

DOBRÁ ZPRÁVA. LEDECKÁ MÁ FORMU JAKO HROM

ČESKÉ UNIVERZÁLCE SE PŘED OLYMPIÁDOU DAŘÍ I NA LYŽÍCH STRANA 15



metro



PRAHA

Pondělí, 24. ledna 2022

Č. 16, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Milena

mojemetro | denikmetro

Jehly, špína a hluk. Sociální byty čílí lidi

Praha 9. Starousedlíci si stěžují deníku Metro na zhoršující se kvalitu života. **Městské byty.** Důvodem je chování lidí v bytech pro znevýhodněné. **Magistrát.** Patří Praze, ta problém řeší, ale podle opozice málo STRANA 14



Na kroměřížském výstavišti se v sobotu konal entomologický výměnný den spojený s prodejní výstavou. ČTK

Cuc na kládě v čokoládě

Nanuky zná asi každý milovník zmrzliny. Pochoutku tohoto typu s názvem Eskimo Pie si před sto lety nechal v USA patentovat dánský imigrant Christian Kent Nelson. STRANA 8

Špindl ve dne i v noci

O víkendu jsme vyrazili do neznámějšího českého lyžařského střediska. Jaké je lyžování na Medvědině, kolik tu utratíte a kam se vydat po setmění? STRANA 14

INZERCE



Lacalut aktiv
zubní pasta 75 ml

ZA 1 KS PŘI KOUPÍ 2 KS

89⁹⁰

59⁹⁰



16 rolí, 2-vrstvý

Harmony
2-vrstvý toaletní papír, 16 rolí

-36%

109⁹⁰
69⁹⁰

cena za 1 roli 4,37

KAŽDÝ DEN
BOMBA
CENY



www.tetadrogerie.cz

Akce platí do 31. 1. 2022 nebo do vyprodání zásob.

9 771211 781002 2 20 16



Láskyplné tetičce ze zoo už je padesát

Nejstarší členka skupiny goril nížinných z trojské zoo, samice Kamba, v sobotu oslavila 50. narozeniny. „Kamba se narodila ve volné přírodě v roce 1972, její rodiče zabili pytláci, když jí byly asi dva roky. Poté postupně žila v několika zoologických zahradách, ale po desítky let jí nebylo dopřáno poznat funkční gorilí skupinu. Tu našla teprve u nás, kdy se začlenila do Richardovy rodiny a stala se láskyplnou ‚tetičkou‘ zdejších mláďat,“ přibližuje životní osudy gorilí samice ředitel Zoo Praha Miroslav Bobek.

ČTK

Rok 2021 byl rokem ježků

Zraněných zvířat v hlavním městě přibývá. Nejvíce jich ale bylo před dvěma lety.

Pracovníci jinonické záchranné stanice pro volně žijící živočichy loni přijali 5275 zvířat 138 druhů. Stanice se loni například starala o 786 ježků, což byl nejvyšší počet v historii. „Rok 2021 byl výjimečný příjmem velkého množství ježků. Celkem jsme jich přijali 786, z toho bylo více než 280 osiřelých ježčích mláďat. Důvodem vysokého počtu přijatých ježků mohou být vhodné klimatické podmínky pro opakované vrhy ježků, ale zároveň více střetů s aktivitami člověka,“ uvedla Petra Fišerová, mluvčí organizace Lesy hlavního města Prahy (LHMP), která záchrannou stanici provozuje.

Nejčastěji se do Jinonic dostávali živočichové, kteří utrpěli zranění. Obvykle šlo o střety s vozidlem nebo o nárazy do překážek, jako jsou skleněné plochy nebo trolejové vedení. Dvě třetiny zvířat

v záchranné stanici loni tvořili ptáci. V péči pracovníků skončilo také 219 zajíců, 114 veverek, zhruba stovka netopýrů a 50 srnců. Počet zraněných či jinak handicapovaných zvířat, které stanice ročně přijme, podle mluvčí v posledních letech stoupá. Zatímco například v roce 2017 bylo nově přijato 4134 zvířat, v roce 2021 jich bylo zhruba o tisíc více. Dosud nejvíce zvířat bylo přijato v roce 2019, kdy se pečovateli starali o 5368 živočichů.

Stanice v Jinonicích funguje od roku 2012. Práci záchranářů mohou lidé podpořit finančním příspěvkem nebo adoptí některého z trvale handicapovaných zvířat, která se už nemohou vrátit do volné přírody a zůstávají proto v péči záchranářů. Loni stanice finančně podpořilo asi 600 dárců, kteří zaslali zhruba jeden milion korun. Seznam zvířat, která lze adoptovat, je na webu záchranné stanice.

Současná kapacita stanice už podle zástupců LHMP nestačuje. V plánu je proto postavit nový areál s větší kapacitou, díky čemuž bude možné ročně k ošetření přijmout až deset tisíc zraněných volně žijících zvířat. ČTK

Krátce

Nové přístřešky

Městská firma Technologie hlavního města Prahy pokračuje s výměnou přístřešků na zastávkách MHD, zatím ji dokončila nebo zahájila na 24 místech v metropoli. Do června firma plánuje nahradit zhruba 300 z přibližně 700 přístřešků, které do-

sud provozovala firma JCDecaux. Té loni vypršela smlouva a město se rozhodlo ji neprodlužovat.

Pohřby žehem

V hlavním městě se pohřbívá žehem od roku 1921, kdy zahájilo provoz provizorní krematorium na olšanských hřbitovech.

Brzy však přestalo kapacitně stačit, a radní proto rozhodli, že ve Strašnicích vznikne krematorium nové, které bude lépe odpovídat potřebám hlavního města. Za přítomnosti tehdejšího pražského primátora Karla Baxy se před devadesáti lety, 23. ledna 1932 konalo jeho slavnostní otevření. ČTK

INZERCE

BE GREAT TOGETHER

Protože kolem nás je energie, která chladí, dodává teplo a objímá nás, můžeme se v každodenním životě těšit z hojnosti.

Korea Hydro & Nuclear Power spolu s Českou republikou vytváří hojnost v našem každodenním životě.

Energie, kterou vytváříme společně



Zapomenutý švec: Spravím i napůl sežranou botu



Andrej Němec má svou práci rád. Jen jí má v posledních dnech málo. MARTIN HOFFMANN

Do barrandovské opravy obuvi Andreje Němce se v posledních dnech lidé moc nehrnou. Přesto je z něj celebrita.

Vládní opatření zavedená proti šíření koronaviru způsobila v minulosti drobným pražským podnikatelům nemalé ztráty. A to zdaleka nejen těm, kteří měli jednu dobu zakázáno pracovat. Mnozí obyvatelé hlavního města se do dnešních dnů často podvědomě drží více doma. A méně než kdy jindy je napadne najít si chvilku na něco tak triviálního, jako je oprava obuvi.

Své o tom ví Andrej Němec, do jehož malé opravy obuvi vedle vchodu do supermarketu na barrandovském Tilleho náměstí zavítá v posledních týdnech jen pár lidí denně.

„Ševcovinu dělám celý život. Na Barrandově působím čtrnáct let. Nezažívám teď úplně ideální časy. Občas jsem rád, že se mi trochu nakupí práce a mám alespoň na nájem. Tento měsíc se to, zdá se, podaří,“ říká pro deník metro Němec.

Výlet za kvalitou

Sympatický švec s prošetřeným plnovousem a brýlemi je v posledních dnech hitem

sociálních sítích. Jeden z jeho zákazníků, který si u něj nechal spravit několik párů bot, byl totiž natolik spokojen s výsledkem, že Němcův příběh sdílel i s jeho fotografií na Facebooku. Vlna solidarity na sebe nenechala dlouho čekat. Sympatický obuvník nasbíral stovky komentářů a lajků v nejrůznějších skupinách. Lidé se v nich také zavazují, že si musejí za šikovného ševcem brzy udělat výlet.

„Za dobrým obuvníkem se určitě zajet vyplatí. Když vidím, jaká sebranka opravuje boty v centru Prahy, tak mi jde z toho hlava kolem. Nejsou mnohdy vůbec vycucení a na jejich práci je to znát. Oddělnou práci ale někdy pouhým okem na ulici nepoznáte a někomu to holt stačí,“ dodává Němec, který pokud je horší den, vydělá jen několik set korun.

Fundus neopravuje

O opravování bot ztrácejí zájem nejen Pražané, ale i filmaři z nedalekých Barrandovských ateliérů. Oddělení zdejšího kostýmního fundusu totiž sice za běžných okolností nabízí unikátní kolekci více než 350 tisíc kusů kostýmů, obuvi, vlasenek a dalších kostýmních doplňků. Problém je ale podle Němce v tom, že s odlivem filmařů způsobeným pandemií už není tolik bot, které je třeba opravovat.

„Těch bot tam mají tuším stabilně něco okolo deseti tisíc párů. To teď bohužel kleslo,“ kroučí hlavou obuvník.

Zapadlá provozovna

Opravná obuvi a koženého zboží Andreje Němce se nachází na Tilleho náměstí 793 v Praze 5. Provozovna leží pár kroků od zastávky Chaplino-vo náměstí nebo také Poliklinika Barrandov. Zhruba někde mezi. Na sociálních sítích lidé píšou, že je zelený nápis „Opravy obuvi“, který krámkem zdobí, těžko k nalezení. Podle Němce ale zapadlá provozovna vypadá zcela jinak.

„Je to moje čtvrtá provozovna. Dřív jsem působil v Krkonošské na Vinohradech. Ale dovedete si asi představit ten nekřesťanský nájem. Pak jsem byl na Floře. To mělo zase vadu tu, že to bylo ve sklepech a zejména důchodci se tam nechtěli po schodech dolů moc hrabat. Nu a před Barrandovem jsem byl chvíli u soudní budovy v Praze 10,“ vzpomíná pro Metro Němec s tím, že by se ze svého současného působiště na Barrandově stěhoval jen nerad. Aktivně se totiž podílel na jeho budování.

„Když jsem si před těmi čtrnácti patnácti lety přivydělával vedle v Bille jako brigádník, napadlo mě si tu udělat jednoduchým přepažením malou dílnu. A to se mi také povedlo uskutečnit. Určitě se u mě zastavte, budu rád a opravím všechno. Treba i botu napůl sežranou od psa,“ směje se Němec.



FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosevsky@metro.cz



Moje první volba



NABÍDKA
PLATÍ OD 24. 1.
DO 25. 1. 2022



7,5 kg balení

JARMARK
Čerstvé a zdravé výrobky

* Brambory žluté
pozdní XXL
prané
7,5 kg balení
(=1 kg 8,66)

AKCE

pouze

64,90



CHLAZENÉ
POTRAVINY

KUNIN
Zakysaná smetana
tuk 12 %
190 g
(=100 g 8,37)

-23%

20,90

15,90



250 g-300 g balení

-54%

MILKA
Čokoláda
různé druhy
Max. 10 kusů
na osobu/den
250 g-300 g

109,90

49,90



PLATAN

Pivo
světlé výčepní
Max. 40 kusů
na osobu/den
0,5 l vratná láhev
(=1 l 15,80)

-38%

12,90

7,90

* Nabídka ovoce a zeleniny neplatí pro filiálky:
Ostrov, Praha-Hloubětín, Praha-Palmovka.

Antigeny. Kam s nimi

Vzít, strčit do plastového sáčku, zauzlovat ho, pak ho dát do druhého pytlíku, ten také zauzlovat a vyhodit do popelnice. Tak zní podle největší svozové společnosti v hlavním městě – Pražských služeb správný postup, jak naložit s použitými rouškami a respirátory.

S jednorázovými samotestovacími sadami, kterých Pražané od zavedení povinného testování ve firmách spotřebují daleko více, je postup ještě komplikovanější.

„V žádném případě by použité testy neměli Pražané vyhazovat do kontejnerů určených pro tříděný odpad nebo je volně pohazovat na ulici. V takovém případě představují riziko nejen pro naše pracovníky,“ říká pro Metro mluvčí společnosti Radim Mana.

Dva pytle a desinfekce

Pro manipulaci s testovacími sadami je doporučovaný postup hygieniků, pokud by se jim měli Pražané řídit doslovně, trochu složitý. Plastové pytle, ve kterých by měly

být testy vyhazovány, by měly mít minimální tloušťku 0,2 milimetru. Po naplnění, nejpozději však do dvaceti čtyř hodin, je nutné pytel pevně zavázat a na povrchu ošetřit dezinfekčním prostředkem. Jsou-li použity pytle z tenčího materiálu, je nutné takové obaly zdvojit.

„Plastový pytel proto ještě vložte do druhého pytle a zavazte. Povrch vnějšího pytle ošetřete dezinfekčním prostředkem, až poté zavazáný pytel dejte do černého kontejneru na směsný komunální odpad. Nikdy nenechávejte odpad mimo sběrnou nádobu. Po manipulaci s odpadem si pokaždé pečlivě umyjte ruce mýdlem a teplou vodou nebo použijte dezinfekční gel,“ cituje doporučení hygieniků Mana.

Neodhazovat

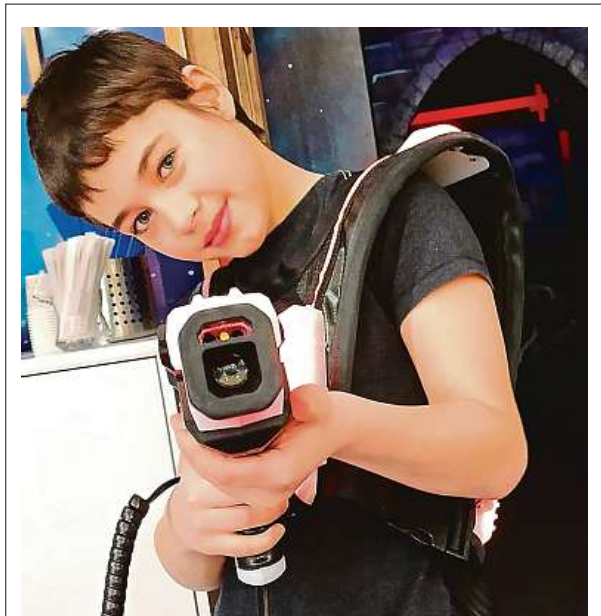
Povinné plošné testování ve firmách bez ohledu na typ úvazku či pracovní smlouvy je platné od minulého pondělka. Od začátku pandemie si přitom pracovníci služeb stěžují, že jim přibyla práce.

Denně totiž z ulic odklízejí odhozené roušky a respirátory. Deník Metro proto zajímalo, zda v těchto dnech dochází také na hromadné odhazování testů na zem, jako se to dělo dříve s ochrannými prostředky.

„Podobnou záplavu jako s rouškami neevdujeme, ale z důvodu masivnějšího testování je dobré připomínat veřejnosti doporučení, jak použité testy správně likvidovat. Je to vlastně taková forma prevence, jak ještě více přispět k ochraně našich kolegů v terénu, a to i v kontextu aktuálně se šířící pandemické vlny,“ vysvětluje pro Metro Mana.

Situace s odhazováním roušek a respirátorů se pak podle něj v metropoli příliš nezměnila.

„Od začátku pandemie ji hodnotím jako téměř totožnou. Stále se ale přikláním k tomu, že pokud se tyto ochranné pomůcky válí na ulici, tak jde spíš o omylené vytroušené než o úmyslné vyhozené,“ doplňuje pro deník Metro Mana. **FILIP JAROŠEVSKÝ**



Laser game jako kroužek

Kam s dětmi po škole? Máme jeden tip! Dopřejte jim zábavu a hru, která rozvine jejich taktické myšlení, reflexy, hbitost, fyziku a k tomu naváží nová přátelství. Kroužky laser game pořádá společnost Mercuria na svých pobočkách v Holešovicích a v Braníku. V loňském roce se tohoto kroužku účastnilo více než 100 dětí. Kroužky probíhají jednou týdně a jsou rozdělené na začátečníky a pokročilé. V Braníku se startuje už dnes, v Holešovicích za týden. Více na Mercurialaser.cz/clenove/krouzek. MET

Devítku trápí, že jí Praha posílá problémové nájemníky

Párty po celou noc a divná individua. Starousedlíci se bouří proti sociálním bytům. Další přitom přibudou.

Zpití lidé, použité injekční stříkačky, nepořádek a špína. To je všední realita okolí některých městských bytů v ulici Bratří Dohalských v Praze 9. Až do nedávna tam byl klid, za poslední dva roky ale magistrát hlavního města postoupil do pronájmu byty sociálně slabým a znevýhodňovaným. Od té doby se problémy jen kupí. Paradoxem je, že problém bují přímo naproti historické budově, kde sídlí radnice devítky.

„Starousedlíkům vadí noví lidé, kteří jsou sestěhováváni magistrátem. Obracují se na nás s žádostmi o pomoc. V tomto místě bydlela jistá část nepřizpůsobivých již předtím, ale nyní je jich už moc. Ten poměr se vychýlil. Víme, že takové problémy jsou také na Praze 14 – Čer-

ném Mostě,“ řekl Metru Adam Vážanský (ODS) místostarosta Prahy 9.

Jednou z dlouholetých obyvatelek, která je ze stávající situace zoufalá, je paní V. pracující jako zdravotní sestra. Nechtěla z obav uvést v Metru celé své jméno, ale redakce její totožnost zná.

„Konkrétně v Praze 9 to začalo s covidem, kdy se začaly problémy v sociálních bytech hrotit. Žiju zde dvacet let a byl tu klid. Nyní sociální bydlení dostanou často lidé, kteří nepracují. Zdá se mi, že se přestává rozlišovat, jestli člověk patří na ubytovnu, či do normálního bydlení. Sousedi vedle měli problém s rodinou, kterou navštěvovaly celé skupiny lidí. Dokonce si zvali i bezdomovce, které sbírali v nedaleké večerce. Nakonec to dopadlo to tak, že v domě se objevily štenice a byt se musel deratizovat,“ říká oslovená obyvatelka. Podotýká, že v městských bytech dlouhodobě bydleli zejména státní zaměstnanci, nyní je ale dostávají problematické rodiny. Dle jejích slov mají problémy i její známí a sousedé.

„Sousedka z druhého vchodu si stěžuje na byt, kde probíhají celé noci párty. Lidé se potřebují vyspat a být ráno svěží do práce,“ podotýká. Do bytu v jiném vchodu se údajně přistěhovala rodina, jejíž členové zjevně trpí duševní poruchou. Sousedé si stěžovali na nepřístojné chování včetně hluku z neurvalých sexuálních radovánek,“ doplňuje zdravotní sestra.

Bytovou politiku má na pražském magistrátu na starosti pražský radní pro bydlení a transparentnost Adam Zábanský (Piráti). Ten o problémech ví, věc ale podle něj není černobílá. „S velkou většinou domácností nejsou problémy. U některých se bohužel objeví, to je riziko, které nelze úplně odstranit. Pokud nějaké problémy nastanou, bytový odbor je řeší, což někdy vede k tomu, že nájemník přestane obtěžovat, jindy dojde k ukončení nájemní smlouvy. Základní podmínka úspěšného řešení stížností ale je, aby se dostaly k bytovému odboru. To se bohužel ne vždy děje,“ říká.

Lidé se proto začali obracet s prosbou o pomoc i na opo-

ziční politiky. Předsedkyně kontrolního výboru Alexandra Udženija (ODS) uvedla, že se na výbor obrátili nájemníci městských domů v Řepích, Modřanech, Malešicích nebo na Střížkově. Stížnosti se podle ní týkají hluku, užívání drog, ale i agresivního chování ze strany některých nových nájemníků.

„Vy vůbec nevíte, co se vám v těch domech děje,“ poslala kritiku směrem k Zábanskému přes ČTK. Dodala, že podle jejích informací mají zaměstnankyně jedné z magistrátem využívaných správních firem zakázáno chodit do jednoho z domů v Praze 14, protože tam byly nájemníky opakovaně napadeny. Zábanský řekl, že to nechá prověřit.

Politici jednotlivých městských částí jsou mnohdy bezmocní, protože sociální byty jsou v majetku velkého magistrátu.

A další problémy možná nastanou. „Víme, že Praha vykoupla ubytovnu DPP, a obáváme se, že tam hrozí podobný problém,“ uzavírá neutěšenou situaci místostarosta Prahy 9 Adam Vážanský. **FRA**

Další městské byty

Praha stále rozšiřuje vlastní bytový fond: v pěti budovách v Praze 9 by mělo vzniknout až 175 bytů.

- Pražský magistrát koupí od dopravního podniku (DPP) pět budov ve Vysočanech. Za stavby, v nichž mají být městské byty, město podniku zaplatí 115,7 milionu korun. Část budov magistrát převede do správy radnice deváté městské části.

- Jednotlivé objekty mezi ulicemi Skloněná, U Kloubových domů a Pod Balkánem se budou postupně rekonstruovat na bytové domy. V krátkodobém horizontu před rekonstrukcí bude jeden z objektů a přilehlá restaurace sloužit jako městský hotel.

- Město v roce 2020 vypsalu tendr na nákup krátkodobých ubytoven, ale žádné vhodné prostory magistrát na volném trhu nenašel.

ZDROJ: ČTK

Česko teď čeká vrchol epidemie

Příznivá situace narazí na počet nově nakažených. Může dosáhnout až 80 tisíc případů.

Epidemie bude v tomto týdnu vrcholit, může být až 80 tisíc potvrzených nálezů denně. Covid se začne přesouvat do seniorské populace. V pořadu České televize Otázky Václava Moravce to řekl ministr zdravotnictví Vlastimil Válek.

Ministr včera řekl, že by dnešní testy mohly prokázat kolem 50 tisíc nakažených, ve středu očekává až 80 tisíc pozitivních testů. Počty nakažených budou klesat ve školách. „Vrcholem bude komunitní šíření mezi lidmi nad 65 let,“ řekl ministr zdravotnictví.

Omikron zvládneme, říká Prymula i Válek

Koronavirovou variantu omikron, která nyní převládá, by kapacita českých nemocnic měla zvládnout. V nedělním pořadu Partie CNN Prima News to řekl epidemiolog a poradce prezidenta Roman Prymula.

• Britská data podle něj ukazují, že s variantou omikron skončí v nemocnici asi 1,5 procenta nakažených. S tím, jak se bude omikronová vlna rozvíjet, by podle něj mohl být problém s velkým množstvím lidí v karanténách. Prymula dodal, že se dá očekávat nárůst počtu hospitalizovaných, ale i to nemocnice zvládnou.

• S ohledem na povinné testování by se nicméně podle epidemiologa mohl v dalších týdnech či měsících ukázat jako problém nastavený systém karantén, který v prvních fázích vlny smyslu dává, ale později by mohl vést k personálním problémům ve službách včetně zdravotnictví.

• Ministr Válek ujistil, že nedostatek zdravotníků problémem nebude, situaci totiž podle něj vláda předpokládala. „Situace se během týdne až 14 dní začne zlepšovat,“ řekl ministr.

Část odborníků už dříve odhadovala, že na vrcholu epidemie může být až 200 tisíc nově nakažených denně. Podle Války už v Praze začíná epidemie zpomalovat.

Podle Války je asi 100 tisíc seniorů, kteří dosud nemají posilovací dávku očkování a dalších asi 350 tisíc až 400 tisíc lidí nad 60 let, kteří nejsou očkováni vůbec. **IDNES.cz**

Krátké



Nejstarší český skaut Eduard Marek

ČTK, 2019

Zemřel nejstarší český skaut

Ve věku 104 let zemřel Eduard Marek, dlouholetý člen skautského hnutí, kterého za druhé světové války věznili nacisté a po únoru 1948 komunisté. Marek, skautským jménem Hroznýš, se podílel na obnovení skautské organizace v roce 1968 i po roce 1989. Byl nejstarším skautem v Česku. V roce 1936 nastoupil jako dobrovolník na vojnu k prvnímu leteckému pluku TGM. Po komunistickém puči v únoru 1948 spo-

luzakládal odbojovou skupinu, poté byl za „protistátní činnost“ odsouzen na deset let, na svobodu se dostal za sedm let.

Positivní by se nemuseli 30 dnů testovat

Lidé, kteří měli pozitivní PCR test na covid-19, by se nemuseli 30 dnů od jeho provedení testovat. Navrhuje to ministerstvo zdravotnictví, ve středu o návrhu bude jednat vláda. Změna by mohla platit od pondělí 31. ledna. Informaci přinesl Deník N. **ČTK**

Netflix. Jihokorejci umí točit i reality show



Více najdete na

WWW.METRO.CZ

Nejen Hra na oliheň. Filmaři z Jižní Koreje přicházejí s další peckou. **NETFLIX**

Už jste stihli zkontrolovat všech osm dílů seznamovací reality show Peklo pro nezadané, která měla na Netflixu premiéru kolem Vánoc? Pokud ne, tak to koukejte napravit. Nejde totiž jen o to, že se v tomhle odpočinkovém pořadu dvanáct atleticky vyhlížejících mužů a žen snaží uniknout z opuštěného ostrova tím, že vytvoří páry. Podobný koncept diváci už viděli jinde a jindy. Jihokorejci jsou ale svérázoví. A v tom tkví i kouzlo téhle vztahovky. „Až po zhlédnutí novinky s názvem Peklo pro nezadané jsem se přesvědčil o tom, že koukat na podobný typ pořadu nemusí nutně zname-

nat hluboký ponor do rozbouřených vod hormonů, falešných úsměvů, paruk a umělých řas,“ píše o novince na Netflixu redaktor deníku Metro Filip Jaroševský. Ten ve své rubrice Strážce streamu na webu Metro.cz připomíná, že filmaři z Jižní Koreje umí kromě seriálů – Netflix nedávno uvedl oceňovaný flák Hra na oliheň – natočit perfektní reality show.

Speciální rubrika Strážce streamu každý týden představuje novinky a zajímavosti ze světa seriálů nebo filmů na streamovacích kanálech. Více najdete na Metro.cz, ve vyhledávací zadejte heslo „strážce streamu“. **MET**

INZERCE

LOS, KTERÝ VÁM MŮŽE NOSIT AŽ 100 000 Kč MĚSÍČNĚ CELÝCH 5 LET

SAZKA LOSY

Setři a vyhraž

Ministerstvo financí varuje: Účastí na hazardní hře může vzniknout závislost! 18+

Úroveň v Česku

86

Ekonomická úroveň ČR loni klesla na 86 % průměru 19 zemí eurozóny. Podle odhadů ministerstva financí tam zůstane i letos. ČR by i tak na tom mělo být lépe než Polsko, Maďarsko, Slovensko, Portugalsko nebo Španělsko.

Spor s Poláky pokračuje

50

ČR trvá na náhradě 50 milionů eur za škody způsobené těžbou v hnědouhelném dole Turów u českých hranic. To Polsko odmítá. Spor pokračuje. Jde v něm o problematický důl, který Čechům zhoršuje životní podmínky. 2x ČTK

Krátkce

Seniorka roku. „Strčíme mladé do kapsy“

Výčet jejich aktivit je dlouhý, a to i přesto, že jí je 73 let. Vilma Svobodová z Loun získala titul Seniora roku 2021. „Věk mě neomezuje, všechno je v mozku. Senioři nejsou rizikovou skupinou. Mnozí starší strčí mladochy do kapsy,“ říká.

Česká firma pro auta značky Tesla

Koh-i-noor holding rozvíjí v závodě v Rožnově pod Radhoštěm výrobní program pro elektrické automobily značky Tesla. Jsou to výlisky a bezpečnostní sestavy. I v závodě ve východočeské Poličce chce holding do budoucna vyrábět díly pro elektroauta. IDNES.cz



Sníh a mráz

Krásné víkendové počasí vytáhlo do hor stovky lidí. Ačkoli se parkoviště plnila, na svazích se lyžovat dalo parádně. Snímek nahoře vznikl ve Ski areálu Šacberk na Jihlavsku. Mráz, ačkoli neklesal nijak hluboko pod nulu, udělal radost otužilcům, kteří vyrazili k Bečvě ve Vsetíně. 2x ČTK



Covid přinesl další možnosti, nastroval on-line vzdělávání

Poslední rok znamenal velký příliv uživatelů nejen pro internetové obchody, ale také pro platformy pro on-line vzdělávání. Mezi ty největší v Česku patří služba Kurzy-ProRadost.cz se čtvrt milionem uživatelů, jejíž zakladatel Pavel Fara se však tvorbě videokurzů věnuje už deset let. „Spousta Čechů má co naučit ostatní,“ říká v rozhovoru pro deník Metro Fara.

Jak konkrétně se do rozvoje on-line vzdělávání v Česku promítla pandemie?

V různých segmentech určitě různě, ale celkově přinesla covidová krize zrychlení celého vývoje. Hodně lidí objevilo vzdělávání přes videokurzy a kupovali dárkové poukazy pro své blízké, což otevřelo svět on-line vzdělávání dalším uživatelům. Také se potvrdilo, co vidíme už dlouho – že je opravdu spousta Čechů, kteří mají co naučit ostatní. Mnoho lidí s nějakou dovedností se začalo zajímat, jak by ji mohli předat v on-line prostředí, a zjistili, že to není jen tak a potřebují partnera, který ví jak na to. Že nestačí něco hezky natočit, což samo o sobě není lehké, a vystavit to na YouTube. Že získat pro videoobsah také zákazníky, kteří si ho budou

chtít koupit, je úkol pro zkušeného marketéra.

Co čeká oblast online vzdělávání v nejbližších letech?

Covid byl akcelerátorem vývoje a nebyť pandemie, došla by oblast on-line vzdělávání do současné situace až za pět, možná deset let. Přesto jsem přesvědčen, že trh on-line vzdělávání má ta nejlepší léta teprve před sebou. Bude se vylepšovat forma, víc to bude také o interaktivním obsahu. Sami vidíme, že to je jedna z největších výzev. U živě vysílaných webinarů hraje velkou roli technologická vybavenost a zkušenost u samotných lektorů. S tím je potřeba se učit pracovat, aby i kurzy vysílané živě z domova či dílny samotného lektora nabízeły stejnou kvalitu jako ty předtočené a sestříhané.

Video kurzy se dají dělat na mnoho různých témat. Jak vybíráte, které téma zpracujete?

Při rozhodování, které kurzy natočit, se díváme na potenciál zaujmout lidi a obohatit je. Výsledná odezva je někdy také překvapením. Například jsme si nebyli jistí tématy obličejové masáže nebo masáže miminek, ale nakonec jsou velmi úspěšné. Mezi top



Video kurzy natáčí už deset let.

ARCHIV PAVLA FARY

kurzy patří kreslení pravou hemisférou s výtvarnicí Petrou Cibulkovou. Nejvíce nás ale překvapil kurz řezu ovocných stromů. Od něj jsme rozhodně nečekali, že nakonec bude jedním z nejprodávanějších. K výběru je tedy potřeba přistupovat i s určitou pokorou a nedělat, že máme patent na rozum. Jsou také témata, která bych velmi rád zpracoval, ale zatím se na ně nenašel vhodný lektor, třeba kreslení na tabletu.

Co dalšího byste poradil lidem, kteří by chtěli rozjet vlastní internetové podnikání?

Aby se zaměřili na vlastní unikátnost a vyhnuli se kopí-

rování. Že někomu úspěšnému něco dobře funguje, ještě neznamená, že to bude dobré pro mě – spíš naopak. Mám s tím osobní zkušenost, když jsme hledali zkratku k vylepšení webu. Přišel jsem se zdánlivě skvělou myšlenkou, že se podíváme, jak to mají velcí světoví hráči trhu s on-line kurzy. Řadu věcí jsme v podstatě okopírovali od jednoho z nich... a byla to cesta do pekla. Ze špatně fungujícího webu se stal web ještě horší a zhruba na půl roku jsme tak padli úplně na dno. Prostě jsem si myslel, že je to hlavně o designu webu, ale velmi rychle do toho začala promlouvat naše specifika, třeba vlastní věrnostní program

a funkcionality, na které prostě není šablona. Všechny mají společné jmenovatele jako vřídlost, přátelskost, srozumitelnost. To, co vás odlišuje od ostatních, je prostě potřeba vypíchat vlastnoručně.

Celkově je na internetu k dispozici velké množství různých videonávodů a kurzů. Jak rozpoznat ty skutečně dobré od nekvalitních?

Na platformách s obsahem zdarma, jako je YouTube, platí taková ta klasika, která poukazuje na kvalitu – hodnocení uživatelů, celkový počet zhlédnutí a audiovizuální kvalita. V oblasti placeného obsahu bych řekl, že je hodně důležité to, zda máte možnost se podívat na ukázky předtím, než zaplatíte. Také je už standardem nabízet vrácení peněz v případě, že uživatel obsah zhlédne a zjistí, že není spokojený. Samozřejmě zbystřete i podle toho, co je to za typ vzdělávání. Když vás bude neumět učít malovat, vem to čert. Ale pokud jde o různé zásahy do zdraví, jako se třeba v poslední době objevují všelijaké pochybné metody detoxikace organismu – tomu bych se určitě vyhnul. Chce to aplikovat kritické myšlení. MICHAL VEČEŘA

STOP MOČENÍ DO SPODNIHO PRÁDLA!

Děky této metodě můžete zbavit se pomočování EFEKTIVNĚ A TRVALE

REVOLUČNÍ METODA POMŮŽE TI PŘEVZÍT KONTROLU NAD MĚCHÝŘEM

Potřebujete chodit na toaletu stále více? Dělá se vám skvrna? Žijete v neustálém strachu, že vás pustí v nejméně vhodné chvíli? Díky revoluční receptuře se již nikdy nebudete potýkat s pocitem studu a vyloučení z úniku moči. Přijďte se ke 156 834 Čechům, kteří za pouhých 14 dní odstranili ze svých životů mokré nehody. Vyzkoušejte nový vzorec a získajte 100% dotaci od výrobce.

A KDYBYSTE SE ZBAVILI TOHO OTRAVNÉHO PROBLÉMU?

Pravidelné používání přípravku může být neocenitelnou podporou v procesu posilování pánevních svalů, může také pomoci k větší pružnosti stěn močového měchýře. Navíc se doba mezi vznikem tlaku a nutností použití toalety prodlouží až o 3 hodiny, takže máte pocit jistoty, že máte situaci pod kontrolou. **Využijte program úhrad od výrobce a získajte přípravek bez narušení vašeho rozpočtu.**

„POMOČOVÁNÍ JE MINULOSTÍ“

Výsledky analýz, které jsme získali, jednoznačně naznačují, že složky obsažené v přípravku využívají přirozené regenerační schopnosti těla a dokážou tedy obnovit správný reflex vyprazdňování močového měchýře i po cca 14 dnech. S hrdoostí můžeme říci, že jde o mimořádně účinný a každému dostupný přípravek, který si poradí s nekontrolovaným únikem moči bez ohledu na příčinu jeho vzniku.



Prof. Matthew Dery, expert urologie

CO JE DŮVODEM, ŽE JE TATO METODA TAK EFEKTIVNÍ?

Fenomén inovativní formule je založen především na tom, že jde o jediný přípravek tohoto typu a je UNIVERZÁLNÍ. Nezáleží na tom, kolik je vám let, jakého jste pohlaví ne-



„OPĚT MŮŽU VĚNOVAT SE PRACÍ S PLNOU POZORNOSTÍ A RADOSTÍ“

Již první den užívání přípravku jsem si všiml, že tento neustálý pocit tlaku na močový měchýř začal mizet a intervaly mezi používáním toalety se začaly postupně prodlužovat. Asi po dvou týdnech jsem se tohoto problému úplně zbavil. Doporučuji!



Hana, 52 let, Blansko

bo jak dlouho vás trápí nepříjemné, mokré incidenty – nová metoda vám může pomoci znovu získat pohodlí každodenního života až za 14 dní! 9/10 lidí potvrzuje, že po několika dnech se nedobrovolné pouštění v noci, při fyzické námaze, výbuchy smíchu nebo dlouhých procházkách výrazně snížilo. Navíc je to úleva, že si s tím můžete poradit sami, diskrétně a doma. Zda vám puštění ještě zkomplikuje život, nebo se tohoto problému jednou provždy zbavíte, je vaše volba.

PRVNÍ EFEKTY UŽ PO 48 H?

INOVATIVNÍ METODA MŮŽE POMOCI:

- Zredukovat problem nekontrolovaného močení
- Vrátit komfort
- Snížit pocit diskomfortu a trvalého tlaku na měchýř
- Předějit „mokrým problémům“ v budoucnu

ZBAV SE OTRAVNÉHO PROBLÉMU RYCHLE, DISKRÉTNĚ A NATRVALO

Obliba inovativního produktu předčila očekávání výrobců a zásoby ve skladech se rychle snižují. Čím dříve s léčbou



„UŽ SE NEMUSÍM VYHÝBAT SEŠLOSTEM S RODINOU!“

Asi před 2 lety jsem začal mít problémy s močovým měchýřem. Začalo to nevinně a skončilo to odchodem z domu ze strachu, že se nečekaně pustí. Myslím, že neexistují slova, která by vyjádřila, jak hrozný je tento pocit, zvláště pro muže. Nikomu jsem o tom neřekl, protože jsem se jen styděl. Před pár týdny jsem se o tomto novém přípravku náhodou dozvěděl, objednal a hned začal používat. Hned první noc jsem se probudil odpočatý a uvědomil jsem si, že tu noc nemusím ani jednou na záchod - pravděpodobně poprvé po několika letech! Nic mě nebolí, nepálím, na prádle nemám mokré fleky a na záchod chodím jako normální člověk, ne každých 10 minut. Děkuji mnohokrát!



Ivan, 67 let, Děčín

začnete, tím dříve se pro vás puštění stane jen nepříjemnou vzpomínkou. Vzhledem k novému programu úhrad od výrobce máte možnost si tuto metodu zdarma vyzkoušet. Neztrácejte čas a zavolejte nám.

ZDARMA PRODUKT

2022 rokem dobrých změn – využij MEGA slev!

Prvních 100 lidí kteří zavolají do 03.02.2022 obdrží 100% NÁHRADU VÝROBCE!

Zavolejte: **354 978 421**

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

Odpůrci očkování nesou smrt

Svět se vrátí po covidu-19 k téměř normální situaci do několika měsíců. V rozhovoru s izraelskou televizí to řekl šéf americké farmaceutické firmy Pfizer Albert Bourla, jehož společnost vyrábí vakcíny proti covidu-19. Podle Bourly se nyní firma zaměřila na vývoj vakcíny, jež se bude aplikovat jednou za rok a bude účinná proti všem variantám koronaviru. Odpůrci očkování podle Bourly nesou šířením dezinformací odpovědnost za smrt milionů lidí.

AP



Londýn. Obává se o osud Ukrajiny

Britské ministerstvo zahraničí obvinilo Kreml z akcí proti Ukrajině. „Jestliže se Rusko pokusí napadnout Ukrajinu nebo dosadit tam loutkový režim, bude to mít velmi vážné důsledky,“ řekl vicepremiér Dominic Raab stanici Sky News. Zároveň dodal, že je podle něj „extrémně nepravděpodobné“, že by Británie vyslala na obranu Ukrajiny své vojáky.

Britské ministerstvo zahraničí odmítlo poskytnout důkazy na podporu svých obvinění, která přišla v době vysokého napětí mezi Ruskem a Západem kvůli ruskému

shromáždění vojsk u hranic s Ukrajinou. Sdělovalo ale, že ruská vláda uvažuje o bývalém ukrajinském zákonodárci Jevhenovi Murajevovi jako o možném kandidátovi do čela proruského vedení. Pětačtyřicetiletý Murajev označil úřad za zmatený a obvinění za nelogické.

Britské ministerstvo zahraničí dále informovalo, že ruské zpravodajské služby udržují kontakty s „mnoha“ bývalými ukrajinskými politiky, včetně vysoce postavených osobností s vazbami na exprezidenta Viktora Janukovyče. **ČTK**

Krátce

Velké hry se blíží

Organizátoři zimních olympijských her v Pekingu včera oznámili, že odhalili nákazu koronavirem u 72 lidí, kteří přicestovali do Číny, aby se podíleli na chodu her. U 171 sportovců ani u představitelů národních týmů, kteří dorazili do Číny ve stejném období,

tedy od 4. do 22. ledna, se zatím žádný případ infekce koronavirem, nepotvrdil. Olympijské hry odstartují v Pekingu za necelé dva týdny.

Velký den počká

Novozélandská premiérka Jacinda Ardernová zrušila svou svatbu, protože její

vláda včera oznámila nové restriktce proti šíření nakažlivější varianty koronaviru omikron.

Neštěstí u Azor

Pětasámdesátiletý Francouz Jean-Jacques Savin, jenž chtěl překonat Atlantik na veslici, zemřel. Uvedl to jeho podpůrný tým,

kteří v sobotu informoval, že se Savinem ztratil kontakt. Tělo se našlo v kabině jeho kanoe převrácené poblíž Azorských ostrovů.

Covid a hlodavci

Křeček, kterého odevzdal jeho majitel v Hongkongu na výzvu úřadů, měl pozitivní test na koronavirus.

Oznámilo to hongkongské ministerstvo zemědělství. Úřady nařídily utratit přes 2200 křečků ze zverimexů, protože se tam objevil případ nákazy u zaměstnanců a několika zvířat. V Hongkongu jsou nyní uzavřené školy a tělocvičny, restaurace musejí mít od šesté hodiny večer zavřeno. **ČTK**

Cuc na kládě slaví stovku

Vynálezce nanuku se dožil 99 let a své sladké dítě něžně nazval „eskymácký koláč“.

Jmenoval se Christian Kent Nelson (1893–1992), do Spojených států emigroval z Dánska a život mu oslabil zážitek z cukrárny, kterou si založil v městěčku Onawa ve státě Iowa.

Do Nelsonova obchodu jednoho dne zavítal chlapec, který se dlouho nemohl rozhodnout, zda si za své drobné peníze koupí spíš zmrzlinu, nebo čokoládovou tyčinku. Jak připomíná list The New York Times, z Nelsona se v ten moment stal génius. Napadlo jej, aby obě pochutiny spojil, načež po několika pokusech přišel se zmrzlinou v čokoládě, kterou nazval I-Scream Bar.

V roce 1921 se Nelson dohodl s místním výrobcem čokolády Russellem C. Stoverem na její masové výrobě pod no-



Christian Kent Nelson



Původní balení eskima



Pouliční prodej eskima v třicátých letech

3x WIKIPEDIA

vým obchodním názvem Eskimo Pie (eskymácký koláč) a na založení stejnojmenné firmy.

S novým výrobkem zaznamenal Nelson se Stoverem epochální úspěch, prodávali až milion kusů této zmrzliny denně. A právě před sto lety, 24. ledna 1922, byl Nelsonovi přiznán patent na jeho eskymácký koláč.

Poprask v Československu

„Jde o malý, geometrický řečeno, hranol asi tak 9 cm x 4 cm x 3 cm, políty ztuhlou čokoládou, a z čeho myslíte, že ten hranol je? Zmrzlina, samá zmrzlina, a přes ní ko-

lem dokola čokoláda. Jeden člověk to vynaléhal před třemi roky a samozřejmě – je milionářem,“ napsali o eskimu v roce 1925 československé Národní listy.

V Československu eskimo nadobro zdomácnělo až v roce 1934 díky pražskému židovskému obchodníkovi Emilu Probstovi. Jeho podnik však skončil pět let poté, kdy byla celá Probstova rodina deportována do koncentračního tábora v Terezíně.

S chuť do inuitského lovce

V roce 1938 nicméně představila pražská firma Vašata a spol. ve svém automatu na

Václavském náměstí vlastní zmrzlinu v čokoládě pod názvem Nanuk. Její receptura vycházela z americké zmrzliny Eskimo-Pie a její název odkazoval k inuitskému lovcovi Nanukovi, hlavnímu protagonistovi stejnojmenného filmu Roberta Flahertyho z roku 1922.

V Československu pak vyráběl zmrzlinu pod názvem Eskymo i Nanuk po roce 1948 Laktos a popularitu si též získal od roku 1962 dodnes vyráběný tvarohový Míša.

Proč lahodu přejmenovali?

Americká společnost Dreyer's Grand Ice Cream,

kteří je současným výrobcem slavného výrobku, před nedávnem jeho název raději změnila.

Označení Eskimo Pie totiž podle některých kritiků uráželo původní kmen Inuitů žijících na Aljašce, neboť „eskymák“ je chápán jako pohrdavé označení těchto původních obyvatel. „Jsme zavázáni být součástí řešení rasové nerovnosti a uznáváme, že název je nevhodný,“ sdělila společnost v tiskové zprávě.

Od roku 2021 se tak populární zmrzlina jmenuje Edy's Pie podle Josepha Edyho, jednoho ze zakladatelů firmy Dreyer's. **DAVID HALATKA**

VYSOKÁ HLADINA KREVNIHO CUKRU = smrtelné ohrožení!

Snižte hladinu glukózy v krvi za 72 h

Bestseller na snížení hladiny cukru – zjistěte, jak ho získat zcela ZDARMA

Zastavuje rychlé uvolňování inzulínu, snižuje koncentraci cukru v krevním oběhu a pomáhá se vyvarovat nekontrolovaného přejídání – seznamte se s inovativním přípravkem, který stabilizuje hladinu glukózy a za 3 dny vám pomůže snížit hladinu cukru, očistit organismus od toxinů, zbavit se tzv. „mozkové mlhy“ a zhubnout až 1,5 kg!

Víte, že...

zvýšená hladina cukru v krvi může způsobit vážné zhoršení práce srdce a vnitřních orgánů, trávicího, a dokonce i nervového ústrojí? Příliš vysoká hladina cukru je vážnější než jen přílišná ospalost a nadbytečné kilogramy – znamená to především riziko poruchy fungování řady orgánů, nebezpečí diabetického kómatu, nárůst hladiny špatného cholesterolu, který vede ke koronární tepen a dokonce poruchám krevního oběhu, který hrozí např. ztrátou citu v končetinách (tzv. diabetická noha). Nečekejte, až vás nefunkční metabolismus cukrů dovede k vážným zdravotním problémům, ale už dnes zastavte výkyvy cukru, snižte hladinu glukózy, zastavte náhlé uvolňování inzulínu a chraňte se před cukrovkovými komplikacemi – především když k vyrovnání hladiny glukózy potřebujete sotva 1 dávku inovativního blokátoru denně.

Cukrový detox organismu – čas začít!

Fenomén nového blokátoru cukru spočívá v kumulaci aktivních látek s účinky, které **napomáhají zachycení glukózy z krve, stabilizují její hladinu**

VÝKYVY CUKRU A NÁLADY?

Určitě sáhněte po přípravku proti cukrovce č. 1 v Česku:

- Zastavíte výkyvy glukózy a stabilizujete hladinu cukru v krvi za 72 h
- Podpoříte práci slinivky a zrychlíte její regeneraci
- Zbavíte se apatie, únavy, ospalosti, svědění kůže a neustálé žízně
- Zlepšíte svůj zrak
- Zbavíte se útoků vlčího hladu a neřízené chuti na sladké
- Zhubnete až 3 kg za 7 dní
- Snižte hladinu špatného cholesterolu, zbavíte se nadýmání a problémů s trávením

STABILIZACE CUKRU UŽ ZA 25 MINUT PO 1. POUŽITÍ a navíc:

- Štíhlejší postava a zmizení pneumatiky na břichu
- Zbrzdění nadměrné chuti na sladké
- Zlepšení práce slinivky a 2x větší produkce přírodního inzulínu

a snižují inzulínovou rezistenci už během 2–3 dní po užití první dávky. Nikoliv bezdůvodně nazývají odborníci tento výrobek jako

99% uživatelů prohlašuje, že účinnost přípravku předčila jejich očekávání

superúčinný regenerátor činnosti slinivky – převratným přípravkem na potíže lidí, kteří se potýkají s diabetickými komplikacemi, inzulínovou rezistencí nebo sklony k hyperglykémii po jídle. „U 249 z 250 zkoumaných lidí stačilo 6 dní užívání přípravku, aby se upravila hladina cukru, snížila jeho koncentrace v krvi, zastavilo se náhlé uvolňování inzulínu a ulevilo se slinivce – což vede mj. k výraznému zlepšení nálady, zhubnutí 2–3 nadbytečných kilogramů, zlepšením zraku, paměti a kvality spánku, zvýšením hladiny energie a také snížením chuti k jídlu a získání plné vitality,“ potvrzuje Hugo Novák.



Snížení hladiny cukru = štíhlejší břicho a pas

Výzkumy potvrzují, že moderní stabilizátor působí izolačně na slinivku, zvyšuje citlivost organismu na inzulín a účinně upravuje hospodaření se sacharidy – u lidí v každém věku, kteří se potýkají s různými stádii diabetických změn. Přípravek vám umožní udržet v mezích hladiny glukózy a cholesterolu a poskytnete kontrolu nad chutěmi, až 2x rychlejší metabolismus a zcela jednoduché shazování přebytečných kilogramů.

Hugo Novák, dietolog
MedicReporters

Odstraňte nadměrnou chuť k jídlu, ospalost a přebytečné kilogramy

„Je to velmi silný hlídač slinivky, který už během 72 hodin posiluje její buňky, stimuluje organismus

k zvýšené produkci přírodního inzulínu a pomáhá udržet stálou hladinu glukózy před a po jídle,“ tak inovativní přípravek proti cukrovce popisuje odborník MedicReporters Hugo Novák. Právě proto už od prvního použití dochází k výraznému snížení hladiny cukru, úlevě slinivky, úpravě množství inzulínu a snížení rizika hyperglykémie – dokonce po jídle bohatém na sacharidy. Může se jednat



Můj hit na snížení hladiny cukru – i po bohatém jídle

Než jsem objevil tento blokátor – měl jsem hrozné problémy s hyperglykemií po jídle. Nepohodlí po jídle, neustálá chuť na sladké, nafouklé břicho a k tomu neustálá ospalost a problémy se soustředěním – výkyvy cukru mi opravdu dávaly zabrat. Tento výrobek mi pomohl stabilizovat hladinu glukózy, kontrolovat své chutě, a dokonce mi usnadnil snížení hladiny cholesterolu. Efekty jsou patrné už po 3–4 dnech – zmizel vlčí hlad, noční křeče v lýtkách, svědění kůže a všechny jiné příznaky, které diabetici tak dobře znají. Tento produkt rozhodně doporučuji!

Lukáš, 49 let, Kutná Hora



Rozloučila jsem se s prediabetem za několik dní!

Neovladatelná chuť na sladkosti, přejídání a problémy s nadváhou zmizely už po 8 dnech užívání tohoto přípravku. Shodila jsem téměř 3 kilogramy, začala jíst pravidelně a přestaly mě lákat čokolády, sladkosti a bonbony. Cítím se mnohem lépe – už nejsem celý den ospalá, zmizely bolesti hlavy a nadýmání. Tento přípravek mi umožnil ovládnout výkyvy cukru a jsem si jistá, že díky němu se mi už nikdy nevrátí nebezpečný prediabetes. Doporučuji.

Alena, 53 let, Jihlava

o nejsilnější přípravek, který brzdí změny a rozvoj cukrovky, s jakým se diabetici kdy setkali.

Konec výkyvů glukózy – snižte hladinu cukru za 72 h

Můžete si být jisti, že když už během 3 dní stabilizujete hladinu cukru, skončí nepřijemné potíže spojené s příliš vysokou hladinou cukru v organismu jako: ospalost, neustálý nedostatek energie, podrážděnost, křeče v lýtkách, tuhnutí svalů, bolesti hlavy, obtíže se soustředěním, přehnaná chuť k jídlu a neustálá žízeň. Do normy se vrátí také hladina cholesterolu, zmizí problémy s trávicím ústrojím a vy bez námahy zhubnete až 3 kg za 7 dní a získáte kontrolu nad svým tělem. Nečekejte – už dnes se přihlaste pro refundovaný stabilizátor cukru a zastavte nebezpečnou cukrovou houpačku.

2022 ROKEM DOBRÝCH ZMĚN
– využij MEGA slev!

ZDARMA PRODUKT

Prvních 100 osob, které zavolají do 03.02.2022, obdrží od výrobce 100% REFUNDACI PRODUKTU.

Zavolejte: **296 330 892**

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



Sudoku

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

Luštěnka

S	A	K	E	D	
		1			
Č	E	Á	K	E	P
			2		
O	S	T	D	Á	Ž
			3		
O	K	L	A	Ž	R
			4		
T	R	K	O	T	A
				5	




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

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

INZERCE

Týdenní horoskop

24. 1. – 30. 1. 2022

 BERAN 21. 3. – 20. 4. Hodně jste se v lednu snažili věnovat svou energii jistému projektu, ale nakonec to vypadá, že jste v tom sami. Nikdo jiný se nesnaží.	 VÁHY 23. 9. – 23. 10. Potkali jste velice inspirativního člověka, který ve vás zažehl zájem o věci, o kterých jste si mysleli, že vás nikdy nebudou zajímat.
 BÝK 21. 4. – 21. 5. Získali jste pozornost někoho, o koho již delší dobu jevíte zájem. Rádi byste s ním byli v kontaktu, a co bude dál, je ve hvězdách.	 ŠTÍR 24. 10. – 22. 11. Vaše zdraví je u vás na prvním místě, ale stále vás sužuje nějaká choroba. Ležet doma vás už nebaví, a tak býváte často otráveni.
 BLÍŽENCI 22. 5. – 21. 6. Jste až příliš zaneprázdnění osobními i pracovními záležitostmi a vůbec nemáte čas na sebe a své koníčky. Už vás to začíná štítit.	 STŘELEC 23. 11. – 21. 12. Na konci roku jste si řekli, že se sebou musíte něco udělat, ale mučení v posilovně vás vůbec nebaví. Trávíte teď čas venku v přírodě.
 RAK 22. 6. – 22. 7. Už je skoro konec ledna a vy se sami na sebe zlobíte, že se toho u vás nic moc nezměnilo. Možná na sebe jen máte vysoké nároky.	 KOZOROH 22. 12. – 20. 1. Kolegu v práci už nemůžete ani vystát, rozčiluje vás svými hloupými poznámkami. Nebudete se přetvařovat a vše mu na rovinu řeknete.
 LEV 23. 7. – 22. 8. Máte kreativní náladu, a pokud se nemůžete vyřádit v práci, fantazii popouštíte doma. Možná se pustíte do přestavby bydlení.	 VODNÁŘ 21. 1. – 20. 2. Nic vás nemůže rozhodit víc než to, na co tento týden přijdete. Budete z toho chvilku otřesení, ale nakonec se tomu postavíte čelem.
 PANNA 23. 8. – 22. 9. Leden je velice depresivním obdobím a vy víte, že si musíte najít něco neotřelého, co bude celou rodinu bavit a oživit tak šedivé dny.	 RYBY 21. 2. – 20. 3. Dobrá nálada, kterou jste na začátku roku měli, vás rychle opustila. V práci toho máte hodně a ani doma nevládně příjemná atmosféra.

ROK 2022! VAŠE BUDOUCNOST VE VAŠEM HOROSKOPU

VOLEJTE NA 906 70 30 35 NEBO PIŠTE SMS NA ČÍSLO 904 30 55 S KÓDEM 13KL A SVÝM TEXTEM A ZJISTÍTE, CO VÁS ČEKÁ!






Vysněná polovička!

Najdeš ji v roce 2022? Karty prozradí, kde hledat.

Napiš SMS na číslo 904 30 55, kód 24KL a svůj text nebo volej na 906 70 30 35

Tuto službu poskytuje: E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 5, 110 05, technicky zajišťuje Materna, 1 sms/55 Kč vč. DPH, 1 min/70 Kč vč. DPH, max. délka hovoru 17 minut, www.ema.bz, www.platmobilem.cz

Počasí

DNES  1/5 °C	ZÍTRA  2/6 °C	STŘEDA  1/5 °C	ČTVRTEK  2/6 °C	PÁTEK  2/6 °C
--	---	--	---	---

Teplotní rekordy: ↑ -21,2 °C (1942) ↑ 13,8 °C (1834) Bio: ❤️❤️❤️

TV tipy

<p>ČT1</p> <p>16.45 Cestománie 17.15 AZ-kvíz 17.40 Černé ovce 18.00 Události v regionech 18.25 Kde domov můj? 19.00 Události 19.56 Branky, body, vteřiny 20.10 Stíny v mlze (4/12) 21.30 Reportéři ČT 22.10 Za minutu 12 22.40 Život a doba soudce A. K. (4/13) 23.40 Dobrá čtvrt II (3/11) 00.40 AZ-kvíz 01.05 V kondici 01.25 Život a doba soudce A. K. (4/13) 01.55 Kalendárium 02.10 Dobré ráno</p>	<p>ČT2</p> <p>15.50 Dobrodružství vědy a techniky 16.20 Osvětím: Velký útěk 17.10 Letecké katastrofy 17.55 Klenoty s vůní benzínu (3/9) 18.25 Obří dopravní uzly 19.15 Vltava, naše řeka (3/10) 19.25 Československý filmový týdeník 1972 (1393/2379) 19.40 Postřehy odjinud 19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce 20.00 Největší apokalypsy dějin 21.00 Tajemství stavitelů pyramid (4/6) 21.50 Magnolia 00.50 Průsmyk (5, 6/8) 02.35 Queer: Drag včera a dnes</p>	<p>Nova</p> <p>15.55 Kriminálka Miami VII (13) 17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny 17.30 Na lovu 18.25 Ulice (4191) 19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí 20.20 Specialisté (66) 21.15 Specialisté (67) 22.15 Policie Chicago IV (4) 23.05 Kriminálka Miami VII (12) 00.00 Kriminálka Miami VII (13) 00.55 Mentalista (12) 01.35 Policie Chicago IV (4) 02.15 Krok za krokem VI 03.00 Na lovu 03.45 Gympl s (ručením omezeným) (81) 04.45 Novashopping</p>	<p>Prima</p> <p>16.50 Policie v akci 17.50 Prostřeno! 18.55 Hlavní zprávy 19.40 Krim zprávy 19.55 Showtime 20.15 DREAM TEAM – Mistři dílny 21.35 Jak se staví sen – extra 22.40 Jak se staví sen – extra 23.55 Ano, šéfe! 01.05 Policie v akci 02.00 Námořní vyšetřovací služba II (4) Mrtvá neznámá. Krimiseriál (USA, 2004) 03.00 Jake a Tlusňoch V (22) Mickey Daytona. Krimiseriál (USA, 1987-1992) 04.00 Policie Hamburk XI (2)</p>	<p>Óčko</p> <p>06.00 Ranní fresh 09.00 FLASHBACK 11.00 Óčko hity 14.00 Óčko trendy 15.00 Mixxxer e-sport 17.00 Óčko hity 18.00 CZ & SK 18.59 Nebuď dřevák, dej si tělák 19.00 Moje desítka 19.50 Óčko hity 20.30 Over Drive 20.35 Óčko hity 21.30 Naked Warm-up 22.00 NAKED ATTRACTION GERMANY 22.30 Drive 23.00 Óčko flirt Proud klipů ve vzkazy diváků Óčka</p>
--	--	---	---	--

Byty - poptávka

KOUPÍM BYT V PRAZE

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

BYT/ DŮM POPTÁVKA

s přátelky hledáme ke koupi byt a rodinný dům v Lounech, případně a dojezdové vzdálenosti do Loun. V jakémkoli stavu. Děkuje za případnou nabídku. Tel: 731 117 381

• Koupím byt v Praze nejlépe před rekonstrukcí. Jsem přímý kupec a platím hotově. Děkuji za nabídky, P. Grygar. Tel.: 739641969.

• Dobře zaplatím byt v OV, DV. Starší osoby mohou nechat v bytě na dožití bez nájmu. Slušné jednání, právní servis. Děkuji J. Jurdová 725805115

• Hledám obecní byt, nabídnou náhradu/doplatek. Tel. 776363636

• Lékařka koupí byt v Praze v jakémkoli stavu. Okamžitá platba v hotovosti. Tel./SMS: 773109561. RK nevolat.

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

• Vykupujeme byty již od roku 1994!!! Rychlost, hotovost, právní servis. Rodinná Kohout reality. Tel.: 602212121

Nemovitosti - nabídka

Vyplatíme Vaše dluhy!

Vykoupíme Vaši nemovitost a nadále můžete v nemovitosti bydlet

731 911 992

JURIS REAL
real estate

JURIS REAL, spol. s r.o.

Společná realitní a advokátní kancelář Vám nabízí přímý výkup nemovitostí, zprostředkování prodeje, nebo realizaci dražby či aukce na největším dražebním portálu v ČR, kde získáte maximální možnou cenu. Vyřešíme právní vady, dluhy, exekuce.

Možnost okamžité vyplacení zálohy.

737 941 901

www.prodejtojinak.cz

• Prodám rod. dům. Obec Krupá. Celk. výměra 689 m2, dům před rek., zahrada, garáž. T.: 774321289

Nemovitosti - poptávka

KOUPÍM CHATU

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

KOUPÍM DŮM NEBO POZEMEK

v Praze a okolí. Právní vady nevadí. Financování mám zajištěno. RK-nevolat. Tel.: 725 719 745

POPTÁVKA CHATA HORY

koupím chatu/chalupu 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

• Koupím byt v Praze nejlépe před rekonstrukcí. Jsem přímý kupec a platím hotově. Děkuji za nabídky, P. Grygar. Tel.: 739641969.

• Vykoupíme byt, dům, chatu, pozemek, služby notáře hradíme. Vyplatíme zástavy, exekuce, spoluvlastníky. Tel. 776363636

Starožitnosti

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

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

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

Až 1 000 000 Kč za STAROŽITNOSTI obrazy, nábytek, hodiny, hodinky, porcelán, bronz, stříbro, šperky, šavle a jiné zajímavosti
PORADÍM tel.: 603 505 686

Seznámení

• Vitální vdovec 78 let, zajištěný, nezávislý, řidič, hledá seznámení. Tel. 603537149. Zn. Jaro ve dvou.

Výměny

• Specialista na výměny bytů, RD. Tel. 776363636

Finance - nabídka

• !!! Půjčka/úvěr/hypotéka-rychle !!! podn. úvěr, výkup nemov. před exekucí, fin. druž. podílu, přímý soukr. invest., peníze do 48 hod!!!, T: 777705750

Auto-moto - poptávka

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

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

Ostatní

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

Pronájmy - poptávka

• Hledám dlouhodobý pronájem bytu pro 2 os. - menší do 14 tis., větší do 19 tis. Potřebuji: centrum do 30 min., čisto, dobrý stav. RK nevolat. 605845088

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

Služby - nabídka

• Sauna opět v provozu, již od 250 Kč/os. - čas neomezen, 16-21 hod., více info o službách: 720652501, www.sauna-praha9.cz

Hobby - poptávka

• Filatelie Palmovka koupí sbírky známek, starých pohlednic, mincí, vyznamenání a bankovek. Přijedeme, oceníme. Tel.: 734105589, prodejna 284824040.

• Koupím z pozůstalosti staré kožichy, dečky, nábytek, obrazy, kabelky, bižuterii, odznaky, mince, knihy, porcelán, oděvy, housle atd. Tel. 608221020.



Knihy a časopisy

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

VYKOUPIME KNIHY
zaplatíme hotově á **2000,- Kč**
za jednu banánovou krabici knih.

Než prodáte své knihy, porovnejte **CENOVOU NABÍDKU!**

Telefon: **773 537 401**

Zdraví

ÚČINNÁ METODA NA TVAROVÁNÍ POSTAVY, ODBOURÁNÍ TUKU A ZPEVNĚNÍ OCHABLÉHO SVALSTVA A KŮŽE.

To vše dokáže v krátké době metoda Bailine, která je vhodná pro ženy a muže každého věku. Právě díky nenáročnosti je metoda vhodná i pro starší lidi a ty kteří z časových důvodů nestíhají návštěvu posilovny a nebo už na ně cvičení a diety nefungují. 1 terapie trvá 45 minut = 2,5 hodiny intenzivního tréninku. Za 1 terapii ošetříme ruce, záda, břicho, bůčky, zadeček, vnější a vnitřní stranu stehna a nad kolena. Metodu Bailine najdete pouze na jediném místě v Praze v estetickém a hubnoucím centru Pretty Woman and Man na Andělu. Máme pro vás připravené výhodné balíčky i na ostatní metody.



Doporučuje **Bára Basiková**

HUBNEME PO VÁNOCÍCH

AKCE PLATNÁ DO 15. 2. 2022

10 terapií + 1 zdarma 5 500,-

15 terapií + 2 zdarma 6 900,-

20 terapií + 3 zdarma 7 700,-

PRO KLIENTY NAD 60 LET JE SLEVA 10 %

www.prettywomanandman.cz

Nádražní 110, Praha 5 - Anděl
Tel.: 257 313 721 nebo 602 935 671



MARDOŠA

ČLEN KAPELY TATA BOJS



Sloupek

PROVAZ, PRO VÁS

Odmalička jezdím na chalupu do Deštné v jižních Čechách. Mám tam část svých rodinných kořenů, není tedy divu, že jsem k tomu kraji přilnul. Dlouho jsem obec vnímal jen v takové obecné rovině, jako poklidné městečko v krásné krajině. Před pár lety se tam ale urodilo muzeum. A hned nato druhé. Takže najednou je to, jak hlásají turistické letáky, „město dvou muzeí“!

Nevím, které bylo první. Možná to letecké, v bývalém kině. Biografu je mi sice líto, protože jsem v něm během svého růstu viděl snad všechny zásadní snímky jako Četník a mimozemšťané, Rána deštěm, Zvíře či Lásky jedné plavovlásky. Muzeum má ale také něco do sebe. Vzniklo na popud toho, že před časem byly nedaleko nalezeny trosky letadel z jedné

Citát

To už za muzeum stojí! Jinými slovy: pád letadel postavil muzeum.

z posledních vzdušných bitev druhé světové války. To už za muzeum stojí!

Jinými slovy: pád letadel postavil muzeum.

Naproti Leteckému stojí Provoznické muzeum.

Výklad pana průvodce

bývá tak zajímavý a pouta-

vý, že jsem si ho šel poslechnout už několikrát! A občas jsem si koupil zdejší švihadlo nebo houpačí síť. Houpačí síť jsem měl rád už jako dítě. V podstatě jsem byl takové houpačí dítě.

Občas přemýšlím jaké to je, pracovat v takovém muzeu.

Nebo – přinejhorším – přestat pracovat v takovém muzeu!

Nevím, nevím; když někoho vyhodí z takového lokálního

Leteckého muzea, to asi žádný zlatý padák nedostane, že?

Ještě překrásnější situace by nastala, kdyby chtěli rozvázat

pracovní poměr se zaměstnancem Provoznického muzea...

I kdyby to byla jen práce na vedlejší úvazek. Možná by ale

mohl dostat lano někde jinde. Každopádně doufám, že se nic

takového nestane! A už se do toho nechci víc zamotávat.

Anketa

f Klesla s covidem kvalita pohostinství?



Bohumila Tušková
Tak určitě
a hlavně stoupla
cena.



Jan Tesař
Ne, když
víte, kam
chodit.

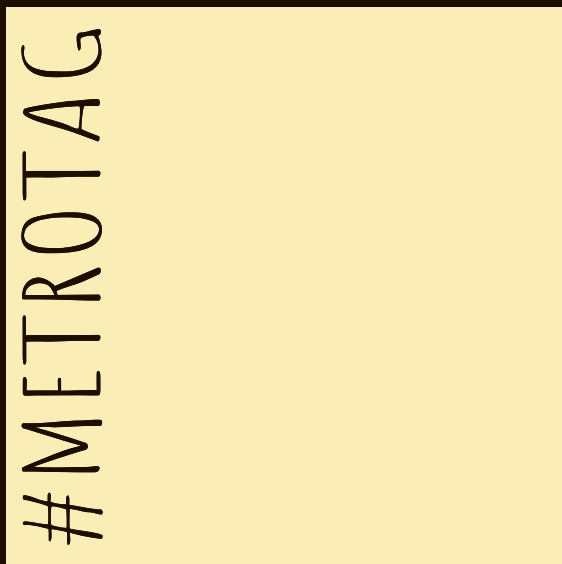


Jaroslava Pitařová
Neklesla, ale klesla
náladu majitelů
i hostů.

@mojemetro



Pardubice, Ústí nad Labem, Ostrava? Ale kdeže. „Iveco Crossway na lince 5 vyjíždí z terminálu Tržnice a pokračuje směrem Bohatice,“ píše **@czech_doprava**, který „město činu“ odtajní v posledním příloženém tagu: **#trznice #czechspotter #busspotter #busspotting #busphotograph #busphotography #karlovyvary**



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!

Dopisy a vzkazy

Já vbíhám a postrkávám

Také jste si všimli, že kvůli covidu jsou přední dveře tramvají mimo provoz a druhé dveře jsou dvojnásobně vytížené? Někteří řidiči MHD si toho nevšimli anebo to ignorují a zavírají dveře bezohledně brzy. Tuhle jsem musel do vozu víceméně vběhnout a postrkávat lidi před sebou, aby stihli nastoupit i četní lidé za mnou. Na další zastávce řidička do dveří téměř skřípla nastupující malou holčičku. Řidička měla štěstí, že doprovod holčičky také nebyl zletilý, jinak by si něco určitě vyslechla. Na další zastávce zavírela dveře doslova čtyři centimetry před rouškou pávní, který chtěl ještě nastoupit. Je to neprofesionální, nekomfortní a nebezpečné. Anebo se zavádí nová metoda sundávání roušek dveřmi?

IGOR SLOUKA

dopisy@metro.cz,
www.facebook.com/
denikmetro

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

Řešení sudoku

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

Řešení luštěnky

SÁDLO

Komiks



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

Práce - nabídka

• Úklidová fa přijme INVALIDNÍ důchodce na 1/2 úvazek na úklid kanceláří. Mzda 9000 Kč + bonusy. Náb. přisp. 5 000 Kč. TEL.: 774510686

• Amboseli s.r.o. přijme metaře/ závozníky v Praze - práce na HPP nebo DPČ, možnost pravidelných záloh a odměn. Bezplatná linka 800100166.

• POKLADNÍ 151 Kč/hod., práce není nutná, směny dle Vašich potřeb, denní zálohy, online rezervace. Tel.: 22534534

• Městský úřad Odolena Voda vyhlašuje výběrové řízení na pozici referent odboru správy majetku. Bližší podmínky naleznete na www.odolena-voda.cz

• Společnost v Praze 8 přijme kolegy pro realizace zelených střeš. Smysluplná práce, zaučíme. ŘP B nutný, T či C výhodou. Práce ve výškách, www.acre.cz

• Zdravotní laboranti s atestací z biochemie – Nabízíme: 6 týdnů dovolené, příspěvek na stravování, Multisport. Požadujeme: Vzdělání v oboru zdravotní laborant, atestaci v oboru biochemie. Česká laboratorní s.r.o. Pod Krejčírkem 975/2, 130 00 Praha 3. E-mail: klima@ceslab.cz, Tel.: 778428633

• Domov pro seniory v Praze 2 hledá prادلenu na HPP. Ranní a odpolední směny, po-pá. Praxe výhodou. Plat od 20.000,- Kč. Info na tel.: 725015317.

• Gymnázium, Praha 9, Českolipská 373 přijme zástup učitele/ky D - Z, nástup ihned. Nabízíme možnost ubytování. Informace na 283 882 028, nabídky zasílejte na info@ceskolipska.cz.

• Úklidová firma přijme na HPP i DPP zaměstnance na úklid domova pro seniory v Rudné u Prahy. Vhodné i pro důchodce. Kontakt: 607220053

Vysokoškolská menza UK Praha Albertov hledá

KUCHARKU /KUCHAŘE.

Jednosměnný provoz po-pá. Nástup možný ihned.

Kontakt: helena.kyselova@kam.cuni.cz, tel.: 770 194 892

HLEDÁME

ZAMĚSTNANCE NA POZICE:

RECEPCE A OSTRAHA

Požadujeme invalidní důchod. Nabízíme mzda od 110,-Kč/hod náborový příspěvek 10.000Kč vyplácení denně
Tel.: 800 888 440 (bezplatná linka)
Ocelářská 21, Praha 9 (metro Českomoravská)

EUROPAPIER - BOHEMIA
EURO PAPIER Velkoobchod s papírem

SKLADNÍK

- Praha 10, přátelský kolektiv
- Nástupní mzda 23.500 Kč
- + možnost přesčasů
- Po 3 měsících 3.800 Kč měsíční odměna
- 13. mzda + další mimořádné odměny
- Flexipasy 1.500 Kč/kvartálně
- Stravenky 135 Kč, 5 týdnů dovolené
- Průkaz na VZV/retrak zdarma
- Další atraktivní benefity

Petr Šubrt - tel.: 602 489 051
p.subrt@europapier.cz | www.europapier.cz

• Doplnování zboží za 166,10 Kč/hod., směny noční/denní, ONLINE REZERVACE, zálohy denně. Více na tel: 22534534

• Hotelová škola Radlická přijme do školního roku 2022/2023 aprobovaného učitele / učitelku předmětů základy přírodních věd, český jazyk a literatura, anglický jazyk, německý jazyk, ekonomické předměty, informační technologie, dějepis, cestovní ruch, občanská výchova a písemná a elektronická komunikace. Zájemce prosíme o zaslání svého životopisu na novotnym@hs-radlicka.cz

G4S Secure Solutions (CZ) a.s. hledá zaměstnance

PULT CENTRÁLNÍ OCHRANY

PRAHA - BRUMLOVKA - čistý TR, Pracovní smlouva
Tel.č.: 724 871 164

Bezpečnostní agentura přijme: zaměstnance (ČID, PID)

pro ostrahu objektů v Praze bez možnosti ubytování
Požadujeme: trestně bezúhonnost. Nabízíme: dobré mzdové podmínky, příspěvek za vlastního psa
Info: po-čt 9.00-15.00 hod. Tel.: 222 780 671, 737 337 088

Staňte se dárce krevní plazmy

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

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

Metro Hradčanská
*dle § 32 ods. 2 zákona č. 373/2011 Sb.
unicaplasma.cz | Tel.: 733 474 770

HLEDÁME

ZAMĚSTNANCE NA POZICE: RECEPCE A OSTRAHA

Požadujeme invalidní důchod. Nabízíme mzda od 110,-Kč/hod náborový příspěvek 10.000Kč vyplácení denně
Tel.: 800 888 440 (bezplatná linka)
Ocelářská 21, Praha 9 (metro Českomoravská)

• Technik POTRUBNÍ POŠTY na Oddělení technické správy budov - UVN. Požadujeme: SŠ/VL v oboru elektro, vyhláška 50 o el. způsobilosti - §6, orientaci v oboru slaboproud (analog, digital), zodpovědnost, spolehlivost. Směnný provoz. Piště na: buricova.jana@uvn.cz, kariera@uvn.cz. Tel.: 973202745.

• SKLADNÍK na Oddělení technické správy budov - UVN. Požadujeme: SOU/ŠS vzdělání, znalost práce s PC (Excel), zodpovědnost, aktivní a zodpovědný přístup k práci. Piště na: buricova.jana@uvn.cz, kariera@uvn.cz. Tel.: 973202745.

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

• Gymnázium, Praha 9, Českolipská 373 přijme uklízečku na částečný úvazek, nástup ihned. Informace na tel. 283 882 028. Nabídky je možné zasílat elektronicky na kozel.j@ceskolipska.cz nebo zanechat v listinné podobě na vrátnici budovy školy.

• Obchodní firma přijme spolupracovnice/ky pro propagaci a prodej kosmetiky. Zajímavé fin. ohodnocení. Tel. 604917868. Počet volných míst je omezen!

• Hledáme domácí pracovníci na šití návleků z nylonové látky. Praha a střední Čechy. Dlouhodobá spolupráce. Potřebný materiál vám můžeme zavážet. Výhodou vlastní těžký šicí stroj. Jsme česká exportní firma s tradicí od roku 1992. Více informací na tel. 272660617.

• Přijmeme částečně či plně invalidní osoby na HPP 10 - 15 hodin týdně na tyto pozice Technik výstupní kontroly vozů po servise, Pomocný skladník náhradních dílů, Řidič na svozy vozů ŘP sk.B, Praha 7, monika.spilkova@autovars.cz , 602 625 905

• Přijmeme osoby částečně či plně invalidní na HPP 10 - 15 hodin týdně na tyto pozice: Uklízeč/ka, úklid kanceláří sociálního zařízení ap., Pracovnice na strojové a ruční mytí dilny autoservisu. Pracovnice na mytí oken a výloh. Pomocný údržbář. Samostatnost, spolehlivost, pečlivost, Praha 7, monika.spilkova@autovars.cz 602 625 905

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

• Přijmeme pomocného dělníka do truhlárny částečně či plně invalidní na 15 hod/týdně na HPP 7000,-čist/měs, pracoviště Praha-východ Louňovice, samostatnost, spolehlivost. 608 672 888.

• Do autoservisu Praha 7 přijmeme na HPP automechanika, vyučení v oboru automechanik s praxí ŘP sk.B, samostatnost, spolehlivost, pečlivost, stabilní zaměstnání, přátelský kolektiv, pravidelné školování Mzda od 30.000,-Kč monika.spilkova@autovars.cz 602 625 905

• Kompletace hraček sklad Jirny. 15 min autobusem z Černého mostu. Mzda 125 Kč čist./hod. 200 Kč příspěvek na dopravu. Výplata po týdnu. Vyžadujeme pravidelné směny po-pá 06.00-14.00/14.00-22.00, které se střídají po týdnu. Máme dobrou platební morálku. Volejte paní Barboru 72974886. wellpack.cz

HLEDÁME

ZAMĚSTNANCE NA POZICE: RECEPCE A OSTRAHA

Požadujeme invalidní důchod. Nabízíme mzda od 110,-Kč/hod náborový příspěvek 10.000Kč vyplácení denně
Tel.: 800 888 440 (bezplatná linka)
Ocelářská 21, Praha 9 (metro Českomoravská)



Starožitnosti

VYKOUPIME KNIHY zaplatíme hotově á 2000,- Kč za jednu banánovou krabici knih.

Než prodáte své knihy, porovnejte CENOVOU NABÍDKU!

Telefon: 773 537 401



PRACUJTE V BRANŽI BEZPEČNOSTI A OSTRAHY

ABAS IPS MANAGEMENT

VOLEJTE ZDARMA 800 108 111
nabor@abasco.cz

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

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

Portmonka

TVOJE DIGITÁLNÍ PENĚŽENKA NA VĚRNOSTNÍ KARTY

TEDESCO Tesco Clubcard
dm dm drogerie
Lidl Plus
BILLA BILLA
DrMax Dr.Max
PENNY PENNY Market

PRO ZÍSKÁNÍ APLIKACE NASKENUJTE QR KÓD

NYNĚ NA Google Play
Stáhnout v App Store

Před jarními prázdninami je ve Špindlerově Mlýně docela klid



Užijte si pohodu na českých horách.

WWW.SKIAREAL.CZ

„Mluvíte Špindle? Pan Prtka?“ Slavná scéna zůstane jen v televizi. Tady nebudete mít chuť a čas brát telefony.

Poloprázdne sjezdovky, skipasy za jarní ceny a bez čekání! Tím se chlubit největší a neznámější český skiareál Špindlerův Mlýn. O víkendu navíc padal sníh a s ním také lehce padají ceny skipasů on-

line. Ty celodenní, které si koupíte přes internet, stojí od 620 korun (více v boxu). Chcete-li si užít nejlepší sněhové podmínky v Krkonoších, neváhejte a vyrazte sem! Špindl vás po koruně potřebuje a vy si potřebujete právě ve Špindlu odfrknout.

„Díky mrazivému počasí nabízí skiareál perfektní podmínky k lyžování. V provozu je prozatím 17 kilometrů sjezdovek, kde tolik lyžařů zase nejezdí a fronty dole u lanovek pěkně odsypají.“

„Ve Špindlu nyní vládne opravdová zima. Naše středis-

ko nabízí skvělé lyžařské podmínky. Padá sníh a díky tomu, že mrzne, využíváme náš zasněžovací systém, abychom parádní podmínky zachovali až do konce zimy. Díky mrazivému počasí navíc vydrží sníh v kondici po celý den. Leden je už tradičně měsícem, kdy ve Špindlu panují super podmínky pro lyžování, a přitom nikde nikdo. Lepší podmínky než teď v lednu si nemůžeme přát, takže všechno zveme,“ uvedl ředitel Skiareálu Špindlerův Mlýn René Hroneš. Tak už máte nabroušené lyže a sbaleno? **MAREK PEŠKA**

Ranní manšestr s PCR testem

Koupili jste si online skipas v e-shopu, ale ještě nemáte vlastní GOPASS čipovou kartu? Vyzvedněte si tuto kartu s vaším nahreným skipasem kdykoliv a bez čekání ve SKIPAS POINTU! Jde o zcela nové automaty na samoobslužný výdej GOPASS karty, na níž je nahrený váš skipas zakoupený online.

- Milujete lyžování, ale nebaví vás fronty u lanovek? Nebo se neradi dělíte o sjezdovku s ostatními lyžaři? Pak byste ve Skiareálu Špindlerův Mlýn neměli rozhodně vynechat Fresh Track – fantastickou ranní lyžovačku na čerstvém manšestru za svítání ještě

před oficiálním otevřením lanovek. Kromě perfektně upravené prázdné sjezdovky a jízd lanovkou je v ceně i bohatá horská snídaně formou švédských stolů v restauraci Špindl Gastronomy.

- Více na webu Skiareal.cz a Gopass.travel.

- Pro koupi skipasu nebo ubytování v hotelu je potřeba doložit bezinfekčnost očkováním proti covidu-19 nebo prodělanou nemocí. Právě ve Špindlu si můžete udělat PCR test přímo ve městě, bez rezervace a s garancí výsledku maximálně do druhého dne.



WWW.YANRENELT.COM

Víkendový nášup sněhu. Díky němu se otevírají další svahy

Minireportáž. Na Medvědině pohoda

Novinky na českých horách

Skiareály nadále investují do výstavby nových sjezdových tratí a do jejich propojování a úprav. Na Ještědu byla uvedena do plného provozu sjezdová trať Nová Skalka. Skiarena Jizerky rozšířila svou Turistickou sjezdovku, v Malé Úpě dokončili celkové propojení areálu. Na Dolní Moravě rozšířili dojezd u spodní stanice LD Sněžník. Pokračuje také stavba skicrossových tratí, které zájemci nově najdou ve skiareálu Lipno.

- Skiareály také pokračují v rozšíření možnosti nákupu skipasů online, jež nově nabízí Malá Úpa včetně možnosti objednávání služeb na e-shopu. Tyto služby do letošní sezony vylepšil i SkiResort Černá

Hora – Pec. Častěji se objevují samoobslužné pokladny, které mohou lyžaři nově využít například ve skiareálech Bílá, Kraličák, Malá Úpa, SkiResort Černá Hora – Pec nebo v krkonošských Vítkovicích. Na nové gastroprovozy se nejen lyžaři mohou těšit na Dolní Moravě, Ještědu na Nové Skalce a na Lipně. Zde na návštěvníky čeká nový hotel Element, Klientické informační centrum nebo parkoviště.

- Na hory pohodlně i bez vlastního vozu. Anyttime carsharing je populární díky tomu, že si lze auto pronajmout jenom například na 10–20 minut. Pro milovníky hor ale nyní přináší speciální tarify. Více na webu Anyttime.cz.

Přináší další tratě

27

Díky přívalu víkendového sněhu leží na sjezdovkách ve Špindlu metr bílého pokladu. Areálu se tak daří otevřít další sjezdovky. Dohromady je jich tu 27 kilometrů.

Láká i Lipno

70

Na sjezdovkách ve Skiareálu Lipno leží 70 centimetrů technického i přírodního sněhu a celkové podmínky pro lyžování jsou skvělé. Aktuálně je každý den upraveno celkem sedm kilometrů sjezdových tratí.

Do Špindlerova Mlýna jsme vyrazili i my. Do horského střediska, kterému se ještě před pár lety přezdívalo „český Aspen“. Tuhle nálepku kvůli luxusu a přemrštěným cenám se daří městu několik let sloupávat. Jasně, připravte se na to, že ceny jsou tu o poznání vyšší, třeba za pivo tu dáte i 70 korun, za klobásu na svahu třeba 120 korun, ale nezapomeňte, tuhle pauzu si dáváte s výhledem na nejvyšší české hory. Je také třeba myslet na to, že se nacházíte na místě, kam nejezdíte jako na chatu s paštikou a rohlíky v krosně. Místní podnikatelé, zvláště ti na svazích, mají šanci vydělat jen v zimě. Navíc třeba okénku restaurace U Zubra šéfuje příjemný muž v kulichu, který sází fórek za fórkem. My jsme si parádně zalyžovali především na Med-

vědině. Sjezdovka je na jih, takže tam po celý den svítí sluníčko. Lyžaři, kteří na prkynkách nestojí každý víkend, musí během odpoledne dávat trochu pozor na sjezdovce směrem k městu. Světlé plochy se střídají se stíny a občas se tu po několika hodinách mohou tvořit ledové plotny. Jinak svahy jsou po ránu fajnově upraveny.

A kam večer? Špindl, který proslavila komedie Sněženky a machři, nabízí dobré restaurace, dát si tu můžete českou klasiku, něco z Itálie i Asie. Pro neutahatelné lyžaře tu funguje pár nočních barů a diskoték. Špindl pro partu kamarádů nabízí vše, co si zasluží. Více se do naší minireportáže nevejde, protože jak my v partě s oblibou říkáme, „vše, co se stane v hospodě, v hospodě zůstane“. **MAP**

Krátce

Do Pekingu jede také Musil

Posledním pětadvacátým hokejistou nominovaným do reprezentačního týmu pro olympijský turnaj v Pekingu je obránce David Musil z extraligového Třince. Ve výběru generálního manažera Petra Nedvěda a kouče Filipa Pešana tak aktuálně figurují tři brankáři, osm zadáků a 14 útočníků.

První branka

Jan Kuchta hned ve svém prvním utkání za fotbalisty Lokomotivu Moskva po přestupu ze Slavie skóroval. Pětadvacetiletý český reprezentant na soustředění ve Španělsku otevřel skóre přípravného zápasu proti Jablonci. **ČTK**



Zvítězila Italka

Biatlonistka Jessica Jislová ve včerejším závodě s hromadným startem na Světovém poháru v Anterselvě ani jednou nechybovala na střelnici, ale vinou pomalejšího běhu skončila v posledním měření sil před olympijskými hrami v Pekingu čtrnáctá. Druhá Češka na startu Markéta Davidová musela na čtyři trestná kola, přesto doběhla jen o tři místa za ní. Poprvé v sezoně zvítězila Italka Dorothea Wiererová (na snímku). O den dříve byly Češky dlouho ve hře o medaili ve štafetě. Lucie Charvátová na závěrečném úseku jela po střelbě vleže v čele, ale pak spadla a dojela šestá. Radovat se naopak mohla Markéta Davidová v pátek, kdy získala ve Světovém poháru malý křišťálový glóbus za vytrvalostní závod. **AP**

Skvělý víkend. V sobotu bronz, včera osmé místo

Ester Ledecká je před olympiádou ve formě.

Česká univerzální odjede na olympijské hry do Pekingu po svém nejlepším víkendu ve Světovém poháru v alpském lyžování v probíhající zimě. Po třetím místě v sobotním sjezdu včera v Cortině d'Ampezzo dosáhla osmou

příčkou maxima v sezoně i v superobřím slalomu. Zvítězila domácí Italka Elena Curtoniová, její krajanka Sofia Goggiaová po těžkém pádu závod nedokončila.

Pro Ledeckou to byl včera nejspíše poslední start před olympiádou. Příští týden by neměla závodit na SP v Garmisch-Partenkirchenu, ale už se přesouvat do Číny, kde bude nejprve hlavní favoritkou a obhájkyní zlata v paralelním obřím slalomu na

snowboardu a poté se pokusí navázat na senzační zlato ze super-G či zaútočit na medaili ve sjezdu.

Úřadující olympijská vítězka v super-G Ledecká vyrazila s číslem jedna na trať, kterou stavěl její trenér Franz Gamper. Jela riskantně, rychle, ale ztratila ve střední části a málem se po cílovém skoku nevešla do poslední branky. Dopad zvládla a zajela čas 1:21,59 minuty. V čele ale dlouho nevydržela, hned

s dvojkou byla o sedm setin rychlejší Francouzka Tessa Worleyová a vzápětí s trojkou i Tamara Tipplerová z Rakouska. Poté už předčila Ledeckou jen pětice soupeřek, a tak se udržela poosmé v kariéře v super-G v desítce.

Vítězka sobotního sjezdu Italka Sofia Goggiaová jela rychle, ale po půlce závodu se jí rozjely lyže a spadla. Chvilku se držela za levé koleno, ale nazula lyže a do cíle sjela sama. **ČTK**

Čtvrtfinále. Vítězné tažení pokračuje

Česká tenistka Barbora Krejčíková porazila v osmifinále Australian Open Bělorusku Viktorii Azarenkovou dvakrát 6:2 a potřetí v kariéře postoupila do grandslamového čtvrtfinále dvouhry. „Jsem neobyčejně šťastná, že jsem vyhrála. Těžko hledám slova,“ řekla Krejčíková na kurtu Roda Laveru. „Cítila jsem se výborně. Už jsem tady hrála a poprvé to je vždycky těžší. Víka byla favoritkou, snažila jsem se hrát nejlepší tenis, což se mi povedlo.“ Ve čtvrtfinále dvouhry na grandslamu si Krejčíková poprvé zahrála loni na Roland Garros. **ČTK**

Číslo dne

47

Legendární francouzský jezdec Sébastien Loeb vyhrál poosmé Rallye Monte Carlo a ve 47 letech se stal nejstarším vítězem závodu mistrovství světa. Devitinásobný šampion ve voze Ford Puma porazil v dramatickém souboji o 10,5 sekundy krajana Sébastiena Ogiera, jenž v měl v předposlední rychlostní zkoušce defekt. Loeb si dojel pro první vítězství v MS od roku 2018 týden po Dakaru, kde obsadil druhé místo. Na nečekaném devátém místě dokončil náročnou soutěž český jezdec Erik Cais. **ČTK**



Kladno sbírá body

Hokejisté Kladna vyhráli v zápase 45. kola extraligy na ledě Sparty 3:2, bodovali popaté v řadě a zvýšili svůj odstup od posledního Zlína na 14 bodů. Rozhodující branku vstřelil v 51. minutě v přesilové hře Ladislav Zikmund, jinak kmenový hráč Sparty. V 58. minutě mohl dát pod výhru hostů razítko Kubík, trefil však jen tyčku. Rytíře to ale nemrzelo, cennou výhru v závěru udrželi. Pražané prohráli podruhé za sebou a potřetí z posledních čtyř zápasů. **ČTK**

Exkluzivní numismatická premiéra



Oslavte významné jubileum jedinečnou ražbou!

Emise:

Pamětní ražba Národní divadlo zušlechtěná ryzím zlatem a unikátně kolorovaná



Důležité:

Bez jakýchkoliv dalších závazků

Nejrychlejší způsob rezervace:

www.otevrenidivadla.cz; tel.: 810 50 50 20

Téma:

140. výročí Národního divadla

Distributor:

Národní Pokladnice

Pozor:

1 ks na objednávku

Cena:

pouze 199 Kč (poštovné a balné ZDARMA)

Získejte symbol národní hrdosti do svých rukou



pouze 199 Kč

poštovné a balné ZDARMA

Existuje jen málo monumentů, které by se dotýkaly srdcí nás všech, **Národní divadlo** však mezi ně nesporně patří. Je symbolem národní pospolitosti, kdy se naši předci chudí i bohatí kdysi stmelili a vynaložili své nemalé úspory na jeho vybudování. Ne nadarmo nad Hynaisovou oponou v ústředním sále má své čestné místo nápis „**Národ sobě**“.

A právě **opona Vojtěcha Hynaise** je hlavním motivem naší exkluzivní numismatické ražby **zušlechtěné ryzím zlatem a bohatým kolorováním**.

Využijte jedinečnou příležitost získat za výhodnou cenu 199 Kč, bez jakýchkoliv dalších závazků, originální ražbu věnovanou 140. výročí Národního divadla. Společně s ražbou navíc získáte **tematicky laděné dárky ZDARMA**.

POZNÁMKA:	Při objednávce prosím uveďte číslo rezervace
VAŠE ČÍSLO REZERVACE:	72016331
CENA:	 pouze 199 Kč (poštovné a balné ZDARMA)
DŮLEŽITÉ:	Bez jakýchkoliv dalších závazků
ZPŮSOB REZERVACE:	www.otevrenidivadla.cz ; 810 50 50 20

Nejrychlejší rezervace:

Internetový rezervační systém:
www.otevrenidivadla.cz

Telefonní rezervační linka:
810 50 50 20

Po-Pá 9:00-18:00, So-Ne 9:00-15:00

Modrá linka – voláte za běžnou cenu místního hovoru



Vzhledem k exkluzivitě nabídky a očekávanému velkému zájmu je **možné objednat pouze 1 ks pamětní ražby** věnované 140. výročí Národního divadla. Poštovné a balné neplatíte – máte je **ZDARMA**. Nenechte si ujít tuto jedinečnou ražbu! Objednávka je bez jakýchkoliv dalších závazků.

www.otevrenidivadla.cz

Speciální nabídka je platná pouze 10 dní!

Avers:	Opona Národního divadla
Revers:	Znak lva v erbu s nápisem Národ sobě
Průměr:	33 mm
Hmotnost:	15,5 g
Kov/Zušlechtění:	Mědinikl, Zušlechtěno ryzím zlatem, kolorováno
Dárky ZDARMA k ražbě:	Umělecky zpracované album Tematicky laděná magnetka Certifikát autentičnosti



Internetový rezervační systém
www.otevrenidivadla.cz



Ilustrační obrázek