

# metro

**& 5<sup>PLUS</sup>2**

## Giganti chrání klid

Na snímku je **sněhová scenérie** metasekvojového lesa v části Linhuai v malebné oblasti mokřadů jezera Chung-ce-chu ve městě Su-čchien v **čínské provincii Ťiang-su**. V lese jsou **desítky tisíc stromů**, kam až oko dohlédne. Místo je oblíbeným cílem řady turistů. Ačkoli jsou tyto **jehličnany** nejmenší z druhů sekvojí, dorůstají až do výšky **padesáti metrů**.

# Čtyři tisíce ostrovů. Tak to je tropický ráj uprostřed Mekongu



Nejjižnější laoské části vnitrozemské delty Mekongu jsou oblíbeným místem pro pozorování sladkovodních delfinů. Na druhém břehu už je Kambodža.



V polovině dubna se v Laosu slaví nový rok. Během těchto dnů je všude spousta vody a barev.

## Na hranici mezi Laosem a Kambodžou se prohánějí ještě donedávna kriticky ohrožení sladkovodní delfini.

Byla polovina dubna a v Laosu končilo období sucha. Na vypůjčené motorce jsme mířili do vnitrozemské delty proslulé řeky Mekong. Teploměr ukazoval vražedných čtyřicet stupňů.

„Žiju tady celý život a měl bych na to být zvyklý, ale to vedro je hrozné,“ postěžoval si Toui. Se svou těhotnou ženou pronajímal dva bungalovy ve vesnici Kiat Ngog, kde jsme našli útočiště při naší cestě na jih. „Mám rád zimu,“ dodal. Zima v Laosu znamená teploty kolem příjemných pětadvaceti stupňů od listopadu do ledna. Naše zastávka nebyla náhodná. Tato vesni-

ce totiž patří mezi několik málo, kde ještě chovají slony. Dříve se využívali ke stahování dřeva a rozvozu rýže, ale s nástupem těžké techniky jejich ekonomický přínos klesal. Poslední hon na divoké slony se v těchto místech odehrál v roce 1988.

**Tlustokožce zachránili turisté**  
Chov slonů v podstatě zachránil rozvíjející se turistický ruch a pro mnohé návštěvníky je vyjížďka na slonovi vítaným zpestřením. Jedna rada: Jestli se chcete slonovi zavděčit, dejte mu bambus.

Pro ty, kteří hledají při svých cestách klid, je ale toto

místo ideální. Nachází se mimo hlavní trasy, takže sem příliš turistů nezavítá.

Druhý den ráno jsme pokračovali v cestě. Zhruba o sto kilometrů dál na jih, do oblasti zvané Si Phan Don, což znamená Čtyři tisíce ostrovů. To je ta vnitrozemská delta Mekongu na hranici s Kambodžou. Naším cílem byl nejjižnější cíp ostrova Khon, protože odtud se pořádají výpravy za vzácnými orcelami tuponosými, tedy sladkovodními delfiny.

Orcely k ostrovu připlouvají proti proudu Mekongu a jejich populace se za staletí ztenčila z několika tisíc na několik desítek, takže není jednoduché se s nimi potkat. Nám do karet hrálo roční období, protože jsme do Laosu vyrazili v závěru období sucha. Hladina Mekongu byla

nízko a delfini tak neměli mnoho možností, kde se před námi schovat. „Vidíš je?“ ukázal po šesté ráno na zčeřenou hladinu majitel loďky, se kterým jsme se na výpravu vydali. V naprostém ranním tichu se v uctivé vzdálenosti od nás začaly objevovat ploutve a zakulacené hlavy těchto kytovců. „Je jich tady jenom sedm,“ doplnil náš průvodce. Ostatní za laoskou hranici ani nedoplují.

### Vyškrtnuté orcely

Vědci si dlouhou dobu mysleli, že orcely čeká neblahý osud jiných vyhynulých živočichů. Před několika lety však v bangladéských mangrovech objevili stádo devíti tisíc jedinců, takže orcely mohly být nakonec vyškrtnuty z kolony kriticky ohrožených druhů.

Ostrovky (v laoštině det) Khon a Det jsou nádherné tropické ostrovky se vším, co k tomu patří. Spojuje je starý železniční most, který tu postavili Francouzi. Byla to jediná železnice v Laosu, a i když už tu po kolejích zbyly jen náspy, za mostem dodnes rezaví stará lokomotiva. Železnice ukončila činnost v roce 1945 po japonském útoku na tuto oblast.

Pro její stavbu ale měli Francouzi důvod. Ostrov se totiž nedá obejít ani z jedné strany lodí. Z jedné strany stojí v cestě největší peřeje v jihovýchodní Asii – peřeje Phapheng. Z druhé strany zase Somphamitské katarakty. Obě místa stojí za to vidět a pozorovat mohutnou sílu vody, která se valí přes kameny, které jsou někdy ostré jako břitva.

VILÉM JANOUŠ



Chov slonů v Laosu zachraňují turisté. Dříve se používali ke stahování dřeva a rozvozu rýže.



Na ostrovky v deltě Mekongu se z pevniny lze dostat pomocí trajektu. Pobere nejen lidi, ale i motorky, které jsou nejběžnějším dopravním prostředkem v jihovýchodní Asii.

# Konec minisukní v Íránu. Ponížení Američanů trvá 45 let

**Propast mezi Íránem a Spojenými státy má prapůvod v aféře, která trvala nekončících 444 dní. Vše vyvrcholilo 20. ledna 1981.**

Írán je jednou z kolébek světové civilizace s městským osídlením datovaným až do 5. tisíciletí př. n. l.

Ve 20. století procházela země modernizací, kterou garantovaly „imperialistické“ země v čele se Spojenými státy. Muži se blýskali západními automobily, ženy od 60. let běžně nosily minisukně. Na všechno přítom dohlížel osvěcený monarcha, šáh Muhammad Rezá Pahlaví.

Narůstala gramotnost, vzkvétalo zdravotnictví a školství, dramaticky rostla životní úroveň. Jenomže nerovnoměrně. Hlasem upozaděných prostých Íránců se stalo islamistické revoluční hnutí zaštitěné jménem duchovního Rúholláha Chomejního. Zpohodlnělý a od prostého lidu odtržený šáhův režim se začal bortit v roce 1978, na stranu islamistů se masivně přidávali levicově naladěni studenti. Půda v zemi začala být pro šáha příliš horká, v lednu 1979 odešel i s rodinou do exilu.

## Vydejte nám šáha

Monarchie záhy padla, během několika týdnů byla instalována islámská republika, sílily protiamerické protesty, které vyeskalovaly 4. listopadu 1979.

Rozbouřený dav stoupenců islámské revoluce a ajatolláha Chomejního tehdy přepadl veřejnosti uzavřený komplex americké ambasády v Teheránu, kde zajal přes šedesát tamních pracovníků jako rukojmí. Za jejich propuštění bylo požadováno vydání šáha do Íránu, sebekritika USA za



Prezident Jimmy Carter

jejich politiku vůči Íránu v minulosti a závazek, že se USA nebudou v budoucnosti vměšovat do íránských záležitostí.

Do toho ajatolláh Chomejní prohlásil americkou ambasádu za „doupě špiónů“.

## Výjimka pro ženy a černochoy

Situace houstla také ve Spojených státech, vysvobození rukojmích se stalo prioritou vlády Jimmyho Cartera. Již 17. listopadu došlo k pokroku islamisté rozhodli, že na svobodu budou propuštěny ženy, Afroameričané a ti, co neměli americké občanství. Počet zadržovaných rukojmí se ustálil na 52 osobách.

## Zahynuli američtí vojáci

Washingtonu posléze nezbyvalo než zvýšit tlak na íránský režim prostřednictvím hospodářských sankcí. Prezident Carter vydal zákaz dovážet íránskou ropu a nechal zablokovat konta íránské vlády v amerických bankách, dne 7. dubna 1980 pak USA přerušily diplomatické styky s Íránem a vyhlásily zákaz vývozu amerického zboží do Íránu s výjimkou potravin a léků.

Bezvýchodné pokusy americké diplomacie přimět íránskou vládu jednat o vydání rukojmí frustrovaly americkou veřejnost, která čím dál otevřeněji volala po razantním zákroku vlády. Pokus osvobodit rukojmí leteckým výsadkem v noci z 24. na 25. dubna 1980 byl ovšem neúspěšný, navíc při něm zahynulo osm amerických vojáků.

## Velké ústupky pro Írán

Teprve v lednu 1981, po amerických prezidentských volbách, v nichž Carter doplatil i na přetrvávající nevyjasněnou situaci kolem zajatců v Teheránu, úspěšně zpro-



Říjen 1978. Dav podporující Rúholláha Chomejního.

středkovalo propuštění rukojmí Alžírsko, které tehdy zastupovalo diplomatické zájmy USA v Íránu. V takzvaných Alžírských dohodách, uzavřených 19. ledna 1981, USA mimo jiné souhlasily s tím, že se nebudou vměšovat do íránských záležitostí.

Všech 52 rukojmí bylo nakonec propuštěno v den inaugurace nového amerického prezidenta Ronalda Reagana po 444 dnech zajetí, 20. ledna 1981, výměnou za uvolnění íránských kont a další ústupky. Přes Alžírsko rukojmí odletěla do americké



Propuštěný rukojmí 3x PROFIMEDIA

vojenské nemocnice ve Wiesbadenu, kde je slavnostně přivítal už bývalý prezident Carter, který tolik usiloval o jejich propuštění, 25. ledna se rukojmí vrátila do USA.

Diplomatické vztahy mezi USA a Íránem nebyly do dnes obnoveny. **DAVID HALATKA**

INZERCE

## SBĚRATELSKÝ KABINET

MICHELSKÁ 18, Praha 4

### RÁDI VYKUPÍME:

VEŠKERÉ HODINKY VČETNĚ PRIM, TĚŽ NEFUNKČNÍ, I DÍLY A HODINÁŘSKÉ POZŮSTALOSTI, MINCE, ODZNAKY, POHLEDNICE, MILITARIE, ZNÁMKY, KNIHY A ČASOPISY, VYZNAMENÁNÍ, BANKOVKY, HRAČKY GRAMODESKY, NÁBYTEK DO R. 1970, RÁDIA, LAMPY A LUSTRY, UHLÁKY, SKLO A PORCELÁN, VÁNOČNÍ OZDOBY A BETLÉMY I PAPIROVÉ, MAPY, ANGLIČÁKY, OBRAZY A GRAFIKY, STARÉ NÁDOBÍ A NÁRADÍ, VZDUCHOVKY A ČTYŘLÍSTKY, ATP.

**DROBNÉ STŘÍBRO (PŘÍVĚŠKY, NÁUŠNICE, PRSTÝNKY, BROŽE ATP.). TAKÉ STOLNÍ STŘÍBRO A BANKOVKY.**

### VÝKUP KNIH!!!

**AŽ 2 000 Kč ZA KAŽDÝCH 10 KNIH, KTERÉ OD VÁS VYKUPÍME.**

Cenné knihy ohodnotíme zvláště. Vykoupíme také pohlednice a mapy.



**Přijedeme kamkoliv v Čechách i na Moravě.**  
Likvidujeme též celé pozůstalosti.

**NÁVŠTĚVY PO TELEFONICKÉ DOHODĚ 602 229 348**  
sberatelskykabinet@post.cz

## SKOMÍRAJÍCÍ ÍRÁN

Režim islamistů je po 45 letech u konce s dechem.

- Íránem zmitají od konce prosince masivní demonstrace. Původně byly ekonomicky motivované, nyní jsou namířené proti režimu. **HAL**

## Půda plná kouzel

Kouzlo venkovské půdy v babiččině chalupě ožívuje výstava Magická půda v podkroví břeclavské Havlíčkovy vily. Autentické, sto let staré osobní předměty i nábytek, které byly součástí předchozí expozice, výtvarník a florista Přemysl Hytych doplnil vazbami a dekoracemi ze sušených květin a dalších rostlinných materiálů. Sám autor návštěvníky výstavou osobně provede 29. ledna. V instalaci využil statice, slaměnky a další tradiční druhy květin, které byly uchovávány na půdách domů. **ČTK**



## Divadelníci slavili zápis do UNESCO

V pražském prostoru Galaxie se uskutečnila zahajovací akce Amatéri sobě – slavíme!!!, která zahájila celoroční oslavy zápisu hraní amatérského divadla v České republice na Seznam nehmotného kulturního dědictví UNESCO. Setkání spojilo amatérské divadelníky, zástupce souborů, spolků i organizací, kteří se amatérskému divadlu dlouhodobě věnují, a nabídlo prostor pro společné setkání, sdílení a symbolický start celého roku oslav. Projekt Amatéri sobě vzniká ve spolupráci Národního institutu pro kulturu, ministerstva kultury a organizací, které jsou spjaté s divadlem. **MET**

# Kultuře vládne Trenčín a Oulu

## Slovenští umělci ukázali ve Finsku, jakou má jejich kultura energii.

Slovenský Trenčín, který od ledna spolu s finským Oulu nese titul Evropské hlavní město kultury pro rok 2026, se představil na zahajovacím festivalu ve Finsku. Zatímco Oulu otevřelo svůj kulturní rok o víkendu 16. až 18. ledna, Trenčín připravuje vlastní zahajovací víkend na 13. až 15. února 2026.

Na živé slovenské jeviště se proměnil bar Ihku v centru Oulu. Právě zde se představili umělci z Trenčína a seznámili diváky s rozmanitými formami kultury tohoto regionu.

Soubor Nadšenci přinesl do baru živou energii sloven-

ského folkloru prostřednictvím tanečních a hudebních vystoupení, čerpajících z autentických tradic Trenčinského kraje. Jejich představení, obohacené o jemnou dávku experimentování a humoru, si rychle získala publikum.

Mim a performer Pavol Seriš, známý svým originálním stylem, bavil návštěvníky kombinací fyzického divadla, pantomimy a stand-up komedie. Jeho one-man show se velkou dávkou improvizace se setkala s nadšeným ohlaselem.

Loutkové představení Čert Kolofón přilákalo rodiny s dětmi. Příběh mladého čerta, který byl poslán na Zemi za neposlušné děti, nabídl humor, dobrodružství a nádech romantiky v podobě precizní loutkové inscenace, která si v baru získala diváky všech generací.



V baru Ihke v centru finského Oulu ukázal místnímu osazenstvu energii slovenského folkloru. **TRENCIN2026.EU**

„Spolupráce mezi městy, která nesou titul Evropské hlavní město kultury, není jen formální – je to živý proces výměny zkušeností, inspirace a především lidí. Výměna umělců, společné projekty a účast Trenčína v Oulu

jsou ukázkou toho, jak může kultura spojovat Evropu i na osobní úrovni.“ řekl manažer pro evropský rozměr a mezinárodní vztahy projektu Trenčín 2026 Martin Mojiš.

Jedním z překvapení trenčinské prezentace byl

## MĚSTO KULTURY

Trenčín je středně velké slovenské město s přibližně 55 tisíci obyvateli.

- Nachází se na západě země nedaleko hranic s Českou republikou.
- Je známý svým hradem, římským nápisem z 2. století, vytesaným do skalního masivu, na kterém hrad stojí, a bohatým kulturním dědictvím. **MET**

Mocktail Trenčín 2026 – nealkoholický koktejl podle vlastního receptu. Recept je inspirován jedinečným nealkoholickým ginem z léčivého pramene v Trenčinském regionu, který zaujal i v japonské Ósace. **MET**

INZERCE

# Otravným muškám v květináčích stop.

## Máme pomocníka, který to umí.



Parazitické hlístice proti smutnicím na pokojových rostlinách v půdě. Biologický prostředek nemaplust je rychlý pomocník. Parazitické hlístice likvidují larvičky smutnic v substrátu, které žerou kořínky rostlin velmi rychle. Je vhodné použít i žluté lepové desky proti létajícím dospělcům. Biologický prostředek **nemaplust** to zvládne za vás a bez namáhavé práce.

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



**BIOCONT**



**BIOCONT**  
Biologická ochrana rostlin.  
**POMOCNÝ PROSTŘEDEK - BIOAGENS**  
Všet použití si přečtěte příložený návod k použití

**nemaplust®**  
Parazitické hlístice  
*Steinernema feltiae*

Řešení proti:  
✗ larvám smutnic

Množství bioagens v obalu:  
**5 milionů ks na 10 m<sup>2</sup>**

# Čaroděj z Kremlu o začátcích Ruska

Na den přesně, kdy začala válka na Ukrajině, vstoupí do kin film popisující příběh Vladimira Putina.

Čaroděj z Kremlu, tak se jmenuje politický thriller zachycující nástup Vladimira Putina k moci v Ruské federaci (RF). Do českých kin vstoupí 26. února, tedy téměř přesně čtyři roky od zahájení ruské invaze na Ukrajinu.

Film, který patřil k nejdiskutovanějším titulům posledního benátského festivalu, se vrací k počátkům putinovského chaosu začal formovat systémem moci, jehož důsledky jsou patrné dodnes. Tvůrci i herci přitom upozorňují, že

## DIVOKÁ LÉTA PŘI NÁSTUPU PUTINA

Film je adaptací francouzského bestselleru *Mág z Kremlu*, jehož autorem je **Giuliano Da Empoli**.

- Děj snímku začíná v Rusku 90. let 20. století, v období po rozpadu Sovětského svazu, kdy se společnost i politický systém teprve znovu utvářely.



- Film sleduje několik klíčových období: porevoluční 90. léta, Putinův nástup k moci a postupnou proměnu Ruska v autoritářský stát. Tyto dějinné etapy nejsou prezentovány jako učebnicový přehled, ale jako osobní zkušenost člověka, který byl jejich součástí.

- Snímek *Čaroděj z Kremlu*, který diváky zavádí do temných chodeb politického systému, kde každé slovo slouží účelu a žádná verze reality není definitivní, loni na festivalu v Benátkách získal Zlatého lva v kategorii Nejlepší film.

film v současnosti působí ještě aktuálněji než v době svého vzniku. V hlavních rolích září **Jude Law** jako **Vladimir**

**Putin** a **Paul Dano** jako jeho fiktivní poradce. Hvězdnou sestavu doplňují **Alicia Vikander** a **Jeffrey Wright**.



## Nejkrásnější kočka na světě

Světová federace koček vyhlásila svého letošního vítěze v soutěži o nejkrásnější kočku na světě. Vítězem se stala habešská kočka jménem **Darlen**, která bezkonkurenčně porazila všechny soupeře.

PROFIMEDIA

INZERCE

COOP –  
VŠECHNO  
DOBRÉ!

coop

JEDNOTA

VÝHODNÁ  
NABÍDKA  
7. 1. - 27. 1.

spotřební družstvo Hlinsko, Tylovo náměstí 272



Uzený ocásek



119,-/1 kg

/100 g  
11,90



Český salám



99,-/1 kg

/100 g  
9,90



Karlíkova sekaná



135,-/1 kg

/100 g  
13,50



Vysočina



179,-/1 kg

/100 g  
17,90



Tvaroh polotučný 18 %  
Tatra 250 g

MLÉKÁRNA HLINSKO a.s.

87,60/1 kg  
21,90



BM Jogurt  
- vybrané druhy 150 g

ACCOM CZECH a.s.

66,-/1 kg  
9,90



Modrý Portugal 3 l BiB  
Pinot Gris  
(Rulandské šedé) 3 l BiB

IGRISTO-TRADING CZ s.r.o.

49,97/1 l  
149,90



+ záloha na lahve

při koupi  
20 ks  
8,90  
za 1 ks

Rychtář Fojt  
světle výčepní  
0,5 l

LOBKOWICZ GROUP a.s.

19,80/1 l  
9,90

# Češi objevili Turecko. K moři tam míří nejvíce turistů

Roste zájem o exotické destinace a hledají se zatím opomíjené cíle.

Zatímco v minulých letech bylo nejžádanější turistickou destinací Řecko, letos čeští cestovatelé nejčastěji volí zájezdy do Turecka. Vyplývá to z dat portálu Dovolena.cz, předního poskytovatele dovolených v České republice. Ve srovnání s loňským rokem vzrostl zájem o tuto evropsko-asijskou destinaci o 45 procent. Na druhém a třetím místě popularity se umístily Řecko a Egypt. Velký zájem je ale také o Bulharsko, Tunisko, Španělsko a Itálii. Mezi největší meziroční „skokany“ patří Kypr, který zaznamenal nárůst o 70 procent.

„Dovolená v Turecku nabízí skvělý poměr kvality a ceny. Hotely poskytují vysoký standard služeb all inclusive a cestovatelům tato země nabízí bohaté historické i kulturní zážitky,“ říká ředitelka prodeje Student Agency Travel Martina Hrnčířová.

Čeští turisté plánují letní dovolenou pro rok 2026 více než dříve – zájezdy v režimu first minute tvoří aktuálně 57 procent všech prodejů, loni to bylo o čtyři procenta méně.

Hrnčířová tvrdí, že nákup first minute dovolené přináší řadu výhod: „Především lze získat výhodnější ceny, které cestovní kanceláře nabízejí jen při nákupu s předstihem. Také je k dispozici širší výběr ubytování, včetně nejlepších hotelů, pokojů s výhledem nebo rodinných apartmánů, které se později rychle vyprodávají.“

Stranou ovšem nezůstávají ani exotické destinace. Jejich prodej vzrostl o 14 procent. Nejoblíbenější jsou ty s přímými lety, jako jsou Dominikánská republika, Thajsko či Vietnam.

Lidé ale začínají objevovat místa, o kterých neměli přinejmenším ani tušení. Mezi ně patří třeba portugalský ostrov Porto Santo s nedotčenými plážemi a klidnou atmosférou. Ve středomořských destinacích roste zájem o klidnější lokality, například o řecký poloostrov Peloponés, ostrov Skyros či přímořské městečko Parga, které lákají svou autentickou atmosférou.

MET



Turecko je mezi českými turisty nejoblíbenější destinací. Kromě příjemných pláží a dobrých hotelů nabízí i další atrakce. Například Nevsehir Culture Road Festival, který pořádá ministerstvo kultury a cestovního ruchu. Odehrává se v Kappadokii.



Řecko patří mezi trvale nejoblíbenější cíle cestovatelů. Barvy domů na ostrově Santorini jsou přímo ikonické.



Do Egypta v posledních letech míří stále více Čechů. Kromě památek je lákadlem pestrý život v Rudém moři.

3X PROFIMEDIA

## Plánujete cestu? Pomůže mapa

Cestovatelé dostali do rukou nový nástroj na vyhledávání a plánování cest. Nová verze vyhledávače mapa.letuska.cz poskytuje přehled a možnost intuitivního vyhledávání letenek za nejvýhodnější ceny. Autoři jsou přesvědčeni, že webová aplikace má potenciál změnit myšlení lidí o tom, jak vyhledávat informace o destinacích, cenách letenek, přímých i návazných letech napříč světem.

Šéf portálu Letuska.cz Josef Trejbal uvádí, že jde o jediný ucelený přehled letišť a letenek v české platformě. Lze v ní najít vše od inspirace, kam letět, přes ceny letenek až po praktické informace o délce letů z Prahy.

Hlavním tahákem pro uživatele je podle něho komplexní kombinace dat nízkonákladových dopravců a tradičních síťových aerolinek. „Jediným pohledem na mapu se

uživatelům otevírají nekončící možnosti k cestám. Zároveň zde vidí ceny letenek v reálném čase, a to jak od nízkonákladových dopravců, tak od standardních aerolinek. Vyhledávač v sobě má mnoho zajímavých funkcionalit,“ řekl Trejbal.

Mapa Letušky je výrazně vylepšenou verzí původního vyhledávače. Společnost ASIANA, která portál Letuska.cz provozuje, na něm chce budo-

vat vedle vztahu s přímými uživateli i další byznysové vazby. „Tento vyhledávač v sobě soustředí obrovské množství unikátních dat o letech. Chceme tak nabídnout informace o letenkách partnerům z řad cestovních kanceláří i ambiciózním start-upům, které chtějí stavět vlastní i úplně odlišné produkty na pevných základech největšího českého prodejce letenek,“ uzavřel Josef Trejbal.

MET

# Sex se odkládá. Mladé ženy začínají sázet i na pilulky „po“

**Mladí lidé v současnosti začínají sexuálně žít později než generace před nimi. Zdrženlivější postoj však automaticky neznamená zodpovědnější chování.**

Nejdřív kariéra až potom sex. Podle zkušeností gynekologů se věk zahájení sexuálního života mladých v posledních letech mírně posouvá. Zatímco předchozí generace zažívaly první intimní zkušenosti jako náctiletí, zpravidla během středoškolského života, současná generace má první sex až kolem dvacítky.

„Významnou roli v tom, kdy mladí zahájí sexuální život, hraje rodinné zázemí, vzdělání, sociální prostředí i životní priority mladé generace. Zejména ve větších městech vidíme, že mladí lidé kladou větší důraz na vzdělání, osobní rozvoj a kariéru,“ vysvětlil Jaroslav Vráblik, lékař gynekologické ambulance TopGynekologie.

## První návštěva

Se zahájením sexuálního života by měla jít ruku v ruce návštěva gynekologa. „Objednání dívek ke gynekologovi bezprostředně po zahájení se-



Na sexuální život mladých lidí má v posledních letech vliv také digitalizace a sociální sítě. Část mladých lidí navazuje méně osobních kontaktů a tráví více času on-line.

PROFIMEDIA

xuálního života by mělo být samozřejmostí. Do ordinace by ale měly dorazit už mnohem dříve. První návštěva gynekologa se doporučuje už kolem 13 let, zpravidla po první menstruaci,“ míní gynekoložka kliniky Venova Elena Sudarikova.

Současná medicína nabízí široké spektrum antikoncepčních metod – od kondomů přes hormonální pilulky, vaginální kroužky, náplasti, injekce až po nitroděložní tělíška. Výběr antikoncepce by

měl být vždy individuální a probíhat po konzultaci s gynekologem. „Každá metoda má své výhody i nevýhody. Důležitá je bezpečnost, spolehlivost a dobrá snášenlivost. Tabletky jsou standard, ale musí se užívat pravidelně, pokud žena zapomíná, nefungují. Vaginální kroužek je sice spolehlivou ochranou, ale stále je to cizí těleso v těle a může někomu vadit nebo může být příčinou častějších zánětů. Injekce se aplikuje do svalu, ale žena často po

její aplikaci nemenstruuje a není možné ji ihned vysadit, pokud by bylo potřeba. Antikoncepční náplasti mají vyšší pořizovací cenu a někdy se odlepují,“ popsala lékařka.

## Přichází hormonofobie

K nejvyužívanější antikoncepci zatím stále patří pilulky. Zatímco před 60 lety vzbudily nadšení a přispěly k sexuální revoluci, nyní jejich obliba klesá. „V posledních letech zaznamenáváme rostoucí počet mladých žen, které

## ČEŠKY A SEX

První sex mívají mladí Češi kolem dvaceti let. Dříve do sexuálního života vstupovali jako náctiletí.

- Podle odhadů má nechráněný sex až třetina mladých párů. Mezi časté praktiky patří také přerušovaný pohlavní styk.

- Klesá zájem o hormonální antikoncepci. Podle dat Státního ústavu pro kontrolu léčiv objednaly lékárny v loňském roce 1,7 milionu balení, o milion méně než před 25 lety.

- Stále častěji ženy sahají po pilulce „po“. Obsahuje však vysokou dávku hormonů.

MET

odmítají hormonální antikoncepci. Důvodem je hormonofobie, tedy iracionální strach z užívání hormonů. Ženy s hormonofobií mají často chybné, neúplné a zavádějící informace, velmi často posbírané z neodborných internetových stránek,“ upozornil Vráblik.

Paradoxní ale podle něho je, že některé z těchto žen opakovaně sahají po nouzové antikoncepci, takzvané pilulce „po“, nebo podstupují interrupce.

MET

# Lékaři poprvé vyzkoušeli novou metodu

Opakované vtíravé myšlenky a donekonečna prováděné rituální činnosti. Tak se projevuje obsedantně-kompulzivní porucha – neurotická duševní choroba, která je sice léčitelná terapeuticky a psychofarmaky, ale u některých těžších pacientů může taková léčba selhat.

Právě toto se přihodilo dvačtyřicetiletému muži s touto poruchou, jemuž pomohli až specialisté z Neurochirurgické kliniky Fakultní nemocnice Olomouc. A to s pomocí metody hluboké mozkové stimulace (DBS). Ta byla u pacienta s touto diagnózou využita vůbec poprvé v České republice.

„Hluboká mozková stimulace je moderní neurochirurgická metoda, při níž jsou do přesně vybraných struktur v mozku implantovány velmi



Rituály a obsese nemocnému muži zabíraly i několik hodin denně, což výrazně omezovalo jeho běžný život, ale i možnost péče o něj. Operace byla provedena v celkové anestezii a následovala několikátýdenní fáze ladění stimulace.

FN OLOMOUC

tenké elektrody. Ty jsou napojeny na neurostimulátor uložený pod kůží na hrudníku, podobně jako kardiostimulátor. Přístroj pomocí jemných elektrických impulzů moduluje funkci mozkových okru-

hů odpovědných za vznik konkrétního onemocnění,“ popsal metodu primář Neurochirurgické kliniky FN Olomouc David Krahulík.

Hluboká mozková stimulace se nejčastěji používá



u neurologických onemocnění, jako jsou Parkinsonova choroba či esenciální třes. Vůbec první využití metody DBS u pacienta s obsedantně-kompulzivní poruchou v České republice provedli olomoučtí

neurochirurgové u dvačtyřicetiletého muže dlouhodobě hospitalizovaného v Psychiatrické léčebně Sternberk. Jeho stav se postupně zhoršoval a rituály a obsese mu zabíraly i několik hodin denně.

MET

# Viru je čtyřicet let

**Bratři chtěli vysledovat kopírování, virus neměl za cíl ničit.**

Jmenoval se Brain a objevil se v Pákistánu. Jednalo se o vůbec první počítačový virus, který byl zaznamenán. Je to mu čtyřicet let.

Vytvořili ho pákistánští bratři Farúkové. Brain přitom neměl za cíl ničit, ale „pouze“ sledovat ty, kteří nelegálně kopírovali software firmy bratrů Farúkových. Bratři virus vytvořili zřejmě i za účelem propagace své firmy Brain Computer Services.

Ačkoli se Brain (Mozek) stal slavným, příliš se nerozšířil. Přenášen mohl být jen pomocí disket, které si uživatelé předávali mezi sebou. Napadal totiž systémové oblasti disku. Tento typ virů, takzvané „boot viry“, se šířily při restartování počítače, v jehož mechanice zůstala disketa s boot virem. Virus se spustil a napadl část pevného disku. Při dalším spuštění počítače pak z pevného disku napadal další diskety.



Před čtyřiceti lety přestaly být počítače v bezpečí. Objevil se počítačový virus a přenášel se pomocí diskety.

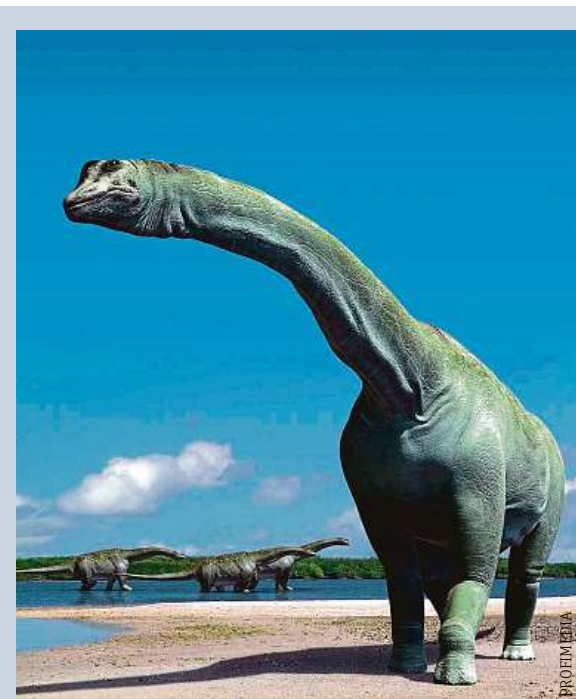
PROFIMEDIA

Za první virus, který se rozšířil mimo uzavřenou síť (na počítače Apple II), bývá považován Elk Cloner z roku 1981, kdy jej napsal americký středoškolák Richard Skrenta. Virus se také šířil prostřednictvím disket a napadal počítače s operačním systémem Apple DOS.

Nebyl naštěstí ničivý; projevoval se tím, že při každém 50. spuštění počítače vypsal na obrazovku básničku. Autorství pojmu počítačový vi-

rus je pak připisováno Američanovi Fredu Cohenovi, který se jako jeden z prvních začal počátkem 80. let škodlivými kódy a obranou proti nim zabývat. Doktorand na Jihokaliifornské univerzitě Fred Cohen představil první počítačový virus v listopadu 1983 na semináři o počítačové bezpečnosti.

Pro operační systém Unix napsal program, který se choval obdobně jako skutečný biologický parazit. **ČTK**



## Gigant, který vyhynul

Je tomu dvacet let, co argentinští paleontologové oznámili, že objevili pozůstatky gigantického dinosaura. Z několika objevených kostí odhadli, že se mohlo jednat o největšího tvora, který kdy na naší planetě žil. Dinosaurus vážil okolo 100 tun.

ČTK

INZERCE

metro

## Přidejte se k naší komunitě autorů

**Pište o tom, co vás baví a co se děje kolem vás!**

Nová bezplatná platforma pro všechny, kteří chtějí sdílet své články a obohatit komunitu.



Registrujte se



Pište články



Publikujte



Buďte vidět

moje.metro.cz

Zdarma  
a pro  
všechny



## TV PROGRAM NA 23. 1.

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
14.25 Reportéři ČT 15.15 Úsměvy Františka Smolíka 15.55 Ohnivě ženy se vracejí 17.00 Na cestě po Lucernském jezeře 17.30 AZ-kvíz 18.00 Události v regionech 18.25 Kde domov můj? 19.00 Události 19.56 Branky, body, vteřiny 20.05 Losování Sportky a Šance	15.30 Bitvy 2. svět. války v barvě 16.15 Osudové lásky (3/12) 16.40 Pád Habsburků 17.35 Dobrovolně bezdětní 18.05 Stanley Tucci a všechny chutě Itálie II 18.45 Terapie (15/45) 19.15 Krásné živé památky (3/16) 19.40 Postřehy odjinud 19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce	12.25 Ordinace v růžové zahradě 2 (568) 13.40 Kriminálka Las Vegas VII (2, 3) 15.30 Výměna manželek X 17.00 Odpolední Televizní noviny 17.15 Odpolední sport. noviny 17.30 Na lovu VI 18.30 Ulice (5055) 19.30 Televizní noviny 20.10 Sportovní noviny, Počasí	10.10 Polabí (36) 11.35 Inkognito 12.40 Námořní vyšetřovací služba XI (1, 2) 14.30 Show Jana Krause 15.35 Inkognito 16.40 Ano, šéfe! 17.55 Prostřeno! 18.55 Hlavní zprávy 19.40 Krimi zprávy 19.55 Showtime	06.00 Ranní fresh 10.00 Óčko hity 13.00 Soundtracky 14.00 Óčko hity 15.00 1Charted 16.00 Top 4 Óčko chart 16.20 Óčko hity 17.00 New Music Radar 17.20 Óčko hity 18.00 CZ & SK České a slovenské klipy
				
20.10 Vyprávěj Embečkol Seriál (ČR, 2009-2013) 21.05 Všechnopárty 21.59 Výsledky losování Šťastných 10 22.00 Hercule Poirot XII Viděla jsem vraždu 23.30 Inspektorka Candice Renoirová IV	20.00 Bojovník Krimidrama (Fr., 1983) 22.05 Zúčtování v Malém Tokiu Akční film (USA, 1991) 23.25 Noc Romant. drama (Belg./Fr., 2023) 0.55 Televizní klub neslyšících 1.20 Přidej se 1.35 Na hranici tradic	20.20 Harry Potter a Ohnivý pohár Fantasy (VB/USA, 2005) 23.30 Co ty jsi za číslo? Komedie (USA, 2011) 1.45 Kriminálka Las Vegas VII (2) Krimiseriál (USA, 2006) 2.50 Kriminálka Las Vegas VII (3) 3.45 Ulice (5055)	20.15 Máme rádi Česko 22.05 Máme rádi Česko 23.55 Ano, šéfe! 1.05 Policie v akci 2.00 Námořní vyšetřovací služba XI (1, 2) Krimiseriál (USA, 2013) 3.50 Policie v akci 4.50 Libovky Pepy Libického	19.00 Óčko hity Klipy nonstop 20.00 Party ride Dance music na večerní mejdan 22.00 O Black Party Hip hop a R'n'B 23.00 Party ride Dance music na noční mejdan
				







## TV PROGRAM NA 24. 1.

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
12.00 Z metropole, Regiony 12.25 Hobby naší doby 12.50 Postřehy odjinud 13.05 Chudák muzika 14.10 Kmotří z blat 14.45 Po stopách krve 16.20 Hercule Poirot XII 17.55 Kočka není pes 18.25 Kluci v akci 19.00 Události 19.52 Branky, body, vteřiny	12.50 Postřehy odjinud 13.00 SP v biatlonu 2025/2026 14.15 Zlomený šíp 15.45 Modrá krev IV (3/10) 16.40 Starověké metropole (3/3) 17.35 Zmrzlá planeta II (2/6) 18.25 Země (3/5) 19.20 Osudové lásky (3/12) 19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce	07.35 Víkend 08.30 Víkend 09.10 Pan profesor (9) 10.25 Na lovu: Hvězdný speciál III 11.55 Za pět minut dvanáct 13.00 Jack a obří 15.15 Krotitelé duchů 17.30 Mrakodrap 19.30 Televizní noviny 20.10 Sportovní noviny 20.15 Počasí	06.25 M.A.S.H (63-66) 08.30 Autosalon.tv 09.40 Fotr na tripu VII 10.20 Inkognito 11.25 Máme rádi Česko 13.20 Máme rádi Česko 15.10 Ženská pomsta 16.55 Pán a sluha 18.55 Hlavní zprávy 19.40 Krimi zprávy 19.55 Showtime	06.00 Ranní fresh 10.00 YouTube chart: Česko 12.00 Óčko hity 14.00 Óčko Chart 16.00 Soundtracky 17.00 Óčko hity 18.00 CZ & SK 19.00 Youtube chart: Česko 19.20 Óčko hity 19.30 Top 4 Óčko chart 19.50 Óčko hity
				
20.10 Peče celá země 21.20 Všechnopárty 22.14 Výsledky losování Šťastných 10 a Euromiliony Komisař Montalbano Tvar vody. Krimiseriál (It., 2000) 0.05 Hercule Poirot Únos ministerského předsedy 1.00 Sama doma	20.00 Tři mušketýři Dobrodružný film (USA, 1993) 21.50 Jaguár Dobrodružná komedie (Fr., 1996) 23.25 Giovanni Falcone Životopisné drama (It., 1993) 1.25 Neznámá Země Cesty světem 1.45 Prales Mionší	20.20 Jurský svět: Nadvláda Sci-fi film (USA, 2022) 23.20 Já, legenda Sci-fi film (USA, 2007) 1.20 Krotitelé duchů Komedie (USA, 1984) 3.35 Kriminálka Anděl V (16) Krimiseriál (ČR, 2023) 4.40 Babicovy dobroty IX	20.15 Asterix a Obelix: Říše středu Dobrodružná komedie (Fr., 2023) 22.30 Nebezpečný Thriller (USA, 2021) 0.30 Král Škorpion IV: Cesta k moci Akční film (USA, 2015) 2.45 Bál šílených žen Thriller (Fr., 2021)	20.00 Party ride Dance music na večerní mejdan 22.00 NAKED ATTRACTION ŠVÉDSKO Švédská verze nahé seznamky 22.50 NAKED ATTRACTION ŠVÉDSKO Party ride Dance music
				

## TV PROGRAM NA 25. 1.

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
14.45 Bezvousák a princezna Kamila Zamilovaná 15.20 Trezor 16.10 Rozpaky kuchaře 17.25 Svatopluka (3/13) 18.25 Co naše babičky uměly a na co my jsme zapomněli 19.00 Události 19.52 Branky, body, vteřiny 20.05 Losování Sportky a Šance	12.25 Na plovárně s Václavem Bělohradským 13.00 Kočka není pes 13.35 Pštroši – život v běhu 14.25 Tajemství starověkých civilizací 15.20 V karavanu po Slovinsku (3/6) 15.50 Příběhy staveb 16.00 Vzpouza zvířat (3/3) 16.30 Hokej: Tipsport ELH	06.50 Odznak Vysočina II (5) 08.10 Zlatá labuť (4) 09.35 My, chalupáři 10.45 Lednička, vyprávěj! 11.35 Matilda 13.35 Chceš mě, chci tě 15.30 Dítě Bridget Jonesové 18.05 Na lovu: Hvězdný speciál III 19.30 Televizní noviny 20.10 Sportovní noviny 20.15 Počasí	12.05 Receptář prima nápadů 13.00 Libovky Pepy Libického 13.40 Zahradnice po ruce 14.20 Vychytávky Ládi Hrušky 15.45 Jak se staví sen – extra 16.50 Ženy v běhu 18.55 Hlavní zprávy 19.32 Losování loterie Megamaxa 19.40 Krimi zprávy 19.55 Showtime	06.00 Ranní fresh 10.00 Óčko Chart 11.30 Óčko hity 13.00 Soundtracky 14.00 Radio top 25 15.50 Óčko hity 16.00 New Music Radar 16.25 Óčko hity 18.00 CZ & SK 19.00 Top 4 Óčko chart 19.20 Óčko hity
				
20.10 Neuer (3/8) Krimiseriál (SR, 2025) 21.10 Výborná SHOW 21.59 Výsledky losování Šťastných 10 22.00 Po stopách krve Detektivka (ČR, 1969) 23.35 Případy detektiva Murdocha XVIII	20.00 3.10 Vlak do Yumy Western (USA, 2007) 22.05 Ten muž je mrtvý Thriller (Fr./It./USA, 1972) 23.55 Zprávy v českém znakovém jazyce Hackeri – zloději identity 0.05 Osvětím: 1.00 Hlasy přeživších (2/5)	20.20 Extraktoři (1) Únos. Seriál (ČR, 2023) 21.25 Kriminálka Anděl (13) Krimiseriál (ČR, 2008) 22.40 Střepiny 23.15 Nikdo Akční film (Čína/Jap./USA, 2021) 1.10 Kriminálka Anděl (9) Krimiseriál (ČR, 2008)	20.15 Líbáš jako Bůh Romantická komedie (ČR, 2009) 22.55 Na doraz Komedie (USA, 2010) 0.40 Sherlock Skandál v Belgravii. Krimiseriál (VB, 2012) 2.45 Hra o přežití Akční thriller (USA, 1994)	20.00 O BLACK FRESH Výběr z fresh novinek z O BLACK TV 21.00 Hot hity Žhavé klipy 22.00 KOTÁK LIVE. SLAVÍČEK 22.30 KOTÁK LIVE: MAXMILIÁN DOLANSKÝ 23.00 Óčko flirt
				




Scenárista Jaroslav Dietl: „Člověk znovu a znovu vyhláší nějaká (tajenka).“

	HEREC A MUZIKANT (VÁCLAV *1965)	ZAHYNOUT	INICIÁLY VYNÁLEZCE EDISONA	JINDE (SLOVENSKY)	HLADKÉ RYBY (RYB.)		SCHOPNÉ OZVUKU	ZADNÍ ČÁST KRKU	OŽEHNUTÍ (ZASTARALE) (J. Č.)	FAUN, VILNÝ DÉMON		TOHLE	JMÉNO PEŠÁKA	HAŠKŮV KURÁT	OSTRŮVEK PÁSU ATOLU	TIPAŘI (SPORTOVNÍ SLANG)
DOMÁCÍ ŠIKULA						OVES (SLOVENSKY)					VYDÁVAT TIKÁNÍ DÁVAT POLIBKY					
HÁJOVÉ BYLINY						PODATI ŽALOBU ERVÍNA (DOMÁCKY)										
1. DÍL TAJENKY												TOPIVO STEH NA RÁNĚ (ZASTARALE)				
CITO-SLOVCE TÍKÁNÍ			BARVA EKRY (TĚŽ ÉCRU) PARÍŽ (SLOV)					DIRIGENT (VÁCLAV) ANKA, ANDA (DOMÁCKY)					ŠPATNÉ KRYPTA			
A TAK PODOBNĚ (OZN.)				IVA, IVKA DIGITAL AUDIO TAPE (ZKR.)					BÝV. MINISTR (DAVID) ST. PLOŠNĚ MÍRY					KŮŇ (BÁSNIC.) SBOHEM (HOVOR.) -É		
	SPRCHA (ŘÍDČEJ)	ANNO DOMINI (ZKR.) KOŽNÍ ZÁNĚT			JM. HEREČ. POLÍVKOVÉ TEXTILNÍ ROSTLINY					TRAPIČI ANTIPATIE						
KOŽNÍ NEMOC						NÁZEV PÍSMEN E DOKONČENA						OBYVATEL CHODSKA EGYPT. BŮH (TĚŽ ATEN)			HEREC (LADISLAV *1941)	LANĚ (SLOVENSKY)
PŘITAŽENÍ (ZASTARALE)							ČISTIDLO MOTORŮ SCHOPNOST SÁNÍ						BIFLOUN (SLANG) GENOVÁ (ZASTARALE)			
REŽNÁ BARVA LÁTKY (ZR.)				VŠEOBECNÁ OBCANSKÁ STRANA (ZK) AMPÉRZÁVIT				TYP VOZŮ ŠKODA MLADÝ SPORTOVEC					ÚSEK V DEJINÁCH ŽENSKÉ JM. (YVONNA)			
INICIÁLY SPISOVATELE DICKENSE			ALTAJSKÁ REPUBLIKA AKANTOVÝ LIST (ARCH.)						KLANY ANALOGOVÝ POČÍTAČ					NÁZEV PÍSMEN N VYMĚŠKY LEDVIN		
	ŠKŮDCE ŠATŮ	2. DÍL TAJENKY GENERÁL EISENHOWER														
MIKE (DOMÁCKY)				JMÉNO PŘENOSILOVÉ PORTUGALSKO (ANGL.)								PRIMITIVNÍ PLAVIDLO ZAOBLIT			GALANTNÍ MUŽI	VÝTAŽEK Z BYLIN
STŘEŠNÍ SVOD					ASIE (ANGLICKY) NARKÓZA (SLANG)						OPAK „VZNIKY“ ŘECKÝ BAJKÁŘ					
ZNAČKA AVIVÁŽE						ANATOL, TOL (DOMÁCKY) MÍSTO NA STOUPNUTÍ							RÁDCE MOHAMEDA CÍLOVÁ ČÁRA			
	ŠPONA, HOBLINA (ZASTARALE)	SOPEČNÝ TUF TAHOUNI					INTELEKT SNÍST KOLEM DOKOLA							PLEVEC ZBĚHOVEC MRKEV (SLOVEN.)		
ŠKOLSKÝ VÝBOR (ZKR.)			TOTO (NÁR.) ODCHYLENÍ PŘEDNÍCH KOL					UMĚLÝ ČLOVĚK Z HLÍNY PÍSMENA S						ASTAT (CHEM. ZN.) STÁT SE OTYLÝM		
3. DÍL TAJENKY									DR. VOLÁNÍ NA PATROLU DISKONT S MÓDOU							KANCELÁŘSKÉ POTŘEBY (ZN.)
RUSKÉ MUŽSKÉ JMÉNO					CITOSLOVCE ZAPÍSKÁNÍ PŘEDLOŽKA (TĚŽ KU)						MENŠÍ TAKT CALCIUM (ZN.)					
ŽÁDNÝM ZPŮSOBEM						NÁČRTY								VELKÉ SOVY		
POMŮCKY: ATON, ECRU, IKE, KIK, YETI, YVA	PODLE (KNIŽNĚ)					PŘITAKÁVAT								PATRÍČÍ ATĚ		


## TV PROGRAM NA 26. 1.

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
				
20.10 <b>Místo zločinu Zlín (4/12)</b> Dějů v. Krimiseriál (ČR, 2025)	20.00 <b>Mezi supy</b> Western (N/Fr./It./Jug., 1964)	20.20 <b>Odznak Vysočina IV (1)</b> Pod ledem. Krimiseriál (ČR, 2026)	20.15 <b>Polda (7)</b> Alibi. Detektivní seriál (ČR, 2016)	15.00 <b>New Music Radar</b>
21.15 <b>Reportéři ČT</b>	21.40 <b>Jakub lhář</b> Tragikomedie (N/ČR, 1974)	21.35 <b>Specialisté (125)</b> Odvěkáč kúra. Krimiseriál (ČR, 2021)	21.30 <b>Polda (8)</b> Hvězda nad Prahou	15.30 <b>Óčko hity</b>
21.55 <b>Fenomén doby: V zajetí alkoholu</b>	23.20 <b>Sraz (4/6)</b>	22.45 <b>Víkend Extraktorů (1/6)</b> Únos. Seriál (ČR, 2023)	22.40 <b>V. I. P. vraždy II (6)</b> Marod na skok. Detektivní seriál (ČR, 2017)	17.00 <b>3x3</b>
22.25 <b>Sága rodu Hardaců (4/6)</b> Dramatický seriál (VB, 2024)	00.10 <b>Hackeri – zloději identity</b>	22.25 <b>Kriminálka Las Vegas VII (4, 5)</b> Krimiseriál (USA, 2006)	00.00 <b>Ano, šéfe!</b>	17.45 <b>Óčko hity</b>
23.10 <b>Komisař Montalbano</b>	01.05 <b>Před půlnocí</b>		01.15 <b>Policie v akci</b>	18.00 <b>CZ &amp; SK</b>
01.05 <b>AZ-kvíz</b>	01.30 <b>Za našima humny</b>		02.10 <b>Námořní vyšetřovací služba XI (3)</b>	19.00 <b>Óčko hity</b>
01.30 <b>Z metropole, Týden v regionech</b>	01.55 <b>Ta naše povaha česká</b>			21.00 <b>KOTÁK LIVE</b>
	02.25 <b>Hlavačkovo a Grebeničkovo Uherské Hradiště</b>			21.30 <b>Hot hity</b>
				22.00 <b>NAKED ATTRACTION SVÉRSKO</b>
				22.50 <b>Óčko flirt</b>






## TV PROGRAM NA 27. 1.

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
				
20.10 <b>Inspektorka Candice Renoirová IV</b> Krimiseriál (Fr, 2016)	20.00 <b>Stanley Tucci a všechny chutě Itálie II</b>	20.20 <b>Chalupáři (8)</b> Režisér. Komedijní seriál (ČR, 1975)	20.15 <b>Polabí (37)</b> Rodinný seriál (ČR, 2026)	16.50 <b>Óčko hity</b>
21.00 <b>Četnické humoresky (4/39)</b> Beáta. Krimiseriál (ČR, 2000)	20.45 <b>Únos Zaremy</b>	21.20 <b>Comeback</b> Komu zvoni hrany / Zlatá ledvina. Sitcom (ČR, 2010)	21.35 <b>7 pádů Honzy Dědka</b>	17.00 <b>3x3</b>
22.20 <b>Snowboardáci</b> Komedie (ČR, 2004)	21.40 <b>Letecké katastrofy</b>	22.40 <b>Na Vaší straně</b>	22.40 <b>7 pádů Honzy Dědka</b>	17.45 <b>Óčko hity</b>
00.05 <b>Sága rodu Hardaců (4/6)</b> Dramatický seriál (VB, 2024)	22.30 <b>Odhalené krásy</b>	23.15 <b>Kriminálka Las Vegas XV (4)</b>	23.55 <b>Ano, šéfe!</b>	18.00 <b>CZ &amp; SK</b>
00.50 <b>AZ-kvíz</b>	23.15 <b>Pompeji (1/2)</b>	00.10 <b>Kriminálka Las Vegas VII (6, 7)</b>	01.05 <b>Policie v akci</b>	19.00 <b>Óčko hity</b>
01.15 <b>Zajímavosti z regionů</b>	00.00 <b>Evropa dnes</b>		02.00 <b>Námořní vyšetřovací služba XI (5, 6)</b> Krimiseriál (USA, 2013)	20.00 <b>Soundtracky</b>
	00.30 <b>Televizní klub neslyšících</b>		03.50 <b>Policie v akci</b>	21.00 <b>KOTÁK LIVE</b>
	00.55 <b>Cesta za školou</b>		04.50 <b>Libovky Pepy Libického</b>	21.30 <b>Hot hity</b>
	01.25 <b>Před půlnocí</b>			22.00 <b>NAKED ATTRACTION SVÉRSKO</b>
				22.50 <b>Óčko flirt</b>

## TV PROGRAM NA 28. 1.

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
				
20.10 <b>Vyprávěj</b> 21. srpen. Seriál (ČR, 2009-2013)	20.00 <b>Modrá krev IV (4/10)</b>	20.20 <b>Výměna manželek XIX (4)</b>	20.15 <b>Kamarádi (82)</b> Rodinný seriál (ČR, 2026)	14.00 <b>Óčko hity</b>
21.05 <b>Pustina (4/8)</b> Seriál (ČR, 2016)	21.00 <b>V karavanu po Slovinsku (4/6)</b>	21.40 <b>Bachelor Česko II (19)</b>	21.40 <b>Show Jana Krause</b>	15.00 <b>YouTube chart: Česko</b>
22.05 <b>Mimořádná událost</b> Komedijní drama (ČR, 2022)	21.30 <b>Americký voják</b>	23.05 <b>Kriminálka Las Vegas XV (5)</b> Krimiseriál (USA, 2014)	22.35 <b>Show Jana Krause</b>	17.00 <b>3x3</b>
23.50 <b>Inspektorka Candice Renoirová IV</b> Krimiseriál (Fr, 2016)	22.00 <b>Bojovník</b> Krimidrama (Fr., 1983)	00.05 <b>Kriminálka Las Vegas VII (8)</b> Krimiseriál (USA, 2006)	23.50 <b>Ano, šéfe!</b>	17.45 <b>Óčko hity</b>
00.40 <b>AZ-kvíz</b>	23.55 <b>Zabijte diktátora</b>	00.55 <b>Kriminálka Las Vegas VII (9)</b> Krimiseriál (USA, 2006)	01.00 <b>Policie v akci</b>	18.00 <b>CZ &amp; SK</b>
01.10 <b>Kuchařská pohotovost</b>	00.50 <b>Princ Evžen a osmanská říše (1/2)</b>	01.50 <b>Kriminálka Las Vegas XV (5)</b> Krimiseriál (USA, 2014)	02.00 <b>Námořní vyšetřovací služba XI (7, 8)</b> Krimiseriál (USA, 2013)	19.00 <b>Óčko hity</b>
	01.45 <b>Před půlnocí</b>	02.30 <b>Víkend</b>	03.50 <b>Policie v akci</b>	20.00 <b>O Black List</b>
	02.10 <b>Turnaj, který svět neviděl</b>		04.45 <b>Libovky Pepy Libického</b>	21.00 <b>Hot hity</b>
				22.00 <b>NAKED ATTRACTION SVÉRSKO</b>
				22.50 <b>Óčko flirt</b>

## TV PROGRAM NA 29. 1.

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
				
20.10 <b>Inspektorka Candice Renoirová IV</b> Krimiseriál (Fr, 2016)	20.00 <b>Tajná nacistická věda (2/8)</b>	20.20 <b>Chalupáři (9)</b> Náhradník. Komedijní seriál (ČR, 1975)	20.15 <b>Polabí (38)</b> Rodinný seriál (ČR, 2026)	15.00 <b>Óčko Chart</b>
21.00 <b>Gejzír</b>	20.50 <b>Otcové průmyslu (4/10)</b>	21.30 <b>Bachelor Česko II (20)</b>	21.35 <b>Inkognito</b>	17.00 <b>3x3</b>
21.30 <b>Máte slovo s M. Jilkovou</b>	21.20 <b>Naše lázně (1/10)</b>	23.10 <b>Kriminálka Las Vegas XV (6)</b> Krimiseriál (USA, 2014)	22.40 <b>Inkognito</b>	17.45 <b>Óčko hity</b>
22.30 <b>Na stopě</b>	21.50 <b>Osvětím: Hlasy přeživších (3/5)</b>	00.10 <b>Kriminálka Las Vegas VII (10, 11)</b> Krimiseriál (USA, 2006)	23.50 <b>Ano, šéfe!</b>	18.00 <b>CZ &amp; SK</b>
22.55 <b>Případy detektiva Murdocha XVIII</b> Krimiseriál (VB/Kan., 2024)	22.30 <b>Největší apokalypsy dějin II (4/6)</b>	02.00 <b>Kriminálka Las Vegas XV (6)</b>	01.00 <b>Policie v akci</b>	19.00 <b>Best of MARPO</b>
23.45 <b>Pustina (4/8)</b>	23.25 <b>Zapomenutí lidé Indie</b>	02.45 <b>Babíčovovy dobroty VI</b>	02.00 <b>Námořní vyšetřovací služba XI (9, 10)</b> Krimiseriál (USA, 2013)	20.00 <b>Soundtracky</b>
00.45 <b>AZ-kvíz</b>	00.15 <b>Československý filmový týdeník 1976 (1602/2379)</b>		03.50 <b>Policie v akci</b>	21.00 <b>Top 4 Óčko chart</b>
	00.30 <b>Křesťanský magazín</b>		04.45 <b>Libovky Pepy Libického</b>	21.20 <b>Hot hity</b>
				22.00 <b>NAKED ATTRACTION SVÉRSKO</b>
				22.50 <b>Óčko flirt</b>



KLINICKÉ TESTY PROVEDENÉ VÝZKUMNÝMI STŘEDISKY V USA POTVRZUJÍ:

# OSVOBODÍTE SE OD BOLESTI KLOUBŮ BĚHEM NĚKOLIKA MINUT

Revoluční biomagnetické náplasti nenávratně eliminují zdroj chronické bolesti kloubů a páteře

Přetištěno  
z **Health News Today**

**Autor:** John Webster,  
vědecký novinář



minutách od aplikace jediné náplasti.

Vypravil jsem se do Connecticutu, abych si osobně promluvil s profesorem Andrew Scottem, jedním z tvůrců této

naprosto průlomové metody boje proti bolesti. Zde je úryvek z rozhovoru:

## Na jaké druhy bolesti působí náplasti Magnetum Arthro?

**A.S.:** Náplasti působí na různé druhy bolesti kloubů a páteře, jak akutní, tak chronické. Zejména je doporučuji osobám trpícím na:

- artritidu
- fibromyalgii
- bolest zad
- bolest ramen, krku, hlavy
- ischias
- syndrom karpálního tunelu
- zánět svalů a šlach
- kýlu
- bolest po úrazech
- otok, křeče



Prof. Andrew Scott

## Jak rychle je možné očekávat účinky?

**A.S.:** Mnoho osob hlásí výrazné snížení bolesti již během 5–7 minut od aplikace 1. náplasti. V pokročilejších případech silné, dlouhodobé bolesti může minout pár dní, nebo dokonce několik dní, než se začne bolest snižovat.

## Jakým způsobem náplasti Magnetum Arthro bojují proti bolesti?

**A.S.:** Silné magnetické pole generované náplastmi **precizně proniká do bolestivých tkání**, stimuluje regenerační procesy v organismu, zlepšuje cirkulaci krve a potlačuje mikrozáněty v tkáních, které jsou příčinou každého typu bolesti.

Každá náplast vyzařuje bezpečné biomagnetické vlny o síle 2000 Gaussů, které okamžitě pronikají do tkání do hloubky až 9,5 cm, **okamžitě blokují impulzy bolesti** a stimuluje zklidňující a regenerační procesy. Okysličením a výživou tkání vzrůstá až o 157 %. **Mizí záněty, zduření a otoky**, které doposud zhoršovaly bolestivé potíže.

Stačí nalepit náplast na bolestivé místo na těle. Již během prvních minut bolest mizí a v poškozených tkáních začíná proces jejich obnovy. A ještě jednou připomínám – **nezáleží na tom, zda bolest vychází z kolen, kyčlí, zápěstí, kotníků nebo páteře**, nebo je těžké jednoznačně určit její zdroj. Náplasti **Magnetum Arthro** bojují proti každému druhu bolesti.



## Existují studie, které potvrzují účinky náplastí?

**A.S.:** Účinnost magnetoterapie při léčbě bolesti kloubů a svalů byla potvrzena klinickými studiemi v USA i Evropě. Výsledky opublikované v *Medical Journal of Britain* ukazují:

**1. Degenerace kloubů:** 4týdenní používání biomagnetických náplastí u 60 osob s degenerací kolenních kloubů výrazně snížilo bolest a zlepšilo funkci kloubů.

**2. Bolesti páteře:** Ve studii 100 osob s chronickou bolestí dolní části páteře se magnetoterapie ukázala jako účinnější než standardní farmakologická léčba.

**3. Revmatická artritida:** 8týdenní terapie biomagnetickými náplastmi u 40 účastníků snížila bolest, ztuhlost a otoky, což vedlo k regeneraci kloubů.



Náplasti zmírňují bolest tím, že eliminují její zdroj na mikrocelulární úrovni. Přinášejí úlevu při bolestech svalů, kloubů a zad, nezávisle na příčině.

**M**ám tu čest vás informovat o průlomovém řešení pro osoby trpící na chronické bolesti kloubů a páteře. Tým vědců z Centrálního Institutu Revmatologie v Connecticutu vyvinul inovativní metodu proti bolesti. Jedná se o **biomagnetické náplasti Magnetum Arthro, které nenávratně bojují proti bolesti a stimulují regeneraci kloubů, nezávisle na příčině a stupni pokročilosti potíží.**

## 3 tajemství účinnosti náplastí

**Průlomová technologie** – náplasti **Magnetum Arthro** využívají pokročilou magnetoterapii, která působí terapeutickým magnetickým polem na nejhlubší tkáňové struktury.

**Nejvyšší výkon** – každá náplast obsahuje speciální polarizované biomagnety s bezpečnou silou až 2000 Gs, které zaručují rychlou úlevu od bolesti.

**Cílené působení** – jedinečný systém umožňuje umístit náplast na bolestivé místo na těle, čímž zaručuje precizní, cílené působení a okamžitou úlevu.

## Síla magnetoterapie proti bolesti

Magnetické pole stimuluje přirozené regenerační procesy organismu, snižuje záněty a urychluje hojení tkání. Náplasti proti bolesti **Magnetum Arthro** využívají tuto technologii a dodávají precizně kalibrované magnetické pole přímo do zdroje bolesti. Úleva je cítit již po několika



„Trpěla jsem dlouhodobou bolestí kolen, kvůli které jsem nemohla normálně chodit. Od té doby, co používám tyto

náplasti, bolest ustoupila a já si můžu užívat každodenní procházky.“

**Jana Prokopová, Louny**

## Jak získat biomagnetické náplasti na bolest Magnetum Arthro?

Toto je oficiální premiéra náplastí **Magnetum Arthro** v Česku. V souvislosti s tím hlavní distributor připravil pro Čtenáře až **100 propagačních balení**. Můžete získat jedno z nich zcela **ZDARMA**, pokud zavoláte ještě dnes na číslo speciální infolinky. Bezplatná balení přípravku budou automaticky přidělena všem volajícím. Pospěšte si! **Rozhoduje pořadí přihlášek.**

**Akce platí do 30.01.2026 nebo do vyčerpání zásob.**

Zavolejte: **555 441 749**

Infolinka je k dispozici od pondělí do pátku v hod. od 8:00 do 20:00, v sob. a neděl. 9:00 do 18:00. (Běžné místní volání bez dalších poplatků)

