jedná se o přízemní, dřevěný, nepodsklepený objekt bez využitého podkrovní pod pultovou střechou, který sestává z jedné obytné místnosti. Pozemky leží ve sklonitém terénu, tvoří funkční celek a jsou přístupné po veřejné komunikaci, která se nachází ve vzdálenosti cca 40 m od předmětu dražby (přístup k pozemku p.č. 902/19 je pouze po pěši).

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu [www.drazby-exekutori.cz](http://www.drazby-exekutori.cz) dne 1. 2. 2022.



**VYVOLÁVACÍ  
CENA  
343 334,-**

## Dražba objektu rodinné rekreace v obci Plešnice, okres Plzeň-sever

Jedná se o dražbu přízemního, zděného a z části dřevěného, podsklepeného objektu rodinné rekreace bez využitého podkrovní pod sedlovou střechou. Objekt se nachází na adrese: Plešnice ev. č. 101, 330 33 Plešnice. Objekt je situován v mírně sklonitém terénu s přístupem po nezpevněné komunikaci ve vlastnictví obce a dále po nezpevněné komunikaci na pozemcích ve vlastnictví různých subjektů (přístup není po právní stránce zajištěn). Zpevněná komunikace se nachází ve vzdálenosti cca 1,5 km od předmětu dražby. Vnitřní dispozice objektu nebyla zjištěna. Původní stáří objektu je dle dostupných materiálů přes 40 roků. Celkový technický stav a údržbu lze ke dni ocenění uvažovat jako stavbu v dobrém stavu s pravidelnou údržbou.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu [www.drazby-exekutori.cz](http://www.drazby-exekutori.cz) dne 10. 2. 2022.

## Dražba pozemku (trvalý travní porost) v obci Kestřany, okres Písek vyvolávací cena 320 000,-

Jedná se o dražbu pozemku p.č. 181/30 - trvalý travní porost, o výměře 772 m<sup>2</sup>, v k.ú. Zátaví, obec Kestřany, okres Písek. Pozemek je situován v mírně sklonitém terénu s přístupem po nezpevněných pozemcích, které jsou ve vlastnictví jiných subjektů (přístup není právně zajištěn). Zpevněná komunikace se nachází ve vzdálenosti cca 45 m od pozemku. Přes pozemek vede trasa elektrického vedení. V obci Kestřany se nachází tyto IS: elektro, hloubková kanalizace a obecní vodovod. Dle platného územního plánu obce Kestřany je pozemek zahrnut v plochách stabilizovaných jako: „BR - plochy bydlení - rodinné domy“.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu [www.drazby-exekutori.cz](http://www.drazby-exekutori.cz) dne 27. 1. 2022.

## Dražba podílu id. 1/4 na pozemku v obci Košařiska, okres Frýdek-Místek vyvolávací cena 88 667,-

Jedná se o dražbu spoluvlastnického podílu o velikosti id. 1/4 na pozemku p.č. 254/8 - ostatní plocha, o výměře 44.283 m<sup>2</sup>, v k.ú. a obci Košařiska, okres Frýdek-Místek, který je situován v severovýchodní části katastrálního území s přístupem po nezpevněné komunikaci a dále přes nezpevněné pozemky. Pozemek je součástí zemědělských honů. Na části pozemku se nachází stromoví.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu [www.drazby-exekutori.cz](http://www.drazby-exekutori.cz) dne 2. 2. 2022.

## Dražba podílu id. 1/2 na pozemcích v obci Slabce, okres Rakovník vyvolávací cena 55 334,-

Jedná se o dražbu spoluvlastnického podílu o velikosti id. 1/2 k pozemkům p.č. 964/1 - zahrada, o výměře 477 m<sup>2</sup>, p.č. 1008/2 - zahrada, o výměře 406 m<sup>2</sup>, a p.č. 1008/3 - orná půda, o výměře 662 m<sup>2</sup>, vše v k.ú. Rousínov u Rakovníka, obec Slabce, okres Rakovník, které jsou situovány v okrajové, zastavěné části katastrálního území a tvoří jednotný funkční celek s přístupem po zpevněné veřejné komunikaci, která se nachází ve vzdálenosti cca 35 m od předmětu dražby. Dle informací ČSÚ v obci Slabce je možné napojení na tyto IS: elektro, hloubková kanalizace a obecní vodovod.

Dražba se koná prostřednictvím dražebního portálu [www.drazby-exekutori.cz](http://www.drazby-exekutori.cz) dne 7. 2. 2022.

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.

**POZOR!** Tento článek je určen pouze lidem trpícím bolestí zad.

**SENIORE,** tohle je řešení pro Vaši kapsu!

# Ischias, kýla páteře, vyhřeznutí meziobratlové ploténky,

- tato onemocnění ničí Vaši páteř!

**A mají tu STEJNOU PŘÍČINU!**



**Pan Bedřich J. (65 let)**  
z Jihlavy trpěl problémy  
s páteří víc než 6 let:

Nemohl jsem vstát z křesla, aniž bych cítil nesnesitelnou bolest. Vždy jsem se musel něčeho držet. Občas po celodenní práci jsem byl schopný už jen ležet v posteli jako prkno. Každý pohyb znamenal bolest. Navíc mi v noci bolest zad a otupělost nohou nedovolovaly usnout. Celé hodiny jsem se převracel ze strany na stranu. Takhle se nedalo žít!

## Dobrá zpráva pro lidi trpící bolestí zad

Pravdou je, že nemusíte mít odborné znalosti o příčinách bolesti zad, abyste si dokázali najít **úlevu od bolesti.**

Rozvoj ortopedie a neurologie přinesl skutečný průlom v oblasti přirozeného odstraňování bolesti zad. Jednou z inovativních metod je například magnetický dekompresní pás, který vám přinese úlevu od bolesti zad. Bez opouštění pohodlí domova.

V nejprestižnějších lékařských časopisech bylo publikováno mnoho článků o magnetickém dekompresním pásu. Vzhledem k překvapivým výsledkům se doporučuje, aby magnetický dekompresní pás vyzkoušeli pacienti trpící bolestmi zad (v téměř 90% případů došlo k postupné úlevě a někteří se vyhnuli i operaci)!

**Pokud trpíte:**

- ✓ záchvaty vyzařující bolesti zad,
- ✓ problémy se vstáváním a sezením,
- ✓ zúžením meziobratlového prostoru,
- ✓ bederní nebo krční diskopatií,
- ✓ degenerací páteře,
- ✓ páteřní kýlou,
- ✓ ischiasem.

... to znamená, že stejně jako 14,73% Čechů potřebujete co nejdříve úlevu od bolesti!

## Jak to funguje?

Téměř každý, kdo vyzkoušel magnetický dekompresní pás, se rozloučil s opakujícími se, paralyzujícími bolestmi zad.

Je to možné díky tomu, že magnetický dekompresní pás působí na 3 úrovních:

1 **Vytvoření magnetického obkladu.** Díky 10 neodýmovým magnetům umístěným podél páteře se vytvoří hluboce působící magnetický obklad o síle 3000 gaussů. Magnetické vlny pronikají do svalů, šlach a nervů a okamžitě utišují bolest.

2 **Snížení tlaku na meziobratlové ploténky a nervy díky dekompresi.** S věkem meziobratlové ploténky mohou začít vyhřezávat, jelikož se cca. 1/3 z nich opotřebovává. Tímto vzniká tlak na ischiatické nervy, což způsobuje akutní bolest. Dekompres obnovuje správné držení těla, díky čemuž se prostor mezi obratli zvětšuje.

3 **Regenerace neaktivních a oslabených zádových svalů.** Během používání dochází k odlehčení zádových svalů a jejich práci přebírají břišní svaly. Tím se zabrání přetížení oslabených svalů připojených k páteři. Tlak na

její spodní část je snížen a bolest v bederní páteři ustupuje.

Potvrzuje to pan Bedřich, který jako jeden z prvních v Česku vyzkoušel magnetický dekompresní pás:

„Přes počáteční pochybnosti a skepsi jsem se rozhodl otestovat funkčnost pásu na sobě. Lze jej snadno nasadit a je pohodlný, ale to není nejdůležitější věc. **Opravdu to funguje!** Byl jsem šokován, že jsem tak rychle pocítil úlevu. Po několika dnech se bolest v páteři zmírnila natolik, že jsem poprvé za 6 let nemusel užívat léky proti bolesti, abych vůbec nějak fungoval! Měl jsem více energie, ztuhlost nohou ustoupila a spal jsem mnohem lépe. Dnes si už ani nepamatuji, jaké to je trpět bolestmi zad.“

**Magnetický dekompresní pás použijte, pokud pociťujete:**

- ➔ problémy s dolní částí zad
- ➔ diskomfort způsobený problémy s meziobratlovou ploténkou
- ➔ ztuhlost nohou, paží a krku
- ➔ svalové křeče
- ➔ zdravotní problémy způsobené pády, vykloubeními



Magnetický dekompresní pás je vyroben z odolných a pružných materiálů, a proto Vám bude sloužit po mnoho let. Mohou jej používat jak muži, tak ženy. Je lehký, tenký a pod oblečením neviditelný. Díky suchým zipům můžete upravit obvod pasu a přizpůsobit ho jakékoliv postavě. Je pohodlný, netlačí a neřeže. Můžete jej používat jak za dne, tak v noci.

Magnetický dekompresní pás lze objednat pouze telefonicky. Díky promoakci můžete získat obrovskou slevu.

## Máte už dost problému s páteří?

Pořídte si originální magnetický dekompresní pás, který vás zbaví zdravotních problémů a obnoví vaši kondici!

Pokud objednáte před 24. lednem 2022, získáte tak magnetický dekompresní pás **se slevou 73%! (doprava ZDARMA)!**

**Zavolejte: 296 849 718**

Po – Pá 8–20 hod., So – Ne 9–18 hod.  
(Obyčejný místní hovor bez dodatečných poplatků)



# Jak ve zdraví přežít vánoční svátky? Přinášíme šest tipů

**Cukroví slazené ovocem, salát bez majolky nebo kapr pečený v troubě.**  
I na Vánoce můžete jíst zdravě.

Za pár dní jsou tu vánoční svátky, které si spousta lidí hodlá užít naplno. A to nejen klid a pohodu, ale i dobré jídlo a pití. Nic se ale nemá přehánět, abyste se místo svátečního hodování nesvjíčili v křečích se žlučnickovou kolikou či neskončili s jiným zažívacím problémem.

Spousta ne úplně zdravého jídla, to jsou typické české Vánoce. Hodně tuku z majolky či smaženého kapra, do toho sladké a tučné cukroví, chlebičky, vánočka a na to alkohol. A to vše během jednoho dne. To je pořádná zátěž i pro jinak zdravý organismus.

To, že někteří lidé dokonce skončí kvůli přejídání v nemocnici, potvrzují i záchranáři. „V období Vánoc se častěji setkáváme se zásahy u pacientů s nevolností, bolestmi břicha nebo celkovým zhoršením zdravotního stavu. Ty bývají často způsobeny nestřídmou konzumací jídla a pití nebo podobnými dietními chybami,“ potvrzuje tiskový mluvčí Zdravotnické záchranné služby Královéhradeckého kraje Ivo Novák.

Nezřízená konzumace nezdravých jídel ale může mít i dlouhodobé následky v podobě vysokého cholesterolu, obezity či cukrovky. „Jakákoliv dlouhodobá nevyrovnanost ve stravovacím režimu s sebou přináší riziko takzvaných civilizačních onemocnění. Velká část dospělé české populace si nadbytečným příjmem kalorií, cukrů, nasycených tuků a soli způsobuje vysoký krevní tlak, vysokou hladinu cholesterolu a vyčerpává schopnost slinivky břišní regulovat hladinu cukru v krvi. Z toho pak pramení obezita, cukrovka 2. typu a aterosklerotické kardiovaskulární nemoci, jako je infarkt myokardu a cévní mozkové příhody. Nadváhou trpí 56 % dospělých, hypertenzí 40 %, vysokou hladinu cholesterolu má 54 % a diabetes 11 % lidí. Na tato onemocnění má životní a stravovací styl největší vliv,“ říká lékařka Eva Kociánová, garantka projektu Srdce v hlavě.

Člověk samozřejmě nedostane infarkt potom, kdy sní smaženého kapra, bramborový salát nebo cukroví. Nicméně o tom, co jíte, byste měli přemýšlet a snažit se dlouhodobě upravit stravu tak, aby vám po jídle nebylo špatně, nenabírali jste kila a neměli další zdravotní potíže. Jak na to? Přinášíme šest rad.

## 1. Hlídejte si složení

Omezte tuky živočišného původu, jako je máslo, sádlo, tučné mléčné výrobky, tučné vepřové a hovězí maso, především klišku, bok nebo krk. Nevhodná je většina uzenin (párky, salámy). Máte-li rádi sýry, vyhněte se produktům s obsahem tuku nad 40 %. Jogurty jsou vhodné ty, které jsou tučné do 3 %.

## 2. Jezte zdravé tuky

Bez tuků to ale úplně nejde. Nahradejte tedy ty živočišné rostlinnými. Jde například o kvalitní rostlinné oleje, chia či lněná semínka nebo ořechy. Obsahují velký podíl omega 6 a omega 3 vícenenasycených mastných kyselin. Ty působí příznivě na srdečně-cévní systém a pomáhají snižovat hladinu LDL (zlého) cholesterolu v krvi. Prospěšné tuky jsou ve velkém množství obsaženy v tučných rybách, jako je losos. Na talíři byste je měli mít ideálně dvakrát týdně.

## 3. Zdravější večeře

Zkuste si vánoční menu zpestřit jinou rybou, například již zmiňovaným lososem. Pokud se ale kapra nechcete vzdát, pak jej nesmažte na pánvi, ale opečte v troubě. Nebo ho alespoň nebalujte v klasické strouhanče, ale ve strouhanče z celozrnného pečiva. Bramborový salát můžete připravit z řeckého jogurtu. Brambory nijak nevaďte, jsou skvělým zdrojem mnoha vitaminů a minerálů a díky obsahu draslíku pomáhají snižovat vysoký krevní tlak i cholesterol.

## 4. Vajíček se nebojte

„Mnoho lidí neví vajíčka, protože se bojí, že jsou zdraví škodlivá. Vajíčka jsou ale v pořádku a do zdravého jídelníčku patří, pokud to s nimi strávíte nepřehánějí. Jedno vajíčko denně dodá organismu významné množství bílkovin a cholesterol ovlivní v porovnání s jinými potravinami jen nepatrně,“ vysvětluje Eva Kociánová.

## 5. Pijte vodu

Nezapomeňte dostatečně pít. Ideální je obyčejná voda, rozhodně lepší než slazené nápoje a limonády. Pokud před každým jídlem vypijete sklenici vody, zaplníte si žaludek a nebudete mít potřebu se tolik přejídat. Důležité je také jíst pravidelně každé 3 až 4 hodiny. Pravidelnost zaručí, že nebudete mít záchvaty hladu, se kterými přichází zbytečné přejídání.

## 6. Zdravější sladkosti

Pár vanilkových rohlíčků či lineckého pečiva tělo zvládne, ale pokud máte rádi sladké, je dobré ho již připravovat ve zdravější formě. Místo cukru slaďte ovocem, použijte celozrnnou mouku. Kupujte jen čokoládu s vysokým obsahem kvalitního kakaa. Bílý rafinovaný cukr nahraďte zdravějšími alternativami, třeba kokosovým cukrem či ovocem. **KAMILA HUDEČKOVÁ**



Někdy vánoční přejídání končí takto.

PROFIMEDIA

INZERCE

NOVINKA

## Nadýmání? Křeče? Bolesti?

Cíleně se uvolňuje až ve střevě



**Gaspan®** - silný a šetrný při zažívacích potížích

- ✓ ulevuje při **nadýmání, křečích, bolestech a diskomfortu** v oblasti břicha
- ✓ enterosolventní tobolky jsou **šetrné k žaludku** a zajišťují přímý účinek tam, kde potíže vznikají, tedy ve střevě
- ✓ kombinuje osvědčené a vědecky ověřené přírodní látky ve vysokých dávkách: **silice máty peprné a kmínu**

Gaspan® enterosolventní měkké tobolky je lék k vnitřnímu užití. Čtěte pečlivě příbalovou informaci.

Schwabe Czech s.r.o.  
Pod Klikovkou 1917/4, 150 00 Praha 5 - Smíchov  
tel.: +420 241 740 447, e-mail: info@schwabe.cz  
www.gaspan.cz

**Schwabe Czech**  
From Nature. For Health.

## Napadení? Prý k němu nedošlo

Čínská tenistka Pcheng Šuaj (na snímku) popřela sexuální napadení významným komunistickým funkcionářem. Kauza bývalé světové jedničky ve čtyřhře ze začátku listopadu přitahovala obavy sportovců či politiků o její bezpečnost a přiměla Ženskou tenisovou asociaci (WTA) k pozastavení turnajů plánovaných do Číny a Hongkongu. Její nynější vyjádření ale vyvolalo u WTA pochyby. Singapurské noviny Lianhe Zaobao přinesly videohovor, v němž se pětatřicetiletá Pcheng Šuaj poprvé na kameru vyjádřila. Příspěvek z 2. listopadu na sociálních sítích o tom, že se stala obětí sexuálního napadení někdejší čínským vicepremiérem Čang Kao-limem, označila za nedorozumění.

AP



Krátce

## Silvestrovský fotbal bude

Po roční odmlce způsobené pandemií koronaviru se opět uskuteční Silvestrovské derby fotbalových internacionálů mezi Slavií a Spartou. Legendy obou pražských klubů se v poslední den roku tradičně utkají na umělé trávě v Edenu, kvůli covidu-19 se ale bude hrát za zavřenými dveřmi bez diváků.

## Kane a spol. v Evropě končí

Evropská fotbalová unie (UEFA) včera zkontumovala fotbalistům Tottenhamu zrušený zápas Konferenční ligy s Rennes porážkou 0:3, do vyřazovací fáze tak postoupil Arnhem s českým obráncem Tomášem Hájkem. **ČTK**

Krátce

## Sto milionů na olympiádu

Většina příjemců sportovních dotací si kvůli rozpočtovému provizoriu, které v Česku nastane začátkem roku po výměně vlády, bude muset počkat na peníze od státu. Nové výzvy na rok 2022 totiž nemohou být vypsány, protože není jasné, kolik peněz na sport bude k dispozici. Národní sportovní agentura ale uvolní 100 milionů pro Český olympijský výbor i dotčené svazy na výdaje spojené s účastí na olympijských hrách.

## Dojela sedmá

Skikrosářka Nikol Kučerová se na Světovém poháru v Innichenu probojovala do malého finále a sedmým místem si vylepšila sezonní maximum ve Světovém poháru.

## Do Pekingu?

Představitelé NHL a hráčské asociace NHLPA uvedli, že v nejbližší době oznámí rozhodnutí o startu hokejistů na olympiádě. O zrušení účasti hráčů z elitní zámožské ligy se začalo mluvit po zhoršení pandemické situace. **ČTK**

# Reichelův syn poprvé v NHL

**Kristian Reichel se o své nominaci dozvěděl dvě hodiny před zápasem.**

Nadějný hokejový útočník Kristian Reichel si vychutnal nedělní premiéru v NHL v dresu Winnipegu, který doma porazil St. Louis 4:2. Třiatřetiletý syn olympijského vítěze z Nagana a trojnásobného mistra světa Roberta Reichela šel startem v nejlepší lize světa ve stopách otce jako třetí Čech v historii. Před ním měl následovníka Jiří Bubla v Jiřím Šlégrovi a František Musil ve starším ze současné dvojice českých reprezentantů – Davidovi. „Pocity jsou krásné, je to něco neskutečného. Každý malý kluk si jednou přeje hrát v NHL. Pro každého je to sen zahrát si v nejlepší lize na světě a pro mě se ten sen stal skutečností. Úsilí, které jsem vynaložil do toho okamžiku, se dneska zúročilo a ta práce, kterou jsem do toho investo-

val, se vyplatila. Je to neskutečný zážitek,“ řekl Reichel v rozhovoru pro klubový web mateřského Litvínova.

Kristian Reichel nebyl drafťovaný a do Severní Ameriky se vydal z Litvínova v roce 2017. Po roce stráveném v celku Red Deer Rebels v juniorské WHL je už čtvrtou sezonu v AHL v týmu Manitoba Moose. O debutu v NHL se dozvěděl na poslední chvíli. „Bylo to trochu komplikovanější, ale dozvěděl jsem se to těsně před zápasem. Na farmě jsme měli problémy s covidem a museli mě testovat dvakrát negativně, abych vůbec mohl být povolán z AHL. Bylo to složitější a pro mě i trochu nervózní. Volal mi to hlavní trenér z farmy, že zítřka mám být na stadionu v tolik a v tolik. Dopadlo to, jak mělo. A to, že nastoupím, jsem se dozvěděl až dvě hodiny před zápasem,“ uvedl účastník dvou mistrovství světa dvacítek a jednoho šampionátu osmnáctek.

Reichel v duelu s Blues strávil na ledě čtyři minuty a 27 sekund. **ČTK**

## Rasismus. Sudí zápas ukončili

Ve třetí německé fotbalové lize se kvůli rasistickým urážkám hráče tmavé pleti z hlediště nedohrálo utkání. Oba kluby, Duisburg a Osnabrück, požadují, aby se zápas hrál znovu. Nedělní duel byl zastaven poté, co se útočník hostujícího Osnabrücku Aa-

ron Opoku stal terčem opičích skřeků z tribuny. Osnabrück následně nechťel v utkání pokračovat a zápas byl předčasně ukončen. V německém profesionálním fotbale se duel kvůli rasismu nedohrál poprvé, takže neexistuje precedens. **ČTK**



## Královnou opět sjezdářka

Lyžařka Petra Vlhová se potřetí za sebou stala nejlepší slovenskou sportovkyní roku. Celková vítězka hodnocení Světového poháru za minulou sezonu vyhrála anketu před dvojicí medailistů z olympijských her, zlatou brokovou střelkyní Zuzanou Reháč-Štefěčkovou a stříbrným vodním slalomářem Jakubem Grigarem. **MAFRA**