

metro 



Zimní
Valašsko
očarovala
příroda

Barevné ledopády jsou k vidění nedaleko Pulčína na Vsetínsku. Odstíny žluté, oranžové a hnědé barvy způsobuje podle odborníků **mikroskopická sněžná řasa** žijící v ledu.



První sdílená zóna pro všechny je v Brně

U obchodního domu Letmo v Brně platí nově sdílená zóna. Mohou do ní vstupovat chodci, vjíždět cyklisté i auta a všichni musí brát ohled na ostatní. Jde o dopravní prostor, který umožnila legislativa a ve kterém jsou si rovni řidiči aut, cyklisté i chodci a maximální rychlost je omezena na 20 kilometrů za hodinu. Jedná se o první takovou zónu v ČR. **ČTK**

Trest smrti za kšeft s drogami

Devět lidí bylo ve Vietnamu odsouzeno k trestu smrti za obchodování s drogami. Šestapadesátiletá Tran Thi Mau a jejích osm kompliců byli shledáni vinnými, že mezi roky 2021 a 2022 propašovali přes hranice z Laosu do Vietnamu 105 kilogramů metamfetaminu a heroinu. Další dva lidé dostali ve stejném případě doživotní trest vězení.

Vietnam má jedny z nejprísnejších protidrogových zákonů na světě. Obchodování s drogami je přesto v zemi nadále rozšířené. V roce 2021 bylo ve Vietnamu odsouzeno k trestu smrti nejméně 119 lidí. Podle mezinárodní organizace Amnesty International ovšem komunistický režim ve Vietnamu řadu poprav tají. **ČTK**

„Kosmický Čech“ přiblíží ČR ke zkoumání vesmíru

Do žebříčku čtyřiceti mladých evropských lídrů pro rok 2024 se dostal i český zástupce, šéf kosmické firmy.

Petr Kapoun, vesmírný nadšec z České republiky, se dostal do žebříčku mladých evropských lídrů, který sestavuje společnost Friends of Europe. Ta sleduje zajímavé osobnosti, které mohou v budoucnu ovlivnit vývoj na starém kontinentě a významně se prosadily ve svých oborech.

Kapoun založil společnost TRL Space s cílem posílit český kosmický průmysl. Je také šéfem kosmické sekce Asociace leteckého a vesmírného průmyslu. TRL Space je česká společnost, která se věnuje stavbě družic a vývoji, výrobě a prodeji vlastních produktů pro mezinárodní organizace, kosmické agentury i soukromé společnosti. Podílil se například na mezinárodní misi LUGO, jejímž cílem je odpovědět na nejasnosti ohledně stáří měsíční vulkanické aktivity, a zároveň jako první zmapovat jeskynní systémy na Měsíci. TRL Space má na starosti vedení celé mise a týmu, který zahrnuje 18 organizací a vý-

znamné vědce z výzkumných institucí v Jižní Koreji, USA, Itálii a Finsku.

O plánech české mise na Měsíci mluvil loni v dubnu pro server iDNES.cz. „Na Měsíci jsou jen dvě vlajky – americká a čínská. Za pár let by ji tam mohli mít i Češi. A done se ji tam vlastní družice,“ řekl tehdy Kapoun. Podle něj právě Česko může brzy do výzkumu vesmíru významně promluvit. „Chceme ukázat, že region má na to, dělat velké mise, není to jen hra Západu. Evropské kosmické agentury se to líbí, nám se to líbí. Pracujeme rychle, jsme motivovaní,“ uvedl loni v dubnu Kapoun. **ČTK a MET**



Petr Kapoun

MAFRA

BEZ ŘIDIČŮ

86

Pražský dopravní podnik plánuje vypsat obří tendr na nákup vozů metra bez řidičů na budované lince D a také automatizace na lince C. Soutěž je v hodnotě 86 miliard korun. Vítěze chce mít Praha vybraného za dva roky. Vlaky se budou testovat, dojde k úpravám stanic. **ČTK**

INZERCE

Národní bezpečnostní úřad je orgánem výkonné moci a je ústředním správním úřadem pro oblast ochrany utajovaných informací a bezpečnostní způsobilosti.

Jedním z hlavních úkolů NBÚ je vydávání osvědčení (fyzické osobě i podnikateli) nebo dokladu o bezpečnostní způsobilosti (fyzické osobě) a garantuje tak, že u jeho držitele nebyly zjištěny žádné skutečnosti, které by mu bránily mít přístup k utajovaným informacím nebo vykonávat citlivé činnosti. Tím přispívá k ochraně informací důležitých pro obranné, vojenské, bezpečnostní, ekonomické a mezinárodní politické zájmy a cíle České republiky.

Národní bezpečnostní úřad hledá v současné době do svých řad posily na pozici:

- Referenta/ku ústředního registru utajovaných informací
- Referenta/ku fyzické bezpečnosti
- Analytika/čku personální bezpečnosti
- Analytika/čku průmyslové bezpečnosti
- Analytika/čku otevřených zdrojů
- Psychologa/žku bezpečnostního řízení
- IT specialistu/ku v oddělení bezpečnosti
- IT specialistu/ku v oddělení aplikací
- IT specialistu/ku v oddělení uživatelské podpory
- IT specialistu/ku v oddělení infrastruktury
- Právníka/čku legislativního odboru

Nabízíme:

- zázemí stabilní státní instituce, • odpovídající finanční ohodnocení, • pružnou pracovní dobu, • work life balance, • 25 dní dovolené, • placené sick days, • placená odborná školení, • možnost napracovat si hodiny, • zvýhodněné pobyty na rekreačních zařízeních, • příspěvky na společenské, kulturní nebo sportovní aktivity, • příspěvek na penzijní nebo životní pojištění, • práci v příjemném prostředí, • přístup k moderním technologiím, • profesní a jazykové vzdělávání, • výhody plynoucí z kolektivní smlouvy, • posilovnu v areálu úřadu, • možnost zajištění ubytování a mnoho dalšího.



Kontaktní osoba přijímacího procesu: Bc. Markéta Nováková, personalistka, e-mail: m.novakova@nbu.cz, telefon: 601 150 280

KRÁTCE

Šéf sítě X Elon Musk navštívil Osvětim

Americký podnikatel Elon Musk soukromě navštívil muzeum v bývalém nacistickém vyhlazovacím táboře v Osvětimi-Březince. Stalo se tak poté, co miliardář čelil kritice za to, že se přihlásil k antisemitické konspirační teorii a povolil šíření nenávistných zpráv na své platformě sociálních médií X, dříve známé jako Twitter. Návštěva byla zřejmě reakcí na výzvy některých židovských představitelů, aby se Musk osobně seznámil se symbolem hrůz holokaustu.

Lýžař u soudu. Na svahu usmrtil kluka

Soud na Slovensku vyměřil dvouletý trest vězení s odkladem na zkušební dobu tři roky lyžaři za tragickou srážku na sjezdovce, která si vyžádala život osmiletého chlapce. Odsouzený musí také zaplatit přes 26 000 eur (645 tisíc korun) jako náhradu škody. Událost se stala loni v lyžařském středisku na severu Slovenska. Podle obžaloby lyžař na strmém svahu nepřizpůsobil rychlost jízdy. Žalobce požadoval trest vězení jako ztrátu pro ostatní nepozorné lyžaře. **ČTK**

IMR varuje: křečové žíly jsou uzlíkové žilní útvary, ve kterých se nebezpečně hromadí krev

ZBAVTE SE KŘEČOVÝCH ŽIL BĚHEM 72 HODIN

ROZDÁVÁME 1000 BEZPLATNÝCH PŘÍPRAVKŮ PROTI KŘEČOVÝM ŽILÁM

Lékařský ochranný štít 1000+ pro všechny osoby narozené v letech 1937-1999.

Získejte přípravek na odstranění křečových a metličkových žil za 0 Kč ↓

Institut MedicReporters bije na poplach: již každý 4. člověk v zemi má problémy s žilním oběhem, které se mohou projevat jako metličkové, křečové nebo vypouklé žíly a otoky. Neměli by se podceňovat - křečové žíly jsou vždy známkou poruchy průtoku krve, která přímo souvisí s rizikem život ohrožující embolie. Proto pokud:

- Máte křečové žíly, fialové metličky, vředy na stehnech, holeních a lýtkách
- Jsou vaše nohy často oteklé a bolestivé
- Máte noční křeče v lýtkách
- Vás trápí pocit těžkých, „olověných“ nohou
- Jsou žíly na vašich nohách vypouklé, zkroucené
- Často si stěžujete na bolest, necitlivost nebo brnění nohou

...pak určitě využijte Lékařský ochranný štít 1000+, se kterým můžete nyní získat průkopnický přípravek na odstranění křečových žil během 72 hodin - zcela zdarma. Pomůže vám uvolnit žíly, odstranit z nich nahromaděnou krev, zmírnit tíhu v nohách a bojovat proti křečovým žilám, čímž se sníží riziko hluboké žilní trombózy. Máte nárok na bezplatné balení přípravku proti křečovým žilám, pokud splňujete následující podmínky:

- Narodil/a jste se v letech 1937-1999
- Máte české občanství

V českém skladu je k rozdáni 1000 bezplatných přípravků - rozhoduje pořadí žádostí, proto neváhejte ani chvíli. Zavolejte na číslo: **374 809 287**, než vás někdo předběhne. Obdržíte přípravek, který již při 1. aplikaci utěšňuje a zpevňuje cévy, zlepšuje stav žilních chlopní, redukuje křečové a metličkové žíly, odstraňuje otoky a navrácí zkrouceným a vypouklým žilám jejich správný tvar. Studie prokázaly, že pravidelné užívání tohoto přípravku zabraňuje ischemii a srdečním chorobám, navrácí normální krevní tlak a pomáhá okysličovat všechny buňky v těle. Jeho silné protikřečové a protizánětlivé účinky jsou neocenitelné

v boji proti křečovým žilám, hemoroidům, metličkovým žilkám, překrvení a všem žilním onemocněním. **Jedná se o první specializovaný přípravek dostupný pro soukromé použití, který odstraňuje křečové žíly s 99,8% účinností bez nutnosti invazivních zákroků, jako je např. skleroterapie.**

Až 249/250 osob se zbaví vředů a křečových žil během pouhých 72 hodin - fenomenální účinnost přípravku potvrdila výzkumná centra ve Švýcarsku a Francii. Je to produkt, který také obdržel oficiální doporučení od flebologické kliniky A&J Medical během vědecké konference v Ženevě ↓

PROF. ISABEL BIANCHI:

Odstraňte křečové žíly, snižte riziko žilního přetížení a prodlužte si život až o 12 let

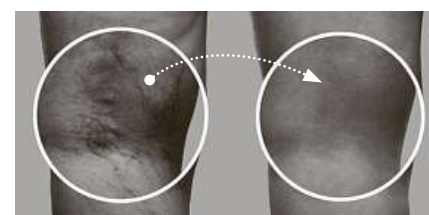


„Díky pokroku v medicíně je již možné odstranit křečové žíly a překrvení v mimonemocničním prostředí - bez chirurgického zákroku. To je obrovský pokrok. Inovativní přípravek proti křečovým žilám oceněn již na 6 lékařských konferencích obsahuje mikronizovanou flavonoidní frakci - diosmin a hesperidin v nejvyšší možné koncentraci, čímž okamžitě snižuje propustnost cév, odstraňuje otoky, snižuje zánět lymfatických cév, odstraňuje křečové žíly, metličkové žilky, vředy a zbarvení během 72 hodin po 1. užití přípravku. Jedná se o nejčastěji doporučovaný přípravek na křečové žíly v roce 2023 a odhadujeme, že v příštích 3 letech sníží počet osob hospitalizovaných kvůli žilním onemocněním v Evropě až o 51%“.

TATO NABÍDKA VRÁCENÍ NÁKLADŮ JE JEDNORÁZOVÁ A UŽ NIKDY SE NEBUDE OPAKOVAT.

Využijte Lékařský ochranný štít 1000+ a získejte specializovaný přípravek, který vás zbaví křečových žil, vředů a pocitu těžkých nohou během 72 hodin - za 0 Kč, **BEZ JAKÝCHKOLI SKRYTÝCH POPLATKŮ.**

Stačí jediný telefonát, aby se inovativní přípravek proti křečovým žilám objevil ve vaší domácí lékárně - a během pouhých 3 dnů porazíte bolestivé vředy, metličkové žilky i křečové žíly, zbavíte se otoků, zlepšíte stav žilních chlopní, odblokujete žíly a získáte zpět lehké, hladké a zdravé nohy. Zlepší se krevní oběh v celém těle, srdce začne pracovat efektivněji, z tepen a žil zmizí nebezpečná nahromaděná krev.



Fotografie dokumentuje výsledek po 7 dnech používání průkopnického přípravku na křečové žíly.

KDO DŘÍV PŘÍJDE, TEN DŘÍV MELE - NA NIC NEČEKUJTE!

Zavolejte: **374 809 287** a požádejte o bezplatný přípravek na křečové žíly

Po skončení programu Lékařský ochranný štít 1000+ bude specializovaný přípravek dostupný již pouze za obvyklou cenu - a to 1700 Kč za balení. Nenechte si ujít jedinečnou příležitost a požádejte o inovativní přípravek proti křečovým žilám za 0 Kč, na telefonním čísle: **374 809 287**. Tato nabídka nemá žádné „háčky“ ani texty psané drobným písmem. Můžete ji využít pouze do **10.02.2024**.

OMEZENÍ: 1 osoba může odebrat 1 produkt.

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

Sedm dní, které otřásl Těšínem i Bohumínem

**Proč republika
nekončí u Ostravy?
Před 105 lety Češi
uspěli v bitvě
o Těšínsko.**

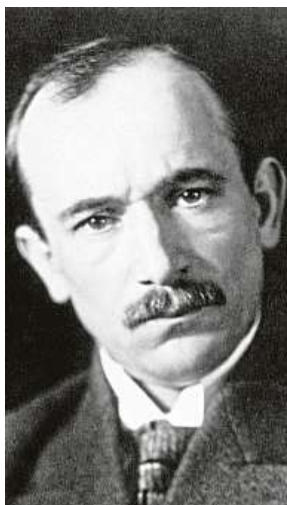
Sotva oschla krev první světové války, už se prolévala nová. Česko-polským Těšínskem se během sedmi dnů přehnal konflikt, díky němuž nyní v Bohumíně, Karvině, Jablunkově nebo Třinci mluvíme česky.

Překreslování může začít!

Rozpad Rakouska-Uherska koncem října 1918 byl neopakovatelnou šancí na překreslení hranic. A Československo drží vysoké karty – Tomáš Garrigue Masaryk a Edvard Beneš si udělali v Paříži, kde během války v exilu působili, zvučná jména. Ostatně i díky nim Československo v prvních dnech republiky odvrátilo ambice sudetských Němců na odtržení příhraničních provincií. Záhy se ovšem objevil problém další – s Poláky a jejich ambicemi na lukrativní území Těšínského knížectví.

Drahocenné uhlí i železnice

Těšínsko se rozprostírá od Frýdku-Místku a přes Třinec sahá až do hloubi Polska, k městu Bílsko-Bělá. Území je sice historicky české, získané králem Janem Lucemburským v roce 1327, etnicky však bylo v roce 1918 z poloviny polské, ze čtvrtiny české,



Edvard Beneš, budoucí
československý prezident

zbytek uváděl původ německý či židovský. Dalším „obyvatelem“ Těšínska byla rozsáhlá ložiska černého uhlí, před první světovou válkou se tu otevíral jeden důl za druhým. Navíc tudy vedla bohumínsko-košická dráha, klíčová pro spojení se Slovenskem.

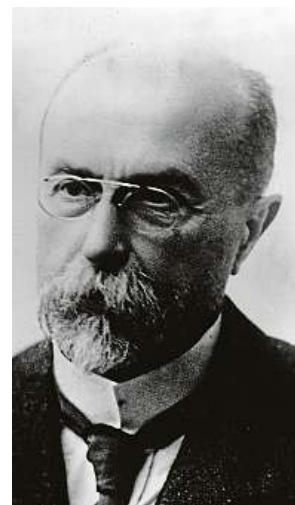
Šnejdárek versus Latinik

Ve Varšavě nicméně nepočkali na mírovou konferenci v Paříži (ta začala 19. ledna 1919) a již v listopadu 1918 celé Těšínsko obsadili a hned tu začali připravovat volby do polského parlamentu – Sejmu.

Československá pozice byla složitá. Improvizovaná armáda se lepila z rakousko-uherských navrátilců a legionářů z Francie a dále ze sokolských a dobrovolnic-



Protičeský polský leták, jenž ukazuje československé síly jako vrahy a nepřátele náboženství.



Tomáš Garrigue Masaryk
na fotu z roku 1918 2x PROFIMEDIA

kých formací. Na scéně ještě mohli být italsí legionáři, ti přispěchali o síle dvou divizí, ovšem byli převeleni na potřebnější bojiště, na jižní Slovensko, kde se zažehl územní spor s Maďarskem.

Ministerstvo obrany ČSR s vojenskou akcí vyčkávalo, vyprovokovalo ji až vyhlášení polských voleb na 25. ledna 1919. Šest dnů předem přišel rozkaz k vojenskému obsazení polského Těšínska, velením byl pověřen podplukovník Josef Šnejdárek, legionář z Francie, hrdina z druhé bitvy na Marne. Později do svých memoárů zaznamenal: „Přijeli jsme do Těšínského zámku, kde byl polský štáb a kde se konala zásadní schůze.“ Češi rozrazili dveře, rozmluva ale byla krátká. „Těšín-

sko nevyklidíme a budeme se bránit do poslední kapky krve,“ odsekl velitel polských těšínských sil, generál Franciszek Ksawery Latinik. Začala sedmidenní válka.

Diplomatický nátlak z Paříže

Síla Českoslovráků nebyla závratná, čítala osm praporů, asi 4000 mužů. Poláci však početně strádali ještě víc, jejich čerstvě nabytá nezávislost totiž začala 12. ledna od východu ohrožovat sovětská armáda (*polsko-sovětská válka trvala dva roky, Polsko svou celistvost uhájilo – pozn. redakce*). Těšínsko bylo ve srovnání s tím druhohradě – velitel Šnejdárek si jistě nestěžoval.

Boje konečně propukly po poledni 23. ledna 1919 a rychle postupovaly vpřed, do

26. ledna Češi hladce získali Bohumín a Ostravu, za citelných ztrát dobyli Karvinou. Těšín byl osvobozen 27. ledna. Bezmocní Poláci ustoupili až za řeku Vislu a 30. ledna měl Šnejdárek na dosah město Skočov, k jeho dobytí však nedošlo, a to na diplomatický nátlak z Paříže. Prezident Masaryk sice oponoval, horoval pro zisk celého Těšínského knížectví, leč Edvard Beneš, vedoucí československé delegace na mírové konferenci, rozhodl ve jménu budování dobrých vztahů s velmocemi.

O rozuzlení sedmidenní války o Těšínsko a vytyčení hranic, dodnes platných, se tak postarala mezinárodní arbitráž. Ta Československu přiznala ostravsko-karvinský uhelný revír s přílehlými polsky mluvícími městy, zemi zůstala i bohumínsko-košická dráha.

Válečné běsy a dovětek

V Polacích ovšem ulpěla chuť na odplatu. V předvečer druhé světové války, 2. října 1938, pouhé tři dny po Mnichovu, obsadili část českého Těšínska včetně Českého Těšína, Karvině a Třince. Z nabytého území se Polsko radovalo jen necelý rok, do vpádu Hitlerových vojsk.

Po druhé světové válce již otázka Těšínska nebyla aktuální, i na popud Sovětského svazu. Případ československo-polských hranic potichu uzavřela bilaterální smlouva z roku 1958.

PRAHA ZÍSKALA KOUSKY NĚMECKA A RAKOUSKA

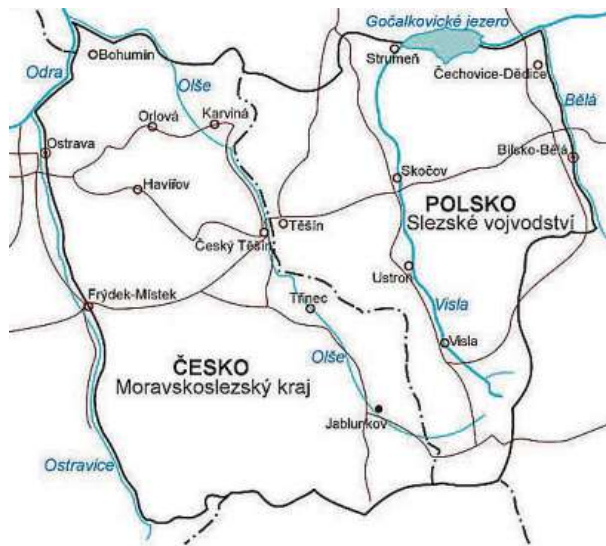
Po první světové válce se československé diplomacii podařilo i zajímavé územní zisky, jsou platné dodnes.

- K Československu bylo připojeno Hlučínsko, území mezi Ostravou a Opavou, které od 18. století patřilo k Německu. Zdejší obyvatelé sami sebe nazývali Moravci – mluvili sice česky, ale mysleli jako Němci. Proto – když na Hlučínsko 4. února 1920 přišla československá armáda území zabrat – vojáci nikdo příliš nevtal.
- K republice byla připojena ještě oblast jihomoravského Valticka a jihočeského Vito-

razska, které se rozkládá kolem Českých Velenic. Obě území byla téměř osm století součástí Dolních Rakous. K českým zemím taktéž připadl nepatrný cíp u soutoku Dyje a Moravy, takzvaný Dyjský trojúhelník.

- Zajímavým případem je území Kladska (nyní polského), kde po staletí žila početná česká menšina. Československo setrvale žádalo jeho přičlenění, bylo za to dokonce ochotno vzdát se ve prospěch Německa chebského výběžku. Diplomacické snahy však selhaly, neúspěch představoval pro Prahu značné zklamání.

HAL



Mapka Těšínska, jež je rozpuřeno mezi Česko a Polsko. Hranice částečně kopíruje řeku Olši, která přetíná i město Těšín.

SC



DAVID
HALATKA

david.halatka@metro.cz



Portmonka

ZJEDNODUŠ SI NAKUPOVÁNÍ

VŠECHNY LETÁKY POD PALCEM



PRO ZÍSKÁNÍ
APLIKACE
NASKENUJTE
QR KÓD



Download on the
App Store



GET IT ON
Google Play

www.mojeportmonka.cz

Za kovboje, pracháče, či v upnutých riflích?

Módní influenceři věští, co se bude letos nosit. Ve světě letí takzvaný old money style, Češi ale klidně nakupují i několik let nefrčící kousky.

Rok 2024 je, alespoň z hlediska pánské módy, příslibem nových a poměrně zajímavých začátků. Některé trendy přežily přelom roku a budou tu s námi minimálně do Silvestra, jiné musely udělat místo jiným, pro konzervativce mnohdy potřeštěně působícím nápadům. Co se bude letos primárně nosit podle módních influencerů? Na tuto otázku se pokouší odpovědět deník Metro.

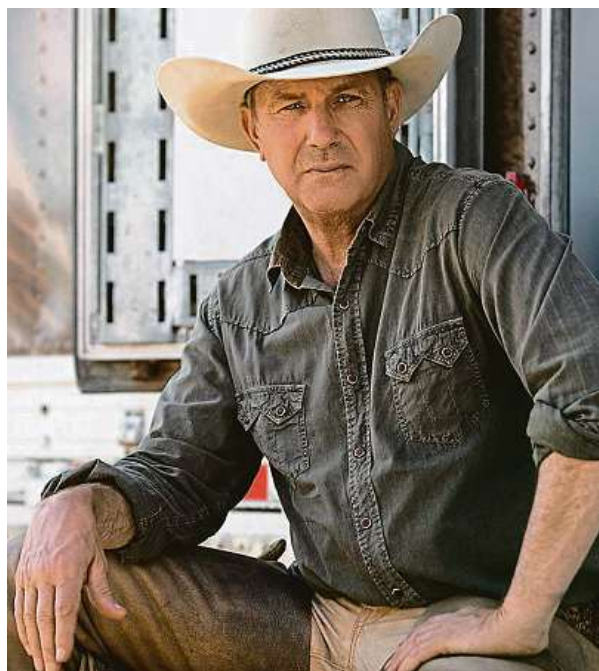
Jako John Wayne

Když se řekne western, mnozí si představí nesmrtelná dobrodružství dvou nejznámějších pokrevních bratrů v prérii – náčelníka kmene Apačů Vinnetoua a Old Shatterhanda. Část světa nedá dopustit na Spaghetti westerny s Clintem Eastwoodem či americkými kovbojky s Johnem Waynem. Ať patříte do jakékoliv z těchto skupin, podle celé řady módních youtuberů a influencerů je letošek ideální dobou k tomu, začlenit do svého šatníku westernové kousky. Důvodů, proč se letos tenhle trend masivně šíří, lze nalézt celou řadu. Mohou za to například oblíbený westernový seriál s Kevinem Costnerem v hlavní roli – Yellowstone, stejně tak jako strmě vzrůstající obliba country hudby, a to především v USA.

Značky jako Banana Republic, Ralph Lauren či Wrangler nabízejí kombinace vysokých kožených bot, džínových a semišových bund. Odvážnější typy nosí kovbojské boty, takzvané koně, či bolo vázanky – šňůrkové kravaty. Probojuje se tento trend i do ulic českých měst? Těžko říct.

Minimalismus na vrcholu

Sledování nejrůznějších youtuberů a influencerů všeho druhu se stalo běžnou součástí života mnoha mladých lidí. Ať už patříte do jakékoliv věkové kategorie, možná jste si



Seriál Yellowstone zachycuje rodinu Duttonových v čele s Johnem (K. Costner), která ovládá největší dobytčí ranč v USA. PARAMOUNT+

v předchozích letech povšimli, že letěl takzvaný maximalismus. Odvážné barvy, loga a designy jsou nicméně pro letošek již passé. Na výsluní se má nyní vyhrávat „devadesátkový“ minimalismus. Jednoduché kousky oblečení ve volnějším, nikoliv však pytlovitějším střihu nejen letos daleko lépe vyjádří váš smysl pro módu a detail. Na rozdíl od maximalismu, který měl tendenci spíše křičet na všechny světové strany. Klasické kousky nikdy nevyjdou z módy.

Luxus a nestárnoucí elegance

S minimalistickým trendem, který popisujeme výše, souvisí další fenomén, takzvaný old money style. Ten frčel již v loňském roce a letos tomu nemá být jinak. Čím se vyzna-

čuje? Nevztíravou elegancí, minimalismem, jednoduchými střihy a tlumenou paletou barev. Pokud znáte či jste sledovali seriály jako Super drbna či Bílý lotos, pak tento styl už dávno dobře znáte. Styl old money má totiž znáčit nejen bohatství a s ním spojený materiální blahobyt. Ale také výraz určitého životního stylu a přístupu k dědictví a kultuře.

Tento styl je hluboce zakotvený v tradicích, hodnotách a kultuře, jimiž se vyznačují lepší vrstvy, tedy lidé, kteří by teoreticky měli mít, ač často nemají, dobrý vkus. Old money styl nosí od nepaměti také zástupci britské královské rodiny či filmový a knižní agent 007 James Bond. Tento trend zpopularizovala hlavně sociální síť Tik-

Tok, na níž se influenceři inspirovali módou vyšší třídy z počátku dvacátého století. Zástupci této třídy rozhodně nenosili tepláky.

Kytky jsou zpátky

Samostatnou kapitolou jsou materiály a vzory. Co se týká toho druhého, možná vás překvapí, že mají letos frčet přírodou inspirované vzory, květiny a podobně, a to nejen na pánských košilích. Tento trend se zcela odklání od devadesátkového minimalismu, o kterém jsme psali před chvílí. Experimentujte s různými texturami a vzory. Kombinace jemných látek s hrubšími materiály a směs geometrických a květinových vzorů budou módním středobodem. Není třeba se bát hry s kontrasty a nevytvářet zajímavé kombinace. Záleží jen na vašem sebevědomí. A také umu zkombinovat nekompatibilní.

Co se materiálů týče, více než kdy jindy jsou zákazníci otevření módním značkám, které staví na udržitelnosti. Ekologické látky, recyklované materiály a etická výroba budou na vrcholu popularity. A s nimi také značky, které kladou důraz na ekologii.

Elegantní streetwear

Zní to trochu jako oxymoron, ale frčet bude i nadále elegantní streetwear. Míchání volnočasového a sofistikovanějšího „pracovního“ oblečení je v posledních letech disciplína, ve které nejen čeští pánové pomalu vynikají. Tabu již dokonce nejsou ani sportovníjší kalhoty či tepláky v kombinaci s vlněným kabátem či bundou. Vše je otázkou uchopení celého outfitu. I když, jak pravil pro deník Metro před několika měsíci popularizátor dobrých mravů Ladislav Špaček, tepláky zůstanou tepláky. Ať mají lampasy, nebo ne, ať jsou libovolně barevné, ať mají značku Prada, či Gucci, na tom nezáleží.

„Je to úbor vhodný pro sport nebo pro lenošení v soukromí, dělat z něho business dress nebo v něm chodit na veřejnosti je úpadek kultury odívání,“ komentoval loni jaře teplákový trend Špaček.



Daniel Craig jako James Bond v Není čas zemřít (2021) FORUM FILM CZ

SKINNY DŽÍNY

Žádný trend si neudrží oblibu věčně. V pánské módě to platí dvojnásob. Na tento fakt bohužel doplácí nejen ti elegantní, kteří se nebojí se svým šatníkem experimentovat. Ale i konzervativci, kteří se zasekli v trendu, jenž měl už dávno zmizet.

- Výrazně roztrhané nebo příliš obepnuté džíny, takzvané super skinny džíny, jsou již několik let out. Jak ale uvádějí i přední tuzemští výrobci oblečení a provozovatelé takzvaných marketplaces, Češi na ně nezanevřeli a kupují je ve velkém dál.

- „Když jsou džíny upnuté tak, že je vidět nejen obsah kapes, ale také tvé zmačknuté nádobíčko, je něco špatně,“ radí lifestylový a módní influencer Alpha.M.

- V současnosti jsou v módě spíše volnější střihy kalhot. A to platí i pro džíny. Ideální je nosit je v pohodlném regulár či relaxed střihu.

JAR



FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosovsky@metro.cz

Zimní prohlídka na hradě Karlštejn či masopusty



Roztocký masopust SCCR

Jaké akce můžete navštívit po celý únor ve středních Čechách?

Většina hradů a zámků má po sezoně, některé z nich přece jenom otevřely a nabízejí zimní prohlídky. Jedním z nich je například hrad Karl-

štejn, na kterém se můžete zúčastnit prohlídky základního okruhu Císařská rezidence s historickými interiéry Císařského paláce, kde byly soukromé a reprezentativní prostory císaře Karla IV. V klenotnici uvidíte repliky české svatováclavské koruny nebo karlštejnský poklad představující kolem 40 exponátů, které byly dříve součástí kaple hradu a sloužily k církevním obřadům. Volně přístupná je Studniční věž se 78 metrů hlubokou hradní studnou s dochovaným unikátním systémem vytahování vody ze studny.

Únorové masopusty

Každoročně oblíbenou akcí, kam se sjíždějí lidé z celého Česka, je také například Roztocký masopust. Vznikl jako lokální počín malé skupiny lidí a za více než dvacet let vyrostl do jedinečné živoucí akce. V sobotu 10. února se

mohou návštěvníci těšit na průvod, který vyrazí za svou královnou. Plný originálních masek poputuje přes Roztoky na Holý vrch, kde se setkává s lidmi z dalších obcí. Společně pak tančí a odcházejí za masopustní zábavou.

Navštívit můžete také například Poberounský masopust v Zadní Třebani. Tato akce a největší fašank široko daleko se zde budou konat v sobotu 10. února i v neděli 11. února. Masopust začne v sobotu ráno staročeským jarmarkem, kde budou k dostání preclíky, koláče, maso nebo koblihy. Děti se mohou svést na koních, dospělí potěší zabijačkové pochoutky nebo oblíbená masopustní tombola.

A do třetice všeho dobrého, na své příznivce bude čekat také Masopust na Ševčinském dole v Hornickém muzeu Příbram. Zde se uskuteční tradiční masopust-

ní průvod a lidová veselice v prostředí historických banských objektů v areálu Ševčinského dolu na Březových Horách. Průvod masek, mezi nimiž nemohu chybět havíři či důlní skřítkci permoníci, povede duch okolních brdských lesů Fabián, kterého doprovází kapela a pestrá družina fantaskních bytostí. Součástí programu budou humorné scénky a hornické písničky.

Zamilovaná expozice?

Na svatého Valentýna se v Mladé Boleslavi uskuteční v Galerii Templ výstava Robert Vano Memories. Vernisáž bude 14. února v 17 hodin za účasti autora. V rámci vernisáže bude probíhat prodej originálních fotografií, které jsou v limitované edici s podpisem Roberta Vana. Beseda se světoznámým fotografem proběhne od 19 hodin v Domě kultury Mladá Boleslav. TES

Slabá vůle

Zpěvák Ondřej Ládek vystupující pod pseudonymem Xindl X vydal další píseň s názvem Slabá vůle z chystaného zářijového alba Fén X, která se dočkala také animovaného videoklipu z dílny výtvarníka a Xindlova osvědčeného spolupracovníka Ondřeje Pfeiffera. V něm se hlavní hrdina potýká se slabou vůlí, která je vyobrazena jako víla, která mu staví do cesty překážky. MET



Čtecí tipy jinak

Ať už máte čtení v krvi, nebo se chcete trochu více rozečíst, může vám pomoci pár šikovných maličkostí. Udělejte z telefonu pomocníka. Nastavte si upozornění, které vám po pár minutách používání dá vědět, že je čas vzít do ruky knihu. Vytvořte si knihovnu, kterou budete mít rádi. Mějte v knihovně jen ty knihy, jež vám skutečně dělají radost. Tituly, které vás nezajímají, nemilosrdně vyraďte. Jste vášnivý knihomol a knihy začínají váš domov

okupovat ve velkém? Pandemickému šíření pomůže pravidelné třídění knih do předem určené krabice nebo poličky. Když pošlete vyřazené knihy dál přes Knihobot, vaše čtenářské srdce nemusí plakat nad jejich osudem, ujmou se jich totiž další nadšení čtenáři. Knihu si také víc užijete, když si na ni vyhradíte konkrétní čas a místo. Podpořte zážitek ze čtení pohodlným křeslem, dobrým pitím po ruce a klidným místem. MET

INZERCE

Více než

350

 **GECO**

dalších míst, kde si můžete vsadit ty nejlepší loterie od Korunky.

LOTERIE KORUNKA JE NOVĚ V TRAFIKÁCH GECO. www.geco.cz

Zebra nadále nikam nevede. Je to správně

Místo pro přecházení není přechod pro chodce. A to nejen v Budějovické ulici, kde zvláštní kombinace obojího vrtá hlavou místním.

Jaký je rozdíl mezi takzvaným místem pro přecházení a přechodem pro chodce? Pro každé z těchto míst platí, jak pro pěší, tak pro řidiče, trochu jiná pravidla. Před několika dny se na deník Metro obrátil čtenář Petr Žížka s prosbou týkající se kombinace obou režimů v Budějovické ulici. Záležitost, kterou se pokoušel nejprve řešit s městem prostřednictvím nahlašovací aplikace zmen-te-to, mu totiž nedává spát.

„V Praze 4 v Budějovické ulici je vyznačen přechod pro chodce pouze na cyklostezce. Z nějakého důvodu přitom už však není i na silnici. Pokud se deníku Metro podaří vypátrat příčinu tohoto jevu, budu vám vděčný,“ napsal nám prostřednictvím rubriky Hlídač na našem webu metro.cz čtenář Žížka a přiložil také fotografii z místa. Získává tak odměnu tři sta korun.

Třináct let staré řešení

Ač by si někdo mohl čtenářem popsaný problém vykládat jako stranění cyklistům před chodci, které bývá posledních pár let kritiky přisuzováno magistračním politikům, důvod je jiný. Zebra se totiž dle zjištění deníku Metro na místě nenacházela od roku 2009. Cyklostezka zde pak následně vznikla někdy před rokem 2011. V tu dobu zde byl namalován i zmiňovaný přechod.

„Stávající počet a konfigurace přechodů jsou v tomto místě zcela v pořádku. Přechod přes vozovku zde nikdy nebyl, pouze se jedná o neznacené místo usnadňující přecházení, což jasně ukazuje speciální dlažba s hmatovým kontrastem pro nevidomé. V místě vstupu do vozovky je dlažba navádějícího pásu přerušena, což je jasně viditelné. Znamená to, že zde není značený přechod,“ vysvětluje pro Metro mluvčí Technické správy komunikací (TSK) Barbora Lišková. Přechod u cyklostezky je pak podle ní umístěn správně a jedná se o samostatné značení.



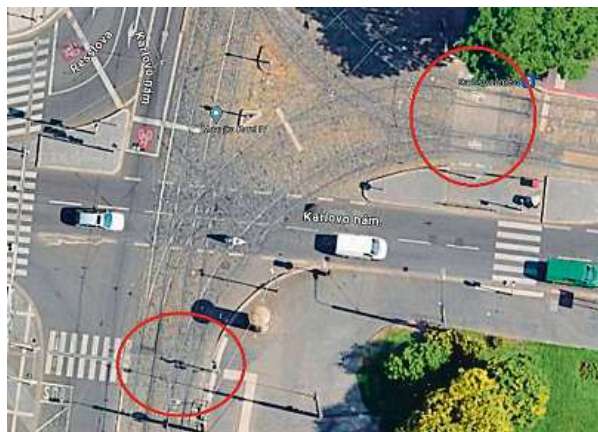
FOTO ZA
300 Kč

Přechod na adrese Budějovická 1125/11 v Praze 4 PETR ŽÍŽKA

„Vyznačen byl na pěší zóně v době, kdy zhruba před třinácti lety vznikla tato stezka. Nevidomí v prostoru pěší zóny počítají s bezpečnějším prostředím, než je vozovka, a přechod přes cyklotrasu jim v tom má napomoci a upozornit je na možné nebezpečí,“ popisuje vznik dopravního režimu Lišková.

Kudy a jak jít?

Pokud bychom si celou věc chtěli rozebrat z hlediska zákona, je třeba se vrátit do roku 2016. Tehdy se nejen mezi pražskými chodci hodně řešil fakt, že prováděcí vyhláška k zákonu o silničním provozu, která nabyla účinnosti právě 1. ledna zmiňovaného roku, čerstvě obsahovala novou vodorovnou dopravní značku s názvem Místo pro přecházení.



Místo usnadňující přecházení v kombinaci s přechodem není nic neobvyklého. Relativně nově je třeba i na Karlově náměstí.



Přechod přes vozovku zde podle TSK nikdy nebyl, pouze se jedná o neznacené místo usnadňující přecházení.

2x TSK

Raději se rozhlédněte

Takže si to shrňme. Značka V 7b vyznačuje místo uzpůsobené pro přecházení chodců přes pozemní komunikaci. Řidič vozidla nesmí chodce přecházejícího pozemní komunikaci v místě pro přecházení ohrozit.

„Před vstupem na vozovku se chodec musí přesvědčit, zdali může vozovku přejít, aniž by ohrozil sebe nebo ostatní účastníky provozu na pozemních komunikacích. Chodec smí přecházet vozovku, jen pokud s ohledem na vzdálenost a rychlost jízdy přijíždějících vozidel nedonutí jejich řidiče k náhlé změně směru nebo rychlosti jízdy,“ rekapituluje pro čtenáře Metra Lišková.

Nepolepte si značky

Je třeba podotknout, že je kvůli svému grafickému provedení značka V 7b snadno zaměnitelná s vodorovnou dopravní značkou V 8a, tedy Přejezd pro cyklisty. Obě si lze prohlédnout vlevo na této stránce.

„Jelikož však ani chodec v místě pro přecházení vozovky, ani cyklista na přejezdu pro cyklisty nemají přednost a jejich povinnosti ve vztahu k překonání vozovky a k přijíždějícím vozidlům jsou v zásadě obdobné, nemělo by to znamenat podstatné riziko pro bezpečnost provozu,“ uvádějí na svém webu odborníci z Centra služeb pro silniční dopravu.



FILIP
JAROŠEVSKÝ
filip.jaroševsky@metro.cz

Značka V 7b vyznačuje místo pro přecházení. 2x CSPSD.CZ

Značka V 8a označuje přejezd pro cyklisty.



**MOBIL
.CZ**

Kup SIM
~~200 Kč~~
99 Kč

**Právě teď
na poštách
a e-shopu
MOBIL.CZ**

Akční cena 99 Kč platí
od 1. 1. 2024 do 29. 2. 2024.
Více na www.mobil.cz



Na cestě k pochopení obětí. Port pomůže zneužitým ženám

Mít se na koho obrátit a jen nesnášet nedůvěru veřejnosti. Obětem sexuálního zneužití slouží od včera nové centrum.

Tři roky podmínka za několik let znásilňování. Šokující rozsudek brněnského soudece pro otčíma znovu zvýraznil přetrvávající toleranci české společnosti vůči pachatelům těchto trestných činů.

Je pochopitelné, že se nově otevřené centrum v Praze pro oběti sexuálního zneužívání a znásilnění snaží o své činnosti informovat co nejvíce. Centrum s názvem Port zahájilo svou praktickou činnost právě včera. S nějakou formou sexuálního násilí nebo obtěžování se setká každá druhá Češka. Nejnovější a zatím nepublikovaný vý-



Nové komplexní centrum pro oběti sexuálního násilí je od včerejšího dne přístupné v Praze 6. PORT

zkum proFem pak ukazuje, že se znásilněním má zkušenost dokonce dvacet procent českých žen. „Z naší dlouhodobé praxe víme, že mnoha obětem stojí v cestě za řešením jejich situace a zlepšením psychického stavu systémové překážky, stigma a hluboký nedostatek specializova-

né podpory. Stávající služby jsou roztržité a odborníci, kteří je poskytují, mají často velmi nízké povědomí o sexuálním násilí a jeho dopadech. To pak vede k opětovné traumatizaci obětí a další újmě,“ objasňuje motivace za vznikem Portu Jitka Poláková, ředitelka proFem.

SMUTNÁ STATISTIKA

54

Tolik procent českých žen se v životě setkalo s nějakou formou sexuálního násilí. Jedna pětina má podle nepublikovaného průzkumu organizace proFem dokonce zkušenost přímo se znásilněním. Ročně je u nás trestně stíháno za znásilnění až 400 pachatelů.

„Přála bych si, aby podobná centra vznikala v každém regionu. I proto potřebujeme ratifikovat Úmluvu Rady Evropy o prevenci a potírání násilí na ženách a domácího násilí, která zřizování center obsahuje,“ říká Klára Laurenčíková Šimáčková, zmocněnkyně vlády pro lidská práva. PH

KDE, KDY, JAK

Centrum Port najdete na adrese Břevnovská 1692/6, 169 00 Praha 6.

- Jak se objednat? Telefonicky na čísle 608 22 22 77 každý všední den od 9 do 15 hodin, e-mailem na poradna@profem.cz.
- Krizová intervence je možná bez objednání. A to v pondělí, úterý a ve čtvrtek od 9 do 18 hodin, ve středu a v pátek od 9 do 15 hodin.
- K využití služeb centra Port nejsou potřeba žádné žádanky. Většinu služeb je možné využít také anonymně.
- Krizový pokoj nabízí prostor ke stabilizaci klientky, a to až na sedm nocí. MET

Jako sloni Hannibalovi

„Slony si každý představuje spíš pod žhnoucím sluncem než na sněhu v zoo, kde si, jak je vidět, zimní procházky docela užívají. Kdybychom šli v historii dál, v punských válkách roku 218 před n. l. vojevůdce Hannibal v tažení proti Římu s vojskem a s válečnými slony šel přes Alpy a Pyreneje. Ve sněhu a mrazích přežila většina zvířat, ale při sestupu z Alp nakonec sloni začali umírat a zbyl jen Hannibalův slon Surus,“ připomíná autorka fotky z pražské zoo Mirja Červenková. MET



FOTO ZA
300 Kč

Karlínská analýza

Vedení Prahy si nechá zpracovat analýzu budoucího využití Kasáren Karlín. Dokument připraví městská organizace Pražská developerská společnost a navrhne, co by zde mohlo být. Vyplývá to z dokumentu, který schválili pražští radní. Památka by mohla být využívána pro vzdělávací a společenské aktivity. Vzniknout by mohlo i bydlení pro studenty. Kulturně-společen-

ské centrum, které v kasárnách nyní sídlí, by mělo zůstat zachováno. Kasárny město získalo jako součást téměř dvoumiliardové směny majetků se státem, na které se obě strany domluvily. Budova pochází z 19. století a je ve špatném stavu. Analýzy prověří, na které typy provozu je budova vhodná, a to jak dispozičně, tak po stránce technicko-provozní. ČTK

KRÁTCE

Kupony také v automatech

Znamé oranžové jízdenkové automaty ve stanicích pražského metra Dopravní podnik hl. m. Prahy rozšířil o další službu. Cestující si v nich kromě jízdenek krátkodobých či pro jednotlivou jízdu nově mohou zakoupit také libovolný typ elektronického kuponu na MHD v Praze. Automatů je zde nyní 303, jsou umístěny minimálně po dvou až třech před každou zónou odbavení ve vestibulech metra, ale také na Letišti Václava Havla Praha či na zastávkách nové

tramvajové tratě Divoká Šárka – Dědina. Kupon si cestující mohou zakoupit už 60 dnů před zahájením jeho platnosti. Jsou k tomu nutné čipové karty Lítačka nebo In Karta Českých drah. Nákup kuponu je možné uhradit pouze bezhotovostně. Přes jízdenkové automaty je zatím možné nakupovat jen kupony na MHD na území Prahy, nikoliv na vnější pásma PID. Nákup kuponu v automatu je rychlý. Stačí ke čtečce přiložit platnou čipovou kartu Lítačka nebo In Kartu Českých drah. Na displeji se cestujícímu zobrazí aktuální platné kupony. MET

INZERCE

KDY pondělí 29. 1., úterý 30. 1. 2024 od 10 do 17 h.

KDE Národní dům na Vinohradech, (bývalý dům železničářů - 1. mezipatro), Náměstí Míru 820/9, P-2 Vinohrady, metro stanice A



VÝKUP ZLATA, STŘÍBRA, STAROŽITNOSTÍ a obrazů 17. až 20. stol.

ZLATO:

zubní zlato i (nečistěné) šperky mince a zlomkové



až 1500 Kč za gr

STŘÍBRO:

přibory, tabatěrky a technické stříbro



HODINKY:

náramkové, kapesní až do roku 1990



ŠPERKY:

granátové a brilantové šperky



firma H&Š tel.: 776 150 222, 603 505 686

Suchý únor je výzvou i pro diabetiky. Všeho s mírou

Jak alkohol ovlivňuje cukrovku?

Češi jsou proslulí kladným vztahem k alkoholu, mnozí však poctivě dodržují suchý únor – měsíc abstinence. Cílem půstu je prověřit svůj vztah k alkoholu a vystoupit ze zaběhlých návyků. Alkohol se totiž řadí mezi hlavní, společností tolerované návykové látky, ačkoli jeho nadměrná konzumace může způsobit vážné zdravotní problémy.

Podle statistik vypije ročně každý Čech až 169 litrů alkoholických nápojů. Diabetici by se měli mít s alkoholem obzvlášť na pozoru. Jeho konzumace totiž může výrazně ovlivňovat stabilitu glykémie. Alkohol může být příjemným, ale zároveň i nebezpečným společníkem. Ve větším množství není prospěšný ani pro organismus zdravého

člověka, natož pro člověka s chronickou nemocí. Při dlouhodobém užívání škodí játrům i ostatním orgánům a má špatný vliv i na psychiku. Obsahuje takzvané prázdné kalorie, které sice tělu dodávají energii, ale bez důležitých výživových látek.

Některé alkoholické nápoje navíc obsahují vysoké množství cukru. Například půllitr piva má v sobě až 14 gramů sacharidů. Při konzumaci tak dochází k velkému kolísání hladiny glykémie, což je pro lidi trpící diabetem velmi nebezpečné. Alkohol není diabetikům striktně zapovězen, ale zvláště u nich platí pravidlo „všeho s mírou“.

Kolik skleniček je moc?

Tvrzení, že jedna nebo dvě skleničky neublíží, je v medicíně dlouhodobě kontroverzní. Byť má malá dávka červeného vína pozitivní vliv třeba

na kardiovaskulární systém, může mít zároveň negativní dopad na ostatní orgány. Játra běžně zabraňují hypoglykémii (poklesu hladiny cukru v těle) tím, že do oběhu vypustí cukr, nicméně během popíjení alkoholu to nezvládnou. Jsou totiž zatížena následným odbouráváním alkoholu, proto nemohou správně ukládat ani vyrábět cukr do zásoby. Hrozí tak riziko náhlého a nebezpečného poklesu krevního cukru. Pokud pacient s diabetem pije nadměrné množství alkoholu, může to u něj navíc způsobit i problémy s vysokým tlakem.

Jak pít alkohol s rozumem?

Je velmi důležité kontrolovat své hodnoty cukru, obzvlášť během konzumace alkoholu, byť i u jedné skleničky. Kontrolovat hladinu glykémie v krvi si mohou pacienti pomoci klasického glukometru nebo moderních senzorů.

V současnosti jsou na trhu diabetické senzory FreeStyle Libre nebo Dexcom, které na riziko výkyvů glykémie upozorní navíc i prostřednictvím nastavených alarmů. Změřit hladinu glykémie je vhodné před konzumací alkoholu a také před spaním. Pokud si diabetik chce dopřát kapku alkoholu, měl by se při výběru řídit množstvím cukrů, které obsahuje.

Je rovněž vhodné sáhnout po nápojích s nižším procentem alkoholu, jako je například suché červené nebo bílé víno. Naopak vyhnout by se měl likérům nebo míchaným drinkům, které jsou často hodně doslazované cukrem. Zdaleka nejrizikovější je pro diabetiky kombinace alkoholu a zvýšené fyzické námahy. Tedy například večírek plný tance či horská túra. V těchto případech by měli diabetici alkoholické nápoje rozhodně vynechat.

ZDRAVÍ

KOMERČNÍ PŘÍLOHA

INZERCE

FreeStyle Libre 2

Novinka

6,2 mmol/L

Měření v reálném čase přímo ve vašem chytrém telefonu

Diabetikům 1. typu hradí pojišťovna.

Zeptejte se svého diabetologa

na **BEZPLATNÉ VYZKOUŠENÍ**

Více na www.FreeStyleLibre.cz

Bezplatná infolinka | **800 189 564**

Abbott
life. to the fullest.®

Aplikace FreeStyle LibreLink a Systém pro okamžité monitorování glukózy FreeStyle Libre 2 (Senzor) jsou zdravotnickými prostředky. Aplikace FreeStyle LibreLink se používá společně s kompatibilním senzorem FreeStyle Libre 2 pro okamžité monitorování glukózy, je indikována pro měření hladiny glukózy v tkáňovém moku u osob s diabetem mellitus (ve věku od 4 let), včetně těhotných žen. **Výstraha:** Pacienti by se měli vždy nejdříve poradit se svým lékařem, než provedou jakoukoliv zdravotní interpretaci a úpravu léčby na základě informací z měření. **Čtěte pečlivě uživatelskou příručku a informace o bezpečném používání.**

Ochranný kryt senzoru, FreeStyle, Libre a související obchodní značky jsou značky společnosti Abbott. © 2023 Abbott. ADC-82200 v1.0 12/23

PLAY

Ráj násilníků

Chtěl jsem původně psát něco rozverného. Ale není možné nepsat o ostudném rozsudku brněnského soudu, který udělil podmíněný trest muži, jenž denně po několik let znásilňoval nevlastní nezletilou dceru. Muž byl původně odsouzen na tři roky vězení, ale po sporném znaleckém posudku a lživé výpovědi pachatele byl trest zmírněn. Měli bychom věřit, že soudy rozhodují spravedlivě a s přihlédnutím ke všem okolnostem. A je pravda, že nemáme všechny podklady. Ale pravda je, že podmínkou v Česku končí každý druhý případ sexuálního napadení. Stát máme od toho, aby i prostřednictvím nezávislé justice ochraňoval své občany. Bohužel se mnozí představitelé české justice rozhodli, že budou ochraňovat pachatele namísto obětí. Jestli v Česku někde přetrvává středověk, je to v trestání sexuálního násilí, tedy jednoho z nejhorších trestných činů vůbec. Jako takové je ale soud

„Případ ve mně otevírá vlastní vzpomínky, nemůžu se nadechnout.“

reálně neuznává. Není snadné vžít se do mysli obětí, které se v důsledku toho často stávají doživotními pacienty psychiatrů a terapeutů. Ale je to nezbytné. „Ten případ ve mně otevírá vlastní vzpomínky, nemůžu se nadechnout, nechce se mi žít,“ píše mi kamarádka, kterou v dětství, před 25 lety, obtěžoval příbuzný a žádné antidepresivum pro ni dodnes není dostatečně účinné.

Zatím je Česko rájem násilníků. Musíme začít naslouchat obětem. Psát stížnosti na ministerstvo spravedlnosti. Nebo přijít dnes v 18 hodin před ministerstvo na demonstraci.



IVAN ADAMOVIČ
PRŮVODCE PŘÍTOMNOSTI

@mojemetro



PETR KALÁŠEK

Věděli jste, že pražský dopravní podnik pořádá i **zážitkovou turistiku v metru**? Dopravní nadšenci se díky tomu mohou podívat do běžně nepřístupných prostor. Další šanci dostanou zájemci **10. února**. To své brány otevře **Depo Hostivař**. Součástí výletu bude například i jízda historickou soupravou metra.

#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!

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

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

ŘEŠENÍ SUDOKU:
LUŠTĚNKA: SAKO

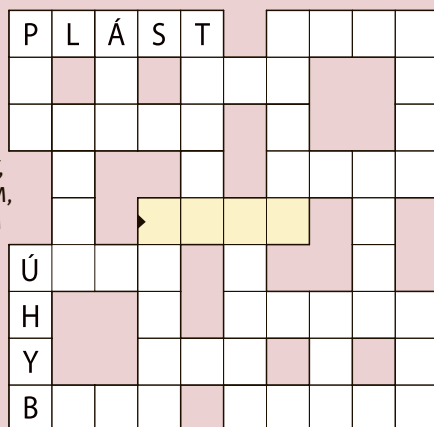
LUŠTĚNKA

Doplňte do obrazce všechna slova.

3 – ÁJA,
ALT, CHOD,
PÓR, LID,
TÝL

4 – BROD,
IPON, OKAY,
ÚNIK, VLOM,
ZDRŽ, ŽALM

5 – ANDĚL,
KVOTA,
ODCHYT,
RIANA,
SKLAD,
TLAPA,
ZDIVO



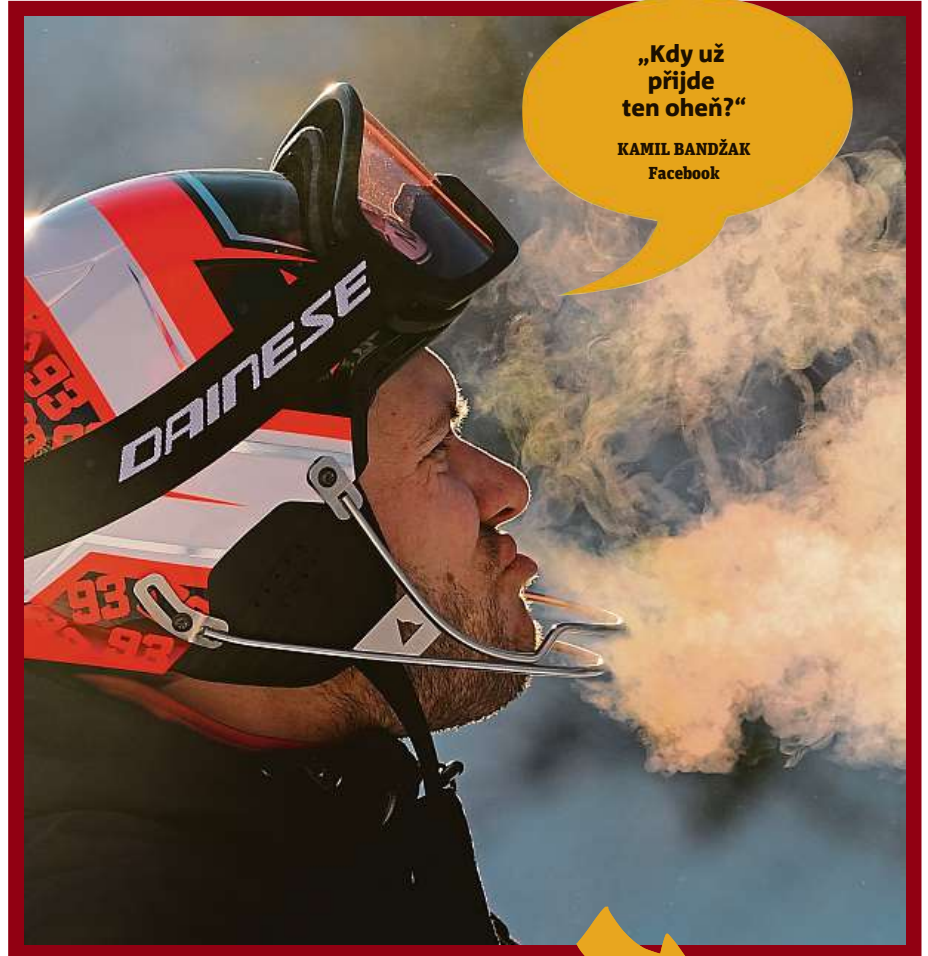
Stripoff.....Hrabě S.



SUDOKU

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

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



POČASÍ

DNES	ZÍTRA	ČTVRTEK	PÁTEK
5/9 °C	8/12 °C	4/8 °C	6/10 °C

Teplotní rekordy: ↓ -26,5 °C (1850) ↑ 13,4 °C (1993) Bio: ❤️❤️❤️



NAPADÁ VÁS VTIPNÝ POPISEK?
Napište bublinu a reagujte na sloupky na: www.facebook.com/denikmetro
FOTO: 2x AP

ČT1



20.10 Prvok, Šampón, Tečka a Karel
Komedie (ČR, 2021). Komedie o čtveřici čtyřicátníků, kteří docházejí k poznání, že nežijí tak, jak si kdysi přáli. Hrají: M. Pechlát, D. Švehlík, H. Čermák, M. Hofmann. Režie P. Hartl

22.05 3 plus 1 s Miroslavem Donutilem
Povídky (2009). Hrají: M. Donutíl, J. Štěpnička, P. Zedníček, P. Soukup. Režie R. Tesáček

23.30 Komisař Moulin
Vrabčáci. Krimisériál (Fr., 2002)

01.00 AZ-kvíz

ČT2



20.00 Windsorové v soukromí (2/3)
Rodina na prvním místě

20.50 Lékař ve službách anděla smrti
Neznámý příběh pražského židovského lékaře Bertholda Epsteina

21.45 Česko na drogách (1/6)
Kde se vzaly drogy, proč k nim měl člověk vždy blízko?

22.05 Mistři šifer

23.00 Agent Hamilton (3/10)

23.45 Černobyl

NOVA



20.20 Jedna rodina
Trávníkář. Komedialní seriál (ČR, 2024). Hrají: F. Blažek, B. Kohoutová, Z. Vejvodová

21.40 Comeback
Souboj Titánů. Sitcom (ČR, 2008). Hrají: T. Matonoha, M. Dejdar, K. Leichtová, D. Batulková

22.15 Comeback
Pomáhat a chránit

22.55 Kriminálka Las Vegas III (19)

23.55 Rizzoli & Isles: Vraždy na pitevně (9, 10)
Krimisériál (USA, 2010)

PRIMA



20.15 Zoo (167)
Ještěrka marocká. Rodinný seriál (ČR, 2023). Pivoňka se snaží zahazovat hříchy minulosti. Hrají: M. Pecháčková, Š. Bilina, E. Burešová, T. Klus

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

22.45 7 pádů Honzy Dědka

23.55 Ano, šéfe!
Jsme tu proto, abyste v hospodách nejedli blafy!

00.55 Policie v akci

ÓČKO



19.00 Party ride

20.00 Óčko hity

21.00 FACEBOOK JUKEBOX
Píšte si o klipy na přání přes Facebook Facebook.cz/ocktov

22.00 Naked Attraction
Seznamka na tělo

22.30 Virtuální svět TV
Zavoláním do soutěže získáte voucher pro nákup virtuálního pozemku a registraci do Rychlé hry, více v pravidlech na www.nextearth.cz

00.00 Óčko flirt

Starožitnosti

VYKOUPIME KNIHY
zaplatíme á
2000,- Kč
za každou
banánovou
krabici knih,
které od Vás
koupíme.

Bibliofilie
a cenné
knihy
oceníme
každou
zvlášť.

Telefon:
773 735 939

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

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

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

Služby - nabídka

• Levná oprava ISSO žaluzií na plastová okna. Výměna: sílonového vedení, řetízového ovládání (přetržený řetízek). Cena za 1 křídlo 150 Kč. T. 774518402

Nemovitosti - nabídka



**PRACUJTE
V BRANŽI
BEZPEČNOSTI
A OSTRAHY**



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



Chcete střížit 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.**

**Náborový příspěvek
20 000 Kč!**

Práce v ostraze
pro **INVALIDNÍ DŮCHODCE**
na různých objektech **v Praze**
800 111 112 **m2c**

ADESTRA
security, spol. s r. o.

Přijíme nové kolegy na pozici:

STRÁŽNÝ/SECURITY

Nabízíme:

- Mzda 125 – 150 Kč/hod.
- Možnost ubytování
- Náborový příspěvek
- Možnost záloh

Požadujeme:

- Certifikát strážný výhodou
- Spolehlivost

Kontakt:
tel.: 775 718 509
e-mail: personalni@adestra.cz
www.adestra.cz

• Hledáte stabilní práci nebo přívůdek? My naopak hledáme vrátne, strážné, recepční (M/Ž/N) a nabízíme možnost uplatnění i pro OZP. Na druhu pracovní smlouvy (HPP/DPP) a směnách se domluvíme. Nabízíme bonusy a profesní kvalifikaci. Pokud je vám alespoň 18 let a máte zájem, volejte na 775430781, AVES

• Přijmeme INVALIDNÍ důchodce na roznoz letáků, individuální přístup, 200 Kč/hod. Volejte 734477910

• Hledám zdrav. sestru do ordinace pediatra v Praze 10, 3 x týdně na 3 hod. a 2x ročně na celý týden. ordinace@vorlickovap.cz, tel. 267311964, 723039421

• MIBAG sanace s.r.o. - odstraníme následky po vodovodních haváriích a požárech. Hledáme manuálně zručné pracovníky, řemeslníky na HPP. Nástup možný ihned, dobré platové podmínky, čistý trestní rejstřík. Tel.: 777465557 nebo vagnerova@mibag.cz

• ZŠ, Praha 4, Plamínkové 2, www.zsplaminkove.cz (Metro C – Pankrác) přijme vyučujícího pro II. stupeň se zaměřením – fyzika, přírodopis a vyučujícího - angličtina, němčina. Nástup: Ihned. Příjemné klima školy a zaměstnanecké benefity. Nabídky včetně CV zaslajte na: zastupce@zsplaminkove.cz

• Městská část Praha 6 - Úřad městské části nabízí výkon práce EKONOM/ekonomky Odboru ŠKOLSTVÍ. Bližší informace jsou zveřejněny na www.praha6.cz v rubrice Volná pracovní místa. Lhůta pro doručení přihlášky s doklady: 31.1.2024 v podatelně Úřadu městské části Praha 6. Kontakt: Ing. Kubíková, tel. 220 189 550.

• Základní škola Praha 10, Nad Přehradou 469 přijme ihned učitele/ku 1. stupně na plný úvazek. Dále přijme učitele/ku matematiky a německého jazyka na částečný úvazek. Kontakt: 226806001, zsnpr@zsnpr.cz

• Přijmeme IHNED na HPP pracovníci na úklid VŠ kolejí v P-4. Pracovní doba 7-15.30 hod. Občas vikendy na 3-4 hod. Plat 19.500-28.500 Kč. Tel. 774771103

Byty - poptávka

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

BYT/ DŮM POPTÁVKA
s přítelkyní hledáme ke koupi byt a rodinný dům v Lounech, případně v dojezdové vzdálenosti do Loun. V jakémkoli stavu. Děkujeme za případnou nabídku. Tel: 731 117 381

• Koupím několik starších bytů na investici. Jsem přímý kupec a platím hotově. Byt si sám vyklidím a zrekonstruji. Děkuji za nabídky, Grygar 739641969

• Hledám obecní byt v Praze, dluhy i privatizaci uhradím. Tel.: 603888740

Výměny

• Specialista na výměnu bytů, RK ZOOM. Tel.: 777060126

Nemovitosti - poptávka

**KOUPÍM
CHATU**

Hledám ke koupi chatu, chalupu do 50 km od Prahy. Stav nerozhoďuje. 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 nebo stavební pozemek na horách, či v dojezdové vzdálenosti do hor. Krkonoše, Krušné, Orlické, Jizerky, Šumava. Může být i Vysočina. Na stavu nezáleží, spíše na místě. Tel: 773 117 381

Vyplatíme Vaše dluhy!

Vykoupíme Vaši nemovitost a nadále můžete v nemovitosti bydlet
737 352 730

• Koupím několik starších bytů na investici. Jsem přímý kupec a platím hotově. Byt si sám vyklidím a zrekonstruji. Děkuji za nabídky, Grygar 739641969

Auto-moto - poptávka

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



Knihy a časopisy

**VÝKUP
KNIH
a
KNIHOVEN**

koupíme jednotlivé knihy i celé sbírky, pozůstalosti apod.
Přijedeme
(pro více než 300 ks)
zaplatíme
odvezeme

Celá ČR

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



NEZAPOMEŇTE,

**JSME I ONLINE.
METRO.CZ**

metro

K+S poprvé proti sobě



Linda Nosková (čelem) se zdraví se zraněnou Elinou Svitolinovou.



Dajana Jastremská z Ukrajiny prošla do čtvrtfinále z kvalifikace.



Barbora Krejčíková už na turnaji Storm Hunterovou porazila. 4x AP



Kateřina Siniaková iniciovala konec spolupráce s Krejčíkovou.

Linda Nosková už je ve čtvrtfinále dvouhry Australian Open.

Byl to nečekaně rychlý zápas. Česká naděje Nosková vedla nad Elinou Svitolinovou 3:0 na gamy, když Ukrajinka kvůli velkému bolesti zad zápas musela skrečovat. „Dneska to nebyl způsob, jakým bych chtěla vyhrát. Je mi Eliny líto a doufám, že bude brzy v pořádku,“ řekla po utkání Nosková.

Ta se ve čtvrtfinále utká s další Ukrajinkou Dajanou Jastremskou, která v prvním kole vyřadila wimbledonskou šampionku Markétu Vondroušovou. „Bude to těžký zápas. Budu se na ni připravovat jako na každou další hráčku. Jsem ve čtvrtfinále grandslamu, v této fázi nedostanu nic zadarmo,“ je si vědoma Nosková.

Už dnes ráno našeho času od 9 hodin nastoupí Barbora Krejčíková v Melbourne v boji o semifinále proti světové dvojce Aryně Sabalenkové

z Běloruska. Další den už ale bude opět ve hře v deblu. A dojde na pikantní soubor. Krejčíková se ve čtvrtfinále čtyřhry utká s německou spoluhráčkou Laurou Siegemundovou s česko-australským párem Kateřina Siniaková, Storm Hunterová. Zajímavý bude duel v tom, že se Siniakovou tvořila Krejčíková léta úspěšnou deblovou dvojicí. České tenistky, které by obhájily na Australian Open společný titul, přerušily spolupráci na konci minulého sezony na popud Siniakové. **ČTK**

RAKETOVÝ SERVIS

233

O nejrychlejší podání dosavadního průběhu Australian Open se postaral sedmáctiletý polský tenista Tomek Berkiet. Ve 2 kole soutěže juniorů zaservíroval rychlostí 233 kilometrů za hodinu. **ČTK**

ČÍSLO DNE

4

Kraulařka Barbora Seemanová je počtvrté nejlepší českou plavkyní roku. Ocenění za rok 2023 získala mimo jiné díky stříbru na prosincovém mistrovství Evropy v krátkém bazénu v závodě na 200 metrů. Obhájila tak pozici na trůnu, na nějž usedla také v letech 2018 a 2021. **ČTK**

Podezřelý sudí neměl licenci

Přípravný zápas fotbalistů Slovácka s Rapidem Vídeň (1:2) na soustředění v Belecku, který vzbudil podezření, že byl zmanipulován, podle Turecké fotbalové federace (TFF) nebyl oficiálně nahlášený. Rozhodčí, který nařídil tři penalty a jednu nechal opakovat, neměl licenci. TFF o tom informovala na svém webu a uvedla, že chystá právní kroky. Tiskový mluvčí Slovácka Marek Jurák řekl, že klub z Uherického Hradiště nikdo nekontaktoval. **ČTK**



Odletí Louda na pařížskou olympiádu?

Nejlepší český badmintonista současnosti Jan Louda má velmi blízko k vytožené účasti na olympijských hrách v Paříži. Kvalifikace skončí 30. dubna, počítá se do ní deset nejvyšších výsledků a do jejího uzavření zbývá devět akcí. Rodák z Plzně nyní figuruje na 21. místě z 35 šťastlivců. „Co by se mohlo stát? Patnáct kluků za mnou by muselo zahrát suprové výsledky a přeskocit mě. Mám 31 tisíc bodů, na předešlé olympiády se kvalifikovali badmintonisté, kteří měli okolo 20 tisíc. Jsem vážně blízko,“ líčí Louda, kterého ode dneška čeká první letošní turnaj, konkrétně v indonéské Jakartě. **MET**

KRÁTCE

K posouzení

Nákup fotbalového klubu Slavia Praha podnikatelem Pavlem Tykačem začal posuzovat Úřad pro ochranu hospodářské soutěže. Úřad o tom informoval na svých internetových stránkách. Tykač kupuje prvotřídní klub včetně stadionu Fortuna Arena v Edenu od čínské skupiny CITIC Group, o transakci klub informoval v prosinci, cenu nezveřejnil.

Doživotní zákaz

Fanoušci Udine, kteří při sobotním utkání italské fotbalové ligy rasisťicky uráželi brankáře AC Milán Mikea Maignana, dostanou od klubu doživotní zákaz vstupu na stadion. „Nešlo o hromadné chorály nebo skandování. Potvrdil to rozhodčí i úřad prokurátora. Šlo o dva, tři lidi,“ prohlásil generální manažer Udine Franco Collavino. „Nicméně na počtu nezáleží. I kdyby to udělal jen jeden člověk, pořád jde o závažnou věc,“ doplnil Collavino. **ČTK**

LÉČEBNÁ KÚRA BONUS

Využijte jedinečné nabídky zvýhodněných termínů

Františkovy Lázně

7 nocí již od 14 210 Kč

JARNÍ
SLEVA 15%

03.03. - 17.03.2024

17.03. - 31.03.2024

Platí pro:
Spa Resort PAWLIK - AQUAFORUM ****
lázeňský hotel METROPOL ***
pouze vybrané kategorie ubytování,
není možné kombinovat s dalšími slevami

7 nebo 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 večerí

LÉKAŘSKÁ PROHLÍDKA
7 nocí = vstupní, 14 nocí = vstupní a výstupní

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

BONUSOVÉ SLUŽBY NAVÍC:

• VSTUP DO AKVAPARKU
A@UAFORUM

Spa Resort Pawlik - Aquaforum:
pondělí - neděle, Belvedere, Tři lilie,
Dr. Adler, Luisa a Metropol: pondělí - pátek

• JÍZDENKA NA VLAK
za zvýhodněné jízdné z celé ČR

Lázeňský hotel	ZIMA 2024 04.02. - 13.04.		LÉTO 2024 14.04. - 05.10.		ZIMA 2024 06.10. - 30.11.	
	7 nocí	14 nocí	7 nocí	14 nocí	7 nocí	14 nocí
Lázeňský hotel METROPOL ***	14 210	28 420	17 150	34 300	14 210	28 420
Lázeňský hotel LUISA ***	14 910	29 820	18 410	36 820	14 910	29 820
Lázeňský hotel Dr. ADLER ***	15 260	30 520	18 550	37 100	15 260	30 520
Lázeňský hotel TŘI LILIE	16 310	32 620	19 460	38 920	16 310	32 620
Lázeňský hotel BELVEDERE ***	16 800	33 600	20 160	40 320	16 800	33 600
Spa Resort PAWLIK - AQUAFORUM **** - budova B	19 950	39 900	23 800	47 600	19 950	39 900
Spa Resort PAWLIK - AQUAFORUM **** - budova A	21 700	43 400	25 200	50 400	21 700	43 400

Uvedené ceny se vztahují na osobu a pobyt ve dvoulůžkovém pokoji kat. Standard (u hotelu Tři lilie kat. Komfort), ceny ostatních kategorií na www.frantiskovylazne.cz. Jarní slevu není možné kombinovat s jinými slevami, včetně slevy VIP Clubu Františkovy Lázně. Pobyt začíná v den příjezdu večerí a končí snídaní v den odjezdu. Místní poplatek z pobytu bude připočten u povinných osob k ceně pobytu na základě obecně závazné vyhlášky města Františkovy Lázně dle platného znění ve výši 50 Kč za osobu a den.



INFORMACE A REZERVACE

351 012 345

info@frantiskovylazne.cz
www.frantiskovylazne.cz

Při rezervaci
uvedte prosím kód:
217586

