

metro

80 let od zániku továrny na smrt

Zřejmě nejpodrobněji popsali hrůzy a zvěrstva osvětimského pekla Erich Kulka a Ota Kraus, dva přeživší vězni. Koncentrační tábor byl osvobozen 27. ledna 1945, toto datum se teď připomíná jako Mezinárodní den památky obětí holokaustu.

STRANY 10, 11

Nejvíce se do kin chodilo na Vlny

Nejnavštěvovanějším filmem v tuzemských kinech byl loni snímek Vlny. Počin režiséra Jiřího Mádl, který předčil pixarovku V hlavě 2, je velkým favoritem cen Český lev. Nominaci na Oscara v kategorii mezinárodních celovečerních filmů však nezískal.

STRANY 8, 16

INZERCE

ŽALUZIE ROLETY

DODACÍ LHŮTA 2-3 dny

SÍTĚ PROTI HMYZU
MARKÝZY A VEŠKERÉ OPRAVYNabízíme 50% slevu
z ceny montážeZÁRUKA 5 LET
tel.: 728 863 201
ŽALUZIE SUCHÝwww.zaluzie-suchy.cz

Zmrzlá krása, ale hlavně problémy

Ledovka a **náledí** včera zkomplikovaly dopravu a problémy měli **na kluzkém povrchu** také **chodci**. Nejhorší situace byla ráno zejména **na západě Čech**. K lidem, kteří se poranili **po pádu** na náledí, vyjížděli i jihomoravští záchranáři. Mráz však **okouznil** aspoň fotografy.



NEWS

ZPRÁVY Z OKRESŮ NA METRO.CZ – VYFOŤTE QR KÓD

KRÁTCE

Češi už méně odmítají EU

Postoj Čechů k Evropské unii se podle agentury STEM opět zlepšil, a to navzdory tomu, že u české veřejnosti převládá skepse. Třeba pro setrvání ČR v Unii by v případném referendu hlasovaly tři pětiny občanů, což by bylo nejvíce od roku 2019. Čtvrtina lidí se loni vyslovila pro zavedení eura, přičemž obdobný podíl naposledy znamenala agentura před 11 lety. Výrazně víc Čechů se cítí být Evropany. STEM udělal průzkum koncem letošního léta mezi tisícovkou lidí starších 18 let. **ČTK**

My rádi Japonce

Česko se chystá na světovou výstavu EXPO 2025, která se uskuteční v japonské Ósace. Při této příležitosti se připomínají velmi dobré vztahy s touto asijskou zemí. Japonsko je druhým největším zahraničním investorem v Čes-

ku. Působí u nás tři stovky firem. Ty vytvářejí tisíce pracovních míst, přinášejí know-how a zvyšují konkurenceschopnost českých podniků na mezinárodní úrovni. Kořeny česko-japonských vztahů sahají hluboko do historie, před vznik Československa. Oficiálně obě země začaly spolupracovat od roku 1920. Po komunistickém útlumu česko-japonské vztahy obnovil prezident Václav Havel. **MET**

Benzin zdražuje

Pohonné hmoty v Česku zdražily o desítky haléřů, tempo růstu cen v uplynulém týdnu zrychlilo. Litř nejprodávanějšího benzínu Natural 95 se aktuálně u čerpacích stanic v Česku prodává v průměru za 36,74 koruny, před týdnem byl o 53 haléřů levnější. Nafta je dražší o 65 haléřů, za litr teď řidiči dají průměrně 36,15 koruny. Vyplývá to z údajů společnosti CCS, která ceny paliv sleduje. **ČTK**



ENDORFILM

Nové české filmové hity

Po úspěchu snímků Vlny a Amerikánka, oba získaly nominace na letošního Českého lva, do kin míří další filmy, na kterých se podílela společnost Barrandov Studio. Tichá pošta, Sbormistr a Franz. O nich se už dopředu proslychá, že by to mohly být letošní hity české kinematografie. Tichá pošta pojednává o skupině dětí, které svou odvahou a důvtipem zachraňují nacisty sestřeleného francouzského pilota. Film Sbormistr (na snímku) je inspirovaný známou kauzou Bambini di Praga. Franz je nový kousek od renomované polsko-české režisérky Agnieszky Holland. Velkofilm inspirovaný významnou postavou české i světové literatury, spisovatelem Franzem Kafkou. **MET**

Děti chtějí víc umělé inteligence

Naučím se více toho, co mě baví. Má AI rozdávat známky? To nevím, tvrdí žáci.

Sedmaosmdesát procent obyvatel ČR ve věku 12 až 17 let pravidelně pracuje s nástrojem umělé inteligence (AI). Téměř dvě třetiny mladých pracuje s AI ve škole, mimo školu tuto technologii využít vá 80 procent dotázaných.

Nejpopulárnější nástroje AI, se kterými mladí pracují ve volném čase, jsou Duolingo, Google Lens, Chat GPT a Snapchat My AI. Ve výuce nejčastěji využívají stejné nástroje, ale v jiném pořadí. Nejpoužívanější je Google Lens, následuje Chat GPT a Duolingo. Podle tří čtvrtin žáků ale školám chybí učitelé, kteří s AI umí pracovat. Pro 74 procent studujících je přitom podle průzkumu důležité mít ve škole učitele, kteří AI rozu-

mí a umí s ní při hodinách pracovat. Mladí uvádí, že nástroje AI regulují spíše vyučující než samotné školy. Deset procent škol práci s AI nepovoluje.

Pod vedením učitele pracuje ve škole s nástroji AI 83 procent mladých, přičemž častěji to tvrdili studenti gymnázií a žáci z Prahy. Naopak 36 procent mladých ve škole AI nepoužívá. Umělou inteligenci ve školách méně využívají děti z domácností s čistým

měsíčním příjmem do 30 tisíc korun, plyne z průzkumu společnosti Ipsos a firmy Vodafone.

V odpovědích na otázku, zda by bylo hodnocení a známkování spravedlivější, pokud by ho dělala AI, nebyli žáci jednotní. Vůči technologii nejsou bezmezně důvěřiví, ani se neshodnou, zda by nástroje měly být dostupné při zkouškách.

Tři pětiny dětí, které AI používají mimo výuku, uvedly,

že díky ní dokážou rychleji plnit domácí úkoly. Čtvrtina mladých se prý díky ní může učit svým tempem nebo se může naučit více o tom, co je baví. „Zároveň platí, že osm z deseti mladých si myslí, že by zkoušky měly testovat spíše schopnosti řešit problémy než pouhé memorování,“ uvedla Tereza Horáková z Ipsosu. Výzkum se uskutečnil loni v prosinci. Zúčastnilo se ho 817 dětí ve věku 12 až 17 let. **ČTK**

INZERCE

www.jemca.cz
@jemca_official

Zmizí vzácné nástroje od slavné Amati?

Firma Amati patřila mezi nejvýznamnější výrobce hudebních nástrojů v Československu. Společnost ze západočeských Kraslic se před časem dostala do insolvence. A s ní také sbírka vzácných kousků v hodnotě milionů korun. Nyní hrozí, že bude rozprodána. „Pokud by konkurzní správce rozprodával jednotlivé nástroje, tak celou sbírku zničí, nevím, jestli by ji někdo koupil jako celek. Vzhledem k tomu, že nebyla prohlášena za kulturní památku, může dojít i k vývozu těch nejzajímavějších a nejcennějších nástrojů do zahraničí,“ říká kraslický patriot a bývalý starosta města Kraslice Otakar Mika. Reaguje tak na nový rozsudek soudu v Plzni, jenž zamítl žalobu, kterou se Karlovarský kraj domáhal vyjmutí sbírky čítající 265 cenných artefaktů z majetku zkrachovalé společnosti. Mezi nimi je například obří tuba, která je zapsána v Guinnessově knize rekordů

jako největší hudební nástroj svého druhu na světě. Karlovarský kraj usiloval o sbírku na základě toho, že původně byla umístěna v prostorách krajské školy výroby hudebních nástrojů v Kraslicích.

Později se přesunula do firmy Amati. Kraj a dříve i Úřad pro zastupování státu ve věcech majetkových tvrdily, že firma sbírku nikdy nevlastnila a že si byla této skutečnosti vědoma. Insolvenční správce

ale tvrdí, že firma sbírku „vydržela“. Jinými slovy, že je jejím majitelem. Správce tak má právo sbírku prodat. Světoznámý výrobce nástrojů ještě v roce 2017 vykázal zisk přes dva miliony korun. Plán

ale byl, že bude vyšší. Problémy přinesly tehdejší kurzy koruny k dolaru a euru. Návrh na insolvenční podání šest bývalých zaměstnanců, kteří nedostávali od firmy včas výplaty.

ČTK, MAP

INZERCE

Pá-Ne

super
prodloužený
víkend

OD 24. 1. DO 26. 1.

KUPÓN NA SLEVO
V APLIKACI

-25%

NEBALENÉ
CHLEBY

● Aktivovat za 10 bodů

Kaufland
Card



Bageta
běžné pečivo
pšeničné
ze zmrazeného
polotovaru
220 g
(=100 g 4,50)

-47%

9,90



MEDAS
Včelí med
lesní
900 g
(=1 kg 122,12)

AKCE!

109,90



FIGARO
Čoko piškoty
různé druhy
147 g
(=100 g 16,26)

AKCE!

23,90



MAGNUM
Prémiová
zmrzlina
různé druhy
440 ml
(=100 ml 24,98)

-52%

109,90



HANÁČKA
Kyselka
Minerální voda
ochucená
různé druhy
1,5 l PET láhev
(=1 l 8,60)

AKCE!

12,90



PERWOLL
Prací gel/kapsle
různé druhy
35 kusů=35 pracích
dávek/
3 l=60 pracích
dávek

AKCE!

289,90

Doplňky stravy. Na co dát pozor



Podle průzkumu Státního zdravotního ústavu Praha jsou nejčastěji uváděným zdravotním problémem, kvůli němuž si lidé kupují volně prodejné doplňky stravy, potíže pohybového aparátu – bolesti kloubů, zad, páteře. A hlavně artróza. To uvedlo 35 procent lidí. Přibližně 16 procent respondentů kupuje přípravky, jež dodávají tělu energii a posilují imunitu, 14,5 procenta sahá po umělých vitamínech a minerálech. Utratíme za ně ročně přes 11 miliard korun. S vírou, že pomocí těchto „zázračných“ tablet, kapslí či sypkých prášků s vysokým obsahem prospěšných látek podpoříme své zdraví, kondici a prodloužíme si mládí. V prodeji je přes 10 tisíc druhů doplňků stravy. Které užíváme nejčastěji? Které opravdu našemu zdraví pomáhají a které ne? Čtete v novém vydání týdeníku Téma.

Běžná otevírací doba: pondělí – neděle: 7.00 – 22.00 hodin

Mladá Boleslav, Písek: 6.00 – 22.00 hodin, Pardubice: 6.00 – 21.00 hodin

Akceptujeme tyto platební prostředky:



AKCE! = zboží nabízené v našem letáku za výhodnou cenu opakovaně nebo mimořádně do vyprodání zásob. Prodej jen v množství obvyklém pro domácnost. Všechna foto jsou pouze ilustrační. Nabídka zboží se může lišit dle velikosti prodeje. Za tiskové chyby neručíme. Kompletní nabídka také na www.kaufland.cz

* KC – měrná cena platná s Kaufland Card, A – měrná cena platná pro akci.



Moje první volba

LinkedIn se v USA potýká se žalobami kvůli AI

Firma podle mnohých lidí narušovala soukromí svých uživatelů.

Prémioví klienti začali profesní sociální síť LinkedIn ze skupiny Microsoft. Tvrdí, že platforma bez souhlasu zpřístupnila jejich soukromé zprávy třetím stranám za účelem trénování generativní umělé inteligence (AI).

Žaloba požaduje neupřesněnou náhradu škody za porušení smlouvy a kalifornského zákona o nekalé soutěži a 1000 dolarů (přes 24 tisíc ko-



Žalobu podaly miliony uživatelů služby Premium.

PROFIMEDIA

run) na osobu za porušení federálního zákona o uložení komunikaci.

Hromadnou žalobu podaly v úterý večer u federálního

soudu v kalifornském San Jose miliony zákazníků služby LinkedIn Premium. Podle nich firma loni v srpnu v tichosti zavedla nastavení

ochrany osobních údajů, které uživatelům umožňovalo povolit, nebo zakázat sdílení jejich osobních údajů.

LinkedIn podle klientů následně 18. září aktualizoval zásady ochrany osobních údajů, podle nichž údaje nově mohou být použity k trénování modelů AI. V hypertextovém odkazu „často kladené otázky“ firma doplnila, že odhlášení „nemá vliv na trénování, které už se uskutečnilo“.

Podle žaloby jde o pokus „zahladit stopy“, což naznačuje, že LinkedIn si byl plně vědom, že porušuje soukromí zákazníků, a snažil se minimalizovat právní dopady svého jednání. **ČTK**

ČÍSLO DNE

45

Ve vídeňských školách neumí 45 procent žáků, kteří chodí do první třídy, německy natolik, aby se mohli učit. Jejich mateřským jazykem je převážně arabština či turečtina. Ukazují to vídeňská školská data. Před dvěma lety to bylo 36 procent. Podle některých pozorovatelů ale nemusí oficiální jazykový test postihnout skutečné znalosti a děti toho umějí více, než se uvádí. Rakouské úřady klasifikují jako takzvané „mimořádné“ žáky ty děti, které jsou už natolik rozvinuté, aby mohly chodit do školy, ale kvůli nedostatku znalosti němčiny se nemohou účastnit výuky. **IDNES.cz**

Trump zrušil španělskou verzi webu Bílého domu

Během několika hodin po inauguraci Donalda Trumpa nová administrativa zrušila španělskou verzi oficiálních webových stránek Bílého domu. Nyní ukazují uživatelům chybovou hlášku

Error 404. Skupiny na podporu Hispánů a další lidé jsou z náhlé změny zmateni. Součástí webových stránek bylo také tlačítko Go Home (Jít domů), později se však změnilo na Go To Homepage (Přejít

na domovskou stránku). Tlačítko odkazuje na domovskou stránku s videomontáží z Trumpova prvního funkčního období a z jeho volební kampaně. Skupiny na podporu Hispánů a další lidé vyjád-

řily kromě zmatení také frustraci z toho, co někteří označili za nedostatečnou snahu administrativy udržovat komunikaci s latinskoamerickou komunitou, která Trumpovi pomohla vrátit se

do prezidentského úřadu. Nezůstala totiž pouze španělská verze webových stránek, ale také španělský profil Bílého domu na síti X a vládní stránka o reprodukční svobodě. **IDNES.cz**

KRÁTCE

Další požáry v LA

Severně od kalifornského města Los Angeles se rychle šíří další požár, kvůli němuž úřady nařídily evakuaci více než 30 tisíc lidí. Oheň se rozhořel v oblasti jezera Castaic, které je asi 80 kilometrů severně od LA. Zachvátil téměř 40 čtverečních kilometrů v době, kdy hasiči stále bojují se dvěma požáry, které v minulých týdnech zničily tisíce domů a zabily desítky lidí. Hasiči odhadují, že nový požár bude patrně jednodušší zkrotit, zejména díky menšímu větru.

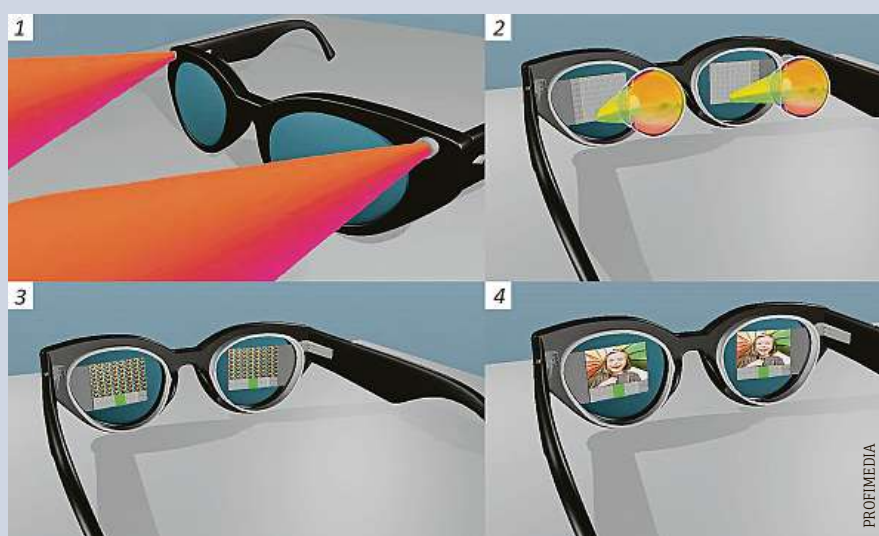
Záchranka také na severu Evropy

Aplikace Záchranka je nově propojená s finskou tísňovou linkou 112. Českým uživatelům aplikace, kterých je přes tři miliony, má inovace zajistit jednodušší a efektivnější přivolání pomoci. Delší dobu už takhle aplikace funguje v Rakousku, Maďarsku a na slovenských horách. Zástupci aplikace považují Finsko za oblíbenou destinaci Čechů, kteří tam vyrážejí třeba za přírodou nebo zimními sporty. **ČTK**



Nový oheň se rozhořel v oblasti jezera Castaic.

AP



Oko mouchy inspirovalo k výrobě chytrých brýlí pro obnovu a zlepšení zraku

Americká společnost Soliddd Corp. sídlící v New Yorku vyvinula chytré brýle inspirované strukturou mušního oka. Mohly by zlepšit zrak milionům lidí po celém světě. Speciální brýle SolidddVision slibují zázrak pro ty, kdo bojují s rozostřeným centrálním viděním způsobeným poškozením makuly – části sítnice odpovědné za ostré a přímé vidění. Díky unikátní soustavě čoček připomínající oko mouchy promítají brýle obrazy do nepoškozených částí sítnice. Mozek pak z těchto vstupů vytvoří jeden jasný a ostrý obraz. I když má uživatel v některých oblastech zorného pole výpadky, brýle dokážou informace spojit tak, aby výsledný obraz byl celistvý a dobře zaostřený. Brýle jsou lehké, vypadají jako běžné dioptrické brýle a podle výrobců nabízejí první skutečnou korekci zraku. Po úspěšném testování na pacientech by se měly objevit na trhu ještě letos. **PROFIMEDIA**

VYMĚŇTE ALKO ZA NEALKO!

S koktejly od Mistra světa budete chtít, aby Suchej únor neskončil



Další ročník Suchého února je na spadnutí. Pokud se letos chcete zapojit i vy, a uvažujete, jak si „Sucháč“ udělat ještě zábavnější, máme pro vás skvělou zprávu! Mattoni ve spolupráci s úřadujícím Mistrem světa v míchání nealkoholických koktejlů Martinem Vogeltanzem připravila hned čtyři „suché“ drinky plné minerálních látek a vitamínů, se kterými vás to bude bavit. Měsíc bez alkoholu navíc přináší skvělou příležitost, jak zapracovat na správném pitném režimu a udělat tak pro svoje zdraví ještě něco navíc.

Mattoni dlouhodobě podporuje správný pitný režim v rámci zdravého životního stylu a s profesionálními barmany spolupracuje na tvorbě **originálních nealkoholických koktejlů** již téměř tři desetiletí. V rámci letošního Suchého února se spojila s **vítězem Mistrovství světa v míchání nealkoholických koktejlů Mattoni Grand Drink – Martinem Vogeltanzem**: „Suchý únor je skvělou příležitostí nejen zjistit, jak na vaše tělo funguje měsíční absence alkoholu, ale i proniknout právě do tajů nealkoholických koktejlů. Jako barman mám rád rozmanitost a baví mne experimentovat. Proto jsem vytvořil trilogii nealkoholických drinků z mých oblíbených míst na světě (Česko, Karibik, Asie) v propojení s danými lokálními ingrediencemi. Rád bych díky nim ukázal, že i nealkoholický koktejl má své místo v nabídce koktejlového lístku. A nemusí to být jen nealko verze Mojita.“

Letošní „suché“ koktejly přináší **propojení minerální vody Mattoni** s lokálními ingrediencemi z oblastí, kterými jsou inspirovány. Díky tomu vám poskytnou nejen osvěžení, ale dodají i **potřebné minerální látky a vitamíny**. Příprava koktejlů je **velice jednoduchá a in-**

gredience snadno koupíte v každém obchodě, takže je doma zvládne připravit opravdu každý. Navíc budou i v nabídce vybraných barů a restaurací.

Zapojte se s námi do Suchého února a vyzkoušejte, jak skvěle může chutnat suchý koktejl!

Jak by měl vypadat správný pitný režim nejen v průběhu měsíce bez alkoholu?

Nealko koktejly jsou určitě skvělou a zábavnou alternativou k alkoholickým drinkům. Základem pitného režimu by však vždy měla být čistá voda – ideálně pramenitá, nebo přírodní minerální, která tělu dodá kromě hydratace i další potřebné látky.

Vyhýbat byste se naopak měli nápojům s vysokým obsahem cukru, kofeinu a samozřejmě alkoholu. Pokud si rádi občas zpestříte pitný režim i něčím jiným než nealkoholickými koktejly, můžete sáhnout třeba po Esenci od Mattoni, která obsahuje vyvážený poměr minerálů pro každý den a ovocné esence, ale je zcela bez cukru i sladidel.

Dospělý člověk by měl za normálních okolností vypít za den 2,5 až 3 litry tekutin denně. Při zvýšené fyzické aktivitě, nemoci či v teplém

SUCHÉ ČESKO (STUDENÁ VARIANTA)

Ingerdience:

- 10 cl Mattoni perlivé
- 10 cl jablečného moštu
- 2 cl medové vody*
- 1 cl citrónové šťávy
- Citronová kůra (na ovonění)

Ozdoba:

sušené jablko, skořice celá

Postup:

Odměňte jablečný mošt, přidejte medovou vodu a čerstvou citronovou šťávu. Základ dobře promíchejte lžící, sklenici naplňte ledem, doplňte Mattoni perlivou, a ještě lehce promíchejte. Mírným zmáčknutím citronové kůry drink ovoňte a zdobte sušeným jablkem a celou skořicí.

*Příprava medové vody: rozmíchejte 1 díl medu v 1 dílu vlažné vody



prostředí až 5 litrů. Pít byste měli postupně po malých dávkách v průběhu celého dne, nikoliv nárazově.

„Sucháč“ ve znamení pitné kúry

Jestliže chcete svůj měsíc bez alkoholu vzít opravdu z gruntu, můžete vyzkoušet i pitnou kúru s léčivými prameny. Výbornou volbou je například karlovarský Mlýnský pramen, který můžete zakoupit v běžných obchodech či lékárnách, takže si kúru můžete dopřát i v pohodlí domova. Karlovarské minerální prameny jsou již po staletí ceněny pro své příznivé účinky na zažívací trakt a látkovou výměnu. Prokazatelný vliv mají ale i na zvýšení imunity vůči genetické a civilizační zátěži a podporují i cel-

kovou očistu organismu. Pitnou kúru si proto můžete dopřát nejen při léčbě, ale i preventivně,

Karlovarský Mlýnský pramen je velmi silně mineralizovaná voda s vysokým obsahem fluoridů a kyseliny křemičité. Během pitné kúry byste měli vypít pomalu při chůzi přibližně 250-400 ml ohřátého Mlýnského pramene 30 až 45 min. před jídlem, 2-3krát denně. Vyzkoušejte pitnou kúru praktikovat po dobu 14 dní. Opakovat ji můžete jednou až dvakrát za rok. (Vhodné množství minerální vody v rámci pitné kúry je individuální. Záleží na hmotnosti těla, věku, stavu srdce a oběhového systému.)

FRAJER

„Vášeň k ohni v sobě máme z dob pravěku“



Tomáš Dytrych miluje přípravu barbecue. To pochází z karibské oblasti. Kolébka moderního barbecue je v USA.



2x ARCHIV T. D.

„Grilování se věnuji už 18 let. Začínal jsem na starém litinovém grilu s motorkem. Původně jsem neměl ambice se tomu věnovat, než jsem k Vánocům dostal knihu Jak grilovat od spisovatele Stevena Raichlena, který se věnuje přípravě jídla na otevřeném ohni a v Americe má dokonce vlastní pořady o grilování. Tenkrát mě to tak nadchlo, až jsem ho poprosil o kontakty na firmy, o kterých psal.“

TOMÁŠ DYTRYCH
BARBECUE POROTCE

Začínal jako garážový prodejce, nyní má vlastní e-shop i kamennou prodejnu. Prošel řadou profesionálních kurzů grilování včetně tréninku pod taktovkou světového šampiona Jima Johnsona.

Tomáš Dytrych, zakladatel e-shopu Grilování.cz, je hrdým vlastníkem certifikátu CBJ (Certified Barbecue Judge), největší soutěžní kulinářské organizace na světě zaměřené na barbecue. Díky tomu Dytrych před deseti lety jako vůbec první Čech zasedl v porotě BBQ soutěže, která se tehdy konala v Praze. V rozhovoru pro Metro zdůraznil rozdíl mezi grilováním a barbecue technikou a vysvětlil, co certifikát CBJ pro svět masa znamená.

V čem vaše vášeň spočívá?

Vášeň k žáru ohně a jídlu máme v sobě v nějaké míře asi všichni již z dob pravěku, kdy se maso připravovalo na ohni v jeskyni. U někoho se pak projeví více. Obecně se dá říct, že kdo má vášeň pro dobré jídlo, má velké předpoklady mít velkou vášeň pro grilování. To je oproti vaření doma v kuchyni náročnější na udržení určité teploty po požadovanou dobu. Do hry totiž vstupuje venkovní teplota, která ovlivňuje teplotu v grilu, u těch na dřevěném uhlí také vlhkost paliva či tlak vzduchu. Takže je to ta-

kový malý „boj“ i s přírodou a tím pádem váš dobrý výsledek těší dvojnásob. Současně trávíte čas venku na vzduchu a zejména zkrocení žáru ohně v grilu na dřevěném uhlí již vyžaduje dovednosti, které z grilování dělají něco trochu víc než otočení knoflíkem horkovzdušné trouby nebo konvektomatu. Dobře připravené jídlo z grilu na dřevěném uhlí bude vždy lepší než to z domácí elektrické trouby.

Jaký je rozdíl mezi barbecue a grilováním?

Zjednodušeně řečeno je grilování metoda rychlé úpravy potravin nad žhnoucími uhlíky, která většinou zabere několik desítek minut, zatímco barbecue je o poznání pomalejší a trvá několik hodin.

Začínal jste jako garážový prodejce. Co bylo prvním impulsem podnikat v tomto odvětví?

Grilování se věnuji už zhruba 18 let a začínal jsem na starém litinovém grilu s motorkem. Původně jsem neměl ambice se tomu věnovat, než jsem k Vánocům dostal knihu Jak grilovat od spisovatele Stevena Raichlena, který se věnuje přípravě jídla na otevřeném ohni a v Americe má dokonce vlastní pořady o grilování. Tenkrát mě to tak nadchlo, až jsem autora

poprosil o kontakty na firmy, o kterých psal. Od začátku čtení jsem se totiž těšil, až se naučím pořádně grilovat, a zároveň jsem přemýšlel nad prodejem grilů, udíren, cedrových prkének, koření a zkrátka všeho, o čem se v knize psalo. Nedával jsem si moc šancí, ale když mi Raichlen odpověděl, měl jsem neuskutečnou radost. Netrvalo dlouho a založil jsem e-shop, který byl svého času první a jediný v Česku, který nabízel ucelený sortiment kolem grilování. Vzpomínám si, že první dodávku grilů Weber jsem pak narychlo skladoval u rodičů v garáži.

Vlastníte certifikát CBJ. Co to znamená?

Znamená to, že jsem „certifikovaný barbecue porotce“, což je oprávnění, které člověku umožňuje se jako hodnotitel účastnit soutěží pořádaných americkou neziskovou asociací Kansas City Barbecue Society (KCBS). Ta nastavila hodnotící kritéria a postupy, které soutěžící i porotci musí dodržovat. To umožňuje vytvářet světový hodnotící žebříček, kdy se ze tří základních druhů masa na BBQ připravují čtyři jídla: hovězí hruď, vepřové trané maso, vepřová žebírka a kuřecí paličky nebo špalíky. Vzhledem k tomu, že barbecue uznáváme jako americkou kuchyni,

je misí společnosti KCBS oslovovat, zachovávat a podporovat barbecue a rozšiřovat znalosti o něm jako o kulinářském umu, sportu a druhu umění.

Co následuje po absolvování kurzu?

Každý účastník si v rámci absolvování ohodnotí první soutěž, která je součástí kurzu, ale nezapisuje se do hodnotících žebříčků. To se mi podařilo v roce 2015 a pak za dva roky jsem se jako rozhodčí zúčastnil soutěže v Praze. Abych to detailně viděl i z druhé strany, v roce 2019 jsem se postavil mezi soutěžící v dalším pražském klání.

Jedíte v současnosti jako porotce na nějaké soutěži?

I když se KCBS soutěže pořádají v Evropě, je to i tak velmi časově náročné. Vlastně to znamená strávit celý víkend na cestách, což si žádá velké množství volného času. V roce 2021 jsem se chtěl účastnit jako porotce nejbližší soutěže ve Vídni, ale pandemie koronaviru do toho bohužel negativně zasáhla. Letos se plánují KCBS barbecue soutěže v Itálii, Nizozemsku i Litvě, kam bych rád vyrazil.



TEREZA ŠIMURDOVÁ
tereza.simurdova@metro.cz

Samsung uvedl nové telefony řady Galaxy S25, které vám opravdu rozumí

Nová řada Samsung Galaxy S25 přináší revoluci v mobilní umělé inteligenci s nejvyspělejším vnímáním aktuálního kontextu a okolního prostředí.

S telefony, které rozumí vašim potřebám a chrání vaše data, vstupujeme do nové éry multimodální umělé inteligence.

Společnost Samsung Electronics představila novou řadu telefonů Galaxy S25, která posouvá hranice mobilní technologie. Galaxy S25 Ultra, Galaxy S25+ a Galaxy S25 přinášejí revoluci v umělé inteligenci a nabízejí uživateli personalizovaný zážitek, jaký tu ještě nebyl.

Umělá inteligence, která vám rozumí

Nová řada Galaxy S25 je vybavena multimodálními funkcemi umělé inteligence, které telefonu umožňují přirozeně reagovat na vaše potřeby a vnímat kontext. Uživatelské rozhraní One UI 7 z telefonu dělá chytrého společníka, který rozumí tomu, co po něm uživatel chce. To vše s důrazem na soukromí a bezpečí.

Například funkce Circle to Search zrychluje a usnadňuje vyhledávání. Stačí prstem

zakroužkovat telefonní číslo, e-mail nebo webovou adresu na displeji a jedním kliknutím můžete třeba odeslat e-mail.

Asistenční služba Gemini zase zjednodušuje práci s aplikacemi Samsung, Google a vybranými aplikacemi dalších výrobců. Můžete například v prohlížeči vyhledat informace a jediným příkazem je uložit do kalendáře.

S Galaxy S25 se můžete spolehnout i na automatický přepis hovorů s funkcí Přepis hovorů.

Revoluční změny se dotkly i chápání přirozeného jazyka. Stačí říct, co chcete, a telefon to udělá – najde fotku v galerii nebo upraví velikost písma na displeji. A pokud rádi kreslíte, Asistent kreslení vám pomůže proměnit jednoduché náčrty v umělecká díla. Stačí nakreslit obrázek a systém ho automaticky vylepší a doladí.



Fotografie na profesionální úrovni

Galaxy S25 disponuje vylepšenými fotoaparáty s vysokým rozlišením a technologií ProVisual Engine pro mimořádně kvalitní snímky s vynikající kresbou detailů i za zhoršených světelných podmínek. Nový ultraširoký fotoaparát má rozlišení 50 megapixelů a 10bitové HDR pro čtyřikrát bohatší barevné podání.

S Galaxy S25 se z vás stane profesionální kameraman. Abyste z videa odstranili nechtěné zvuky, můžete například využít funkci Mazání zvuku. Stačí si vybrat, jestli chcete ztlumit hlas, hluk davu nebo třeba vítr. S funkcí Virtuální clona si zase můžete pohrát s hloubkou ostrosti, a dosáhnout tak efektu rozmazaného pozadí.

Bezpečnost na prvním místě

V éře umělé inteligence je bezpečnost klíčová. Galaxy S25 proto chrání vaše data pomocí pokročilých technologií. Technologie Personal Data Engine se stará o personalizaci AI funkcí s důrazem na soukromí. Veškerá data se bezpečně ukládají do soukromého prostoru a šifrovací klíč chrání osvědčený nástroj Knox Vault.

Váš telefon tak i před budoucími hrozbami chrání postkvantová kryptografie.

Výkon a udržitelnost

Galaxy S25 pohání procesor Snapdragon® 8 Elite for Galaxy, který nabízí špičkový výkon pro plynulý chod i náročných aplikací. Zároveň Samsung klade důraz na udržitelnost a ve výrobě telefonů využívá recyklované materiály.

Exkluzivní nabídka na e-shopu Samsungu

Telefony Galaxy S25 se začnou v České republice prodávat od 7. února 2025, ale předobjednat si je můžete už teď s výhodným bonusem. Pouze na www.samsung.cz navíc seženete exkluzivní barevné varianty nových modelů. Navíc dostanete vyšší úložné místo za nižší cenu, nové příslušenství za polovinu nebo slevu na nákup více produktů současně. Novinky si zájemci mohou předobjednat od 22. ledna do 6. února nebo do vyprodání zásob. Na objednávky rovněž platí doprava zdarma.

Připravte se na revoluci ve světě mobilů!



POPCORN

Vlny kralovaly, kina však strádala



Dobový film *Vlny* režiséra Jiřího Mádlu představuje napínavé a doposud utajené příběhy novinářů Československého rozhlasu. Snímek je zasazen do sklonku 60. let.

2x BONTONFILM

KINOBOX.CZ

Zaujal vás článek Milana Rozsáfného o loňských hitech v tuzemských kinech? Rádi pročítáte texty s filmovou tematikou? Právě pro vás je určen QR kód níže. Po jeho načtení svým chytrým telefonem se ocitnete na webových stránkách kinobox.cz.



Tereza Ramba v Zápísníku alkoholičky



Velmi úspěšná pixarovka
V hlavě 2 WALT DISNEY PICTURES

Největší favorit cen Český lev, film *Vlny* režiséra Jiřího Mádlu, porazil pixarovku *V hlavě 2*. Stal se nejnavštěvovanějším snímkem českých kin za rok 2024. Milan Rozsáfný, šéfredaktor webu Kinobox.cz, v následujícím článku shrnuje vše podstatné.

Distributoři stále doufají, že se jim podaří znovu přiblížit zlatému roku 2019. Aktuálních 13 milionů diváků za rok 2024 ale jasně ukazuje, že to bude ještě hodně složitě.

Zachránce Hollywoodu

Čísla nezvýšily ani triumfy v podobě *Vln* a oblíbené pixarovky *V hlavě 2*.

Vlny jsou čtvrtým českým vítězem výročního žebříčku za posledních šest let, čímž tuzemská kinematografie dokládá svou důležitost a stálou diváckou atraktivitu. Podle údajů webu Kinomaniak má česká produkce na celkové návštěvnosti takřka třetinový podíl, což je bez debat úspěch a důkaz, že na domácí tituly se u nás slyší.

A čím dál více než na hollywoodskou produkci, která znamenala propad a jejíž čest hájily zejména animované filmy. V top 10 naleznete hned čtyři animáky – *V hlavě 2*, *Já, padouch* 4 na bronzové příčce, *Odvážnou Vaianu* 2 na 8. místě a *Kung Fu Panda* 4 na desítku. Z blockbustů se kromě *Deadpoola* s *Wolverinem* na pětce prosadila ještě druhá *Duna* na 6. místě a *Venom: Poslední tanec* na devítku. Čest českých komedií pak na sedmičce uhájila *Aristokratka* ve varu. Pojďme se ale nyní v rychlosti kouknout na

pětku nejnavštěvovanějších filmů roku.

Komiks není mrtev

Komiks loni pokračoval ve svém žánrovém úpadku, právě *Deadpool & Wolverine* na pátém místě byl ovšem (s menším doprovodem zmiňovaného *Venoma*) jediný počin, který dokázal žánrový prapor hrdě nést. Marvel po letech přešlapů vsadil na dvě ikonické postavy i nostalgii a znovu vykřesal obří hit. Celosvětově si komiksoví borci odnesli z kin 1,3 miliardy dolarů. Více než půl milionu diváků z českých kin dělá ze snímku 4. nejnavštěvovanější film od MCU u nás. Komiksy zkrátka možná nejsou ještě tak mrtvé, jen se musí vsadit na ty správné karty.

Půl milionu s Rambou

Druhým nejúspěšnějším českým filmem roku se stal Zápísník alkoholičky. Je to v několika ohledech překvapivý úspěch. Jedná se o temnější a náročnější drama. Nicméně kombinace strhujícího výkonu Terezy Ramby a evidentně atraktivního tématu alkoholismu na diváky dokonale zapůsobila. Více než 550 milionů diváků a celkové 4. místo v návštěvnosti je pro podobný počin až nevídaný úspěch.

Animovanou dominanci ztvrdili kromě personifika-

ných emocí také *Mimoni* ve čtyřce *Já, padouch*. Série sice už spoléhá na jistotu a animovanou rutinu, ale děti *Grua* a jeho žluté pobočníky pořád baští ve velkém. Na snímek, jenž premiéroval v červnu, se proto hojně chodilo několik měsíců. Stačilo to na loňský bronz.

Triumf na všech frontách

Na animovaného tahouna *V hlavě 2* se ale nechytal takřka nikdo. Nová pixarovka se stala ve světě komerčně nejúspěšnějším filmem roku, když utržila necelých 1,7 miliardy dolarů. I v našich kinech se málem radovaly *Radost*, *Smutek* či *Úzkost* z vítězství. Žebříček návštěvnosti vedl snímek téměř polovinu roku, aby mu byl triumf vyfouknut za minutu dvanact. Aspoň v tržbách je film jasným vítězem.

Vlny na poslední chvíli zpečetily už tak obří úspěch retro dramatu Jiřího Mádlu, které nadchlo kritiky i diváky. Snímek se v kinech stal poctivou trvalkou, která se v top 5 vyskytovala několik měsíců, a ještě v těchto dnech poctivě přidává další diváky. Z *Vln* se stala česká událost roku, jež do kinosálů nahnala i lidi, kteří jim jinak příliš neholdují. Takhle vypadá právě vítězství na všech frontách.

MET a KINOBOX.CZ



Zleva Alfie Allen, Connor Swindells a Jack O'Connell v Pluku mizerů. První série byla odvysílána v roce 2022 a našla si milióny fanoušků. KUDOS PRODUCTIONS

Písek, rock a zábava. Znáte Pluk mizerů?

Britský seriál vypráví příběh o vzniku elitní jednotky. Druhá řada trenduje na HBO Max.

Fanouškům druhé světové války uvařili dobrotu. Recept je jednoduchý: spojte legendární seriál Bratrstvo neohrožených s filmem Hanebný pancharti režiséra Quentina Tarantina. Přisypte trochu z britských hitů Sexuální výchova a Koruna a nakonec to ozdobte špetkou z Hry o trůny. Seriál Pluk mizerů je lahůdkou.

Britská minisérie vznikla podle stejnojmenné knihy Bena Macintyry a vypráví příběh o tom, jak vojáci britské armády vytvořili během druhé světové války v severoafrické poušti nejlépeší speciální jednotku na světě známou jako SAS – Special Air Service. Četa byla zaměřena na provádění záškodnických operací za nepřátelskými liniemi.

Podle skoro skutečných událostí

Scénář, který se snaží autenticky zachytit historii, napsal Steven Knight. Ten si diváky získal hlavně díky oblíbenému seriálu Gangy z Birminghamu. Knight v Pluku mizerů míchá fakta s akční podívanou a sem tam si něco také trochu přibarví. Divák se ale náramně baví. Malý příklad „přikrášlení“ historie: jednou z postav seriálu je i špión Dudley Clarke, který se v první sérii ve své káhirské kanceláři objeví v ženských šatech. Ve skutečnosti ale tento „převlek“ využil v Madridu v jiné fázi války. Dodnes není jasné, proč Clark šaty oblékl. Mimochodem, postavu hraje Dominic

West, kterého dobře znají diváci Koruny. V posledních dvou sériích totiž ztvárnil prince Charlese.

Náročné natáčení

Seriál má i další zajímavé obsazení. Jedním z titulní hrdinů Pluku mizerů je poručík David Stirling, kterého ztvárnil dlouhán Connor Swindells. Britský herec začal být známý díky roli introvertního Adama Groffa v netflixovském seriálu Sex Education. Swindells v rozhovoru pro televizní společnost BBC uvedl, že práce na akčním seriálu byla tou nejnáročnější, kterou zatím zažil. „Měli jsme dlouhé zkoušky před natáčením, což bylo velmi užitečné pro to, aby se všichni lépe poznali a společně si prošli klíčové scény. Kemp byl intenzivní – začínali jsme kolem sedmé ráno, kdy už bylo v Maroku asi 30 stupňů. Pochodování v písku je zkušenosť, která všechny spojila,“ popsal herec, který při fyzicky náročném natáčení mohl těžit ze svého koníčku. Swindells totiž dříve boxoval.

Další hlavní postavou je i poručík John Lewes. Jeho ztvárnil Alfie Allen, kterého diváci pro změnu nejspíš znají ze série HBO Hra o trůny, kde ztvárnil Theona Greyjoye. Také Allen při rozhovoru pro BBC vypíchl náročné podmínky. „Při natáčení třetí epizody bylo 53 stupňů Celsia,“ zmínil například britský herec.

Kromě obsazení dává seriálu drajv například soundtrack. Rocková muzika sice nepatří do období druhé světové války, ale příběh má díky ní dynamiku.

Ve druhé sérii, kterou můžete už několik dní sledovat na HBO Max, se děj přesouvá z Afriky do Evropy. Udrží si seriál vysokou úroveň? **MAREK HÝŘ**

PENNY.

OD ČTVRTKA DO STŘEDY
23. 1. – 29. 1. 2025

Protože jídlo je láska



VIVESS
více na www.penny.cz



90% masa



JEDINEČNÁ NABÍDKA

87,90

VEPŘOVÁ KÝTA*
bez kosti, ve vakuu
cena za 1 kg

11,90
23,90

50%

ZAUZENÝ ŠUNKOVÝ SALÁM REZNIKŮV TALÍŘ
100 g



TAVENÝ SYR BONI
různé druhy
150 g
100 g 12,60 Kč
18,90 Kč



18,90
26,90

29%



HROZNY RÉV VINNÉ BÍLÉ
bezsemenné, balené
500 g
100 g 8,98 Kč

44,90
89,90

50%

RAJČATA CHERRY
volná | cena za 100 g

CENA ZA 100 G



11,90
14,90

20%

ilustrační foto

■ Nejnižší cena za posledních 30 dní. Škrtnutá cena je běžná prodejní cena.

Odběr zboží z letáku je možný jen v obvyklém množství, maximálně 2 kartony na osobu na den, není-li uvedeno jinak. Fotografie mohou být ilustrační. Vyhrazujeme si právo změny. Další podmínky nabídky na www.penny.cz. *Takto označené produkty nenáleží do stálého sortimentu, mohou být tedy dodány na příslušné prodejny v menším množství, a z toho důvodu jedinečná nabídka na toto zboží platí pouze první den uvedeného období akce. **Doporučená prodejní cena výrobce. Sleva je poskytována za body za nákupy v prodejnách Penny Market. Body za své nákupy můžete získat od 9. 1. 2025 do 26. 3. 2025. Získané body lze uplatnit do 2. 4. 2025. Akce platí do vyprodání a vydání zásob v jednotlivých prodejnách Penny Market. Fotografie je pouze ilustrativní. Podrobná pravidla na www.penny.cz.

REPLAY

V TOVÁRNĚ NA SMRT



Silueta strážní věže a průjezd pro vlaky plné židovských vězňů. Pohled, který zná celý svět. Ale ani osmdesát let poté, kdy pracovní a současně vyhlazovací tábor osvobodila Rudá armáda a vojáci spatřili zlomek zdejších hrůz, tvrdí někteří lidé, že koncentráky a holokaust neexistovaly.

Dva přeživší vězni, Erich Kulka s Otou Krausem, zřejmě nejpodrobněji popsali fungování osvětimského pekla.

Nikdy nemluvte před Poláky o Osvětimi jako „polském koncentráku“. Nebyl jejích po žádné strance. Byl totálně německý a měl smůlu, že si pro jeho existenci vybrali Němci polské území.

Do Osvětimi dojedete pohodlně po dálnicích odkudkoli z Evropy. Během války, kdy zde začali Němci budovat nejdříve vyhlazovací tábor v Březince a později i dokonalejší stroj na likvidaci Židů, ale i dalších národů v druhém, mnohem větším komplexu Březinka II, to ale bylo místo vzdálené od všech bojišť i běžného ruchu. Ideální místo ve světě, kde ještě nebyly vesmírné satelity, sociální sítě, všudypřítomné mobily. I to byl důvod, proč daleko

od velkých měst, při omezeném dopravním spojení váhali i vzdělání a informovaní lidé uvěřit, že se v táboře vyhlazují lidé jako na běžícím továrním pásu.

Kniha, která dala Osvětimi druhé jméno

Nacisté zde uplatnili všechny praktické zkušenosti z fungování koncentračních táborů v třetí říši, jak se to naučili již ve 30. letech. Svědectví Ericha Kulky a Oty Krause, dvou židovských novinářů a spisovatelů, dalo osvětimskému tá-

boru i pojmenování. Továrna na smrt, tak se jmenovala kniha, kterou po osvobození vydali a kdy podklady, které se jim podařilo shromáždit, posloužily i při norimberském procesu s nacistickými válečnými zločinci. Na území Generálního gubernementu existovaly relativně krátce tři mnohem efektivnější vyhlazovací „fabriky“. Sobibor, Treblinka a Belžec. Tady dovedli nacisté holokaust k naprosté „dokonalosti“, kdy šli lidé z vlakových transportů bez větších pauz rovnou do plyno-

vých komor a pak do hromadného hrobu.

Žít jen tak dlouho, jak vám to my dovolíme

Zrůdnost osvětimského tábora spočívala v exploatačním mechanismu. Staří, nemožící, slabé ženy a děti byly vyselektovány od vlakové rampy hned do plynové komory. Ti, kteří mohli ještě přinést Říši nějaký užitek, dostali od vězňů možnost žít a pracovat. Dokud jim budou stačit síly nebo dokud je někdo jen tak z rozmaru nezastrěl. A všem sebrat majetek, cennosti, zlato, ale i vlasy jako výplň do zimních bund pro posádky ponorek, aby jim nebyla zima. Až dlouho po válce se podařilo věrohodně určit celkový počet mrtvých. Osvětimi prošlo asi 1,3 milionu vězňů, zavraždili kolem 1,1 milionu. Naprostou většinou pomocí cyklonu B, kyanovodíku v plechovkách. Ten nesl i českou stopu. Část produkce se vyráběla v závodě Draslovka na území protektorátu. **PAVEL HRABICA**



Práci ke svobodě. Němci si libovali v absurdních heslech odkazujících k převýchově prací. Cesta z lágru ale vedla jen komínem krematoria.

KLAPKA! AKCE!

Osvětim inspirovala mnoho filmařů.

- V roce 2024 vznikl britsko-německý pětidílný seriál Tatér z Osvětimi.
- Zóna zájmu je film z roku 2023 o veliteli osvětimského tábora Rudolfovi Hössovi.
- V roce 2013 natočil režisér Milan Cieslar snímek Colette s Jiřím Mádlem. **PH**

INZERCE

26. 1.
Smrt krásných srnců

28. 1.
Pějme píseň dohola

29. 1.
Škola základ života!

TY NEJOBLÍBENĚJŠÍ ČESKOSLOVENSKÉ KLASIKY

VŽDY od 20:00

CS FILM

ZAVŘEL BŮH OČI A MLČEL

PAMÁTKA

27

Tábor v Osvětimi byl osvobozen v sobotu 27. ledna 1945. Datum se připomíná jako Mezinárodní den památky obětí holokaustu. V ten den našli vojáci v táboře Auschwitz I a Birkenau (Auschwitz II) necelé dvě tisícovky přeživších.

6

Tolik milionů Židů zahynulo za druhé světové války v nacistických koncentračních a vyhlazovacích táborech nebo v ghettech. Každý z hlavních táborů na území třetí říše i okupovaných území mival i desítky menších poboček.

PH



Původní tábor Březinka I nebo také Auschwitz I na snímku ze srpna 1944. Průmyslově pojatý holokaust probíhal až ve „dvojce“.

PICRYL

„Přistoupil k jednomu utěsněným dveřím a nepřítomně se malým okénkem díval dovnitř na zmítající se těla.“

RUDOLF VRBA
OSVĚTIMSKÝ VĚZEŇ O NÁVŠTĚVĚ
HEINRICHA HIMMLERA V TÁBOŘE
24. ČERVNA 1943



Jeden z mála dochovaných vězeňských baráků. Třípatrové palandy, na kterých spali trestanci namačkání těsně na sobě.

3x METRO

PROČ? DODNES KOLUJÍ OTAZNÍKY, KOLIK TOHO AMERIČANÉ A RUSOVÉ VĚDĚLI

Svědectví o tom, co se v Osvětimi děje, Spojenci měli. Dodnes se lidé ptají, zda bylo možné tohle průmyslové vraždění zastavit.

- Existovalo několik vězňů, kterým se podařilo z tohoto tábora smrti uprchnout.
- Dva z nich se na jaře 1944 dostali až do slovenské Žiliny,

kde sepsali šedesátistránkovou zprávu. Tu se podařilo propašovat do Švýcarska, do Vatikánu a také do USA.

- Spojenecká letadla vyfotografovala tábor Auschwitz I v srpnu 1944. Do osvobození v lednu 1945 ale nedošlo alespoň ani k náletům na železniční tratě, kterými byli do tábora transportováni Židé z okupo-

vaných zemí, především ze Slovenska a Maďarska.

- Spojenecká letadla nezabránila ani výrobě v pobočném chemickém závodě Buna Werke v Auschwitzu-Monowitzu. Ten patřil koncernu IG Farben. Vyráběl se zde mimo jiné syntetický benzin, kaučuk a další suroviny nutné pro německou armádu.

PH

INZERCE

20% SLEVA NA VŠE*

tescoma®

TÝDEN S TESCOU 16.–27. 1. 2025

ČÍM SI UDĚLÁTE RADOST?



Elektrický tlakový hrnec PRESIDENT
5,5 l, multifunkční

*Sleva platí při nákupu nad 699 Kč, nevztahuje se na již zlevněné položky a dárkové poukazy. Slevy nelze sčítat. Akce Týden s TESCOU probíhá v obchodní síti provozované společností TESCOMA s.r.o.

**KONČÍ V NEDĚLI
2. ÚNORA**

v 17 hodin

všech 250 modelů

**(skeletové, sklokompozitní, modulární,
keramické, nerezové)**



~~85 000 Kč~~

A woman is relaxing in a swimming pool. She is sitting on a lounge chair under a white umbrella. The pool is surrounded by greenery and a wooden deck. The text 'Výrobno v České republice' is visible in the bottom right corner.

CARIBIC 450

79 000 Kč

**Ve výprodeji
všech 15 modelů
(benzinové, AKU)**

AKU TEKNIKA

(v řadách 60 V, 40 V, 24 V)

~~8 200 Kč~~

AKU TECHNIKA

Ve výprodeji

všech 49 modelů

(v řadách 60 V, 40 V, 24 V)

greenworks®
MTF
PATRIOT

greenworks®

1 BATERIE

AKU rotační
sekačka
PATRIOT
LM 37, 40 V

3 800 Kč

KULTIVÁTORÝ

ZÁRUKA

DÍLENSKÉ ELEKTRONÁŘADÍ

POVÁNOČNÍ VÝPRODEJ

VŠEHO KONČÍ V NEDĚLI
2. ÚNORA
v 17 hodin

PÁTEK	SOBOTA	NEDĚLE	OTEVŘENO	PONDĚLÍ
24.1.	25.1.	26.1.	26.1.	27.1.
ÚTERÝ	STŘEDA	ČTVRTEK	PÁTEK	SOBOTA
28.1.	29.1.	30.1.	31.1.	1.2.

NEDĚLE
OTEVŘENO
2.2.
KONEC AKCE
V 17 HOD.

ZAHRADNÍ NÁBYTEK



Sestava
EUKALYPTUS
~~18 100 Kč~~
7 990 Kč

Na výběr z různých materiálů:
TEAK, TAHOKOV, EUKALYPTUS, HLINÍK

(stoly, pevná i polohovací křesla, lavice, lehátka, odkládací stolký, taburety, houpačky, slunečníky, potahy)

Ve výprodeji **všech 120 druhů**

VERTIKUTÁTORY



MTF LSE 140 V
~~5 100 Kč~~
2 200 Kč

Ve výprodeji **všech 5 modelů**
(elektrické, benzinový, AKU)

ELEKTROKOLA MTF

s volitelnou baterií (bez baterie)

Horské
MTF MOUNT 6.4

~~59 000 Kč~~
29 900 Kč

s volitelnou
baterií

Ve výprodeji **všech 120 modelů**
(horské, krosové, trekingové,
městské, skládací)
ceny od 9 900 Kč

Ke každému modelu
na výběr 2 až 4 typy baterií
s kapacitou až 24,5 Ah
a dojezdem až 200 km.



STŘEDOVÝ
MOTOR

ROBOTICKÉ SEKAČKY

ZAHRADNÍ ČERPADLA

PLOTOVÉ NŮŽKY

ZAHRADNÍ GRILY

Plynový
Char-broil
CONVECTIVE 210 B

~~11 000 Kč~~
4 900 Kč

Ilustrační foto



**Ve výprodeji
všechny 3 modely**

Robotická
s pojezdem
MTF DM2 600I
~~22 000 Kč~~
10 600 Kč



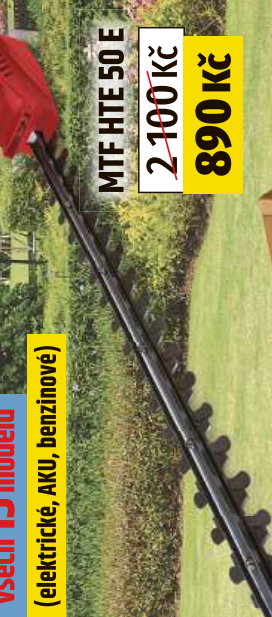
**Ve výprodeji
všech 8 modelů**
(ponorná, kalová,
povrchová, sudová)

Ponorné
MTF WPE020
~~1 700 Kč~~
790 Kč



**Ve výprodeji
všech 15 modelů**
(elektrické, AKU, benzínové)

MTF HTE 50 E
~~2 100 Kč~~
890 Kč



NAFUKOVACÍ VÍŘIVKY

**Ve výprodeji
všech 8 modelů**

Zobrazený model Purespa 6W Premium HWS 800



Příklad ceny:
LAY-Z-SPA MIAMI
~~20 200 Kč~~
8 400 Kč

SAUNY

**Ve výprodeji
všech 6 modelů**
(infra, finské)



InfraSauna Auri
~~44 000 Kč~~
19 900 Kč



Tiskové chyby, změny cen, vyobrazení a technických parametrů vyhrazeny. Ceny uvedené u AKU techniky a elektrokol jsou bez baterie.

KRBOVÁ KAMNA

**Ve výprodeji
všech 24 modelů**
(s výměníkem i bez,
kachlová, peletová)

INFERNO
~~42 000 Kč~~
18 900 Kč



BAZÉNY AZURO VARIO
s možností částečného nebo úplného zapuštění

**Ve výprodeji
všech 15 modelů**
(kruhové, oválné)

**BEZ NUTNOSTI
VÝKOPOVÝCH PRACÍ,
ŽÁDNÝ BETON!**

Hloubka
1,07–1,20 m

Příklad ceny:
Azuro Vario VI
~~7 400 Kč~~
2 900 Kč

Těleso, dekor sedý



ilustrační foto

E-SHOP  Nakupovat můžete také 24 hodin denně na **www.mountainfield.cz** **otevřeno i v neděli**

Mountainfield

KULTURA

Štěstí a dobro všem
míří na filmové festivaly

Český dokument zachycuje proměnu myšlení a hodnot lidí po pádu Sovětského svazu.

Dokument režiséra Filipa Remundy *Štěstí a dobro všem* se před českou premiérou, která je plánovaná na 27. února, představí na zahraničních festivalech. Časosběrný dokument o životě v dnešním Rusku uvede 25. ledna ve francouzské premiéře mezinárodní soutěž na festivalu International Documentary Festival v Biarritzu a 6. února se představí v sekci Demokracie v nesnázích na festivalu DocPoint v Helsinkách.

Snímek zachycující proměnu myšlení a hodnot lidí po pádu Sovětského svazu se loni stal na festivalu dokumentárních filmů Ji.hlava

v sekci Opus Bonum nejlepším filmem střední a východní Evropy. Zvláštním uznáním v sekci Česká radost byl navíc vybrán do soutěží letošních přehlídek Docs Against Gravity Varšava a ArtDocFest Riga. Tento týden uspěl na audiovizuálních cenách Trilobit udělovaných Českým filmovým a televizním svazem, kde Remunda získal Cenu moc bezmocných za přínos občanské společnosti.

Hlavní postava filmu Vitalij, fyzik a rekordman v extrémním otužování, se žije jako zedník a žije za hranicí chudoby. Zatímco jeho rodiče, prominentní vědci, vzpomínají na slávu režimu, který budovali, patriot z Novosibirska Vitalij postupně mění názor na současné Rusko. Zavrhuje jeho kapitalistickou podstatu a jako radikalizovaný blogger hlásá nastolení spravedlivějšího režimu. „Tento mezigenerační střet je

pro země bývalého sovětského bloku typický. Zatímco starší generace vzpomíná na jistoty a výhody minulého režimu, ta mladší se beznadějně zmítá v krizi autorit, odmítá minulou i současnou politickou reprezentaci a uchyluje se k extrémním názorům,“ řekl Remunda. „Časosběrná charakterová studie vyobrazuje, jak dlouhodobá frustrace a deziluze vede k tomu, že se celé generace a společenské třídy přiklání k radikálním řešením a hlasují pro autoritářské lídry typu Putina, Trumpa nebo Le Penové,“ dodal.

Čeští filmaři točili dokument v Rusku po anexi Krymu a invazi na Ukrajinu. Vznikal v částečném režimu utajení mezi roky 2016 a 2024 na řadě míst – vedle Vitalijova domovského Akademického městečka u Novosibirsku i pod rozestavěným mostem vedoucím na okupovaný Krym. **ČTK**

AUTOR

Režisér, scenárista a producent Filip Remunda je absolventem katedry dokumentárního filmu FAMU.

- V roce 2003 Remunda založil s Vitem Klusákem produkční společnost Hypermarket Film, která stojí za řadou celovečerních dokumentárních filmů, desetiletým cyklem dokumentů Český žurnál, sociálně-kuchařskou show Ano, Šéfe! a sérii on-line detektivek Zvláštní vyšetřování. **ČTK**



Filip Remunda ARCHIV F. R.

KRÁTCE

Opět se neprodal

Palác Broadway se nepodařilo prodat ani na osmý pokus. Nikdo nenabídl vyvolávací cenu 878 milionů.

King na plátnech

Jedna z nejděsivějších povídek Stevena Kinga míří na plátna ve filmu Opice. Příběh o dvojčatech Billovi

a Halovi, která najdou na půdě natahovací opičku s činely, jež patřila jejich otci, a odstartují tím sérii otřesných úmrtí, bude k vidění od 20. února. **MET**

Láska má nový singl

Písníkář Láska zveřejnil další písničku z připravované desky. Singl Vlčí máky doprovází videoklip. V písničce podle hudebníka mohou lidé slyšet temné hudební plochy, elektrické kytary i pískání.

„Bude celkem výzva to naživo zahrát alespoň trochu podobně,“ směje se. Láska byl na podzim hostem turné písničkáře Xindla X, nyní se připravuje na jarní turné se spřátelenou kapelou Poletíme? **MET**

INZERCE

Domov seniorů MARTA
Victorianna s.r.o.
POSKYTOVATEL SOCIÁLNÍCH SLUŽEB

- zajištění sociálních služeb kvalifikovaným personálem
- registrace na poskytování sociálních služeb dle §49 Zák. 108/2006 Sb.

www.seniordummarta.cz
info@seniordummarta.cz
senior.dum.marta@seznam.cz

+420 323 604 124
+420 777 662 740

KDY pondělí 27. 1. a úterý 28. 1. 2025 od 10 do 17 h.

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



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

ZLATO:

zubní zlato i (nečištěné) šperky mince a zlomkové



až 1800 Kč
za gr

STŘÍBRO:

přibory, tabatěrky a technické stříbro



HODINKY:

náramkové, kapesní až do roku 1990



ŠPERKY:

granátové a brilantové šperky



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



Vlny o Oscara nezabojují

Drama Vlny režiséra Jiřího Mádl (na snímku) se nedostalo do finální pětice v mezinárodní kategorii Oscarů. Češi zde na úspěch nadále čekají, už 21 let. Mezi krátkometrážními hranými filmy se nedočkali ani režiséři Viktor Horák a Pavel Sýkora se snímkem Krajina. Se 13 šancemi oscarovým nominacím vévodí muzikál Emilia Pérez. **IDNES.cz**

POZOR, ČEŠTÍ OBČANÉ!

NEŽ OTOČÍTE
DALŠÍ STRÁNKU,
ČTĚTE DALŠÍ

Revoluční recept švédských vědců obnovuje sluch za 72 hodin bez chirurgického zákroku a sluchadla

K DISPOZICI JE
1000 BALENÍ ZDARMA

Je vám mezi 28 a 95 let? Získejte přípravek ZDARMA!

Žijeme v době, kdy máme na dosah ruky obrovský technologický pokrok a znalosti, ale přístup k nim má jen hrstka nejbohatších vyvolených. Proto odborníci na klinice NordMed ve Stockholmu zahájili inovativní zdravotní program. Díky této iniciativě dostávají tisíce lidí z celé Evropy zdarma revoluční přípravek, který napravuje sluch a chrání před hluchotou a přetrvávajícím hučením v uších. **Tržní hodnota tohoto přípravku je 3000 Kč!** V současné době zahrnuje zásilka geniálního přípravku i Českou republiku a je zcela zdarma. Právě jste získali možnost získat ZDARMA řešení, které vám navrátí plný požitek ze zvuků a každodenní konverzace. Zavolejte nám na číslo uvedené na této stránce.

Objev švédských vědců oceněný Nobelovou cenou
Organický stimulátor vnitřního ucha je:

- Zlepšení porozumění řeči o 70%
- Snížení výskytu tinnitu o 60%
- Tlumení zvuků o 20-30 dB
- 3krát lepší komunikace ve skupině
- 8 hodin kvalitního spánku - bez hučení v uších
- 4krát lepší slyšitelnost v hluku
- Pohodlný poslech rádia, sledování televize

Zdravý sluch za pouhých 72 hodin - získejte ZDARMA
ZAVOLEJTE si o bezplatné balení přípravku

519 790 341 | Pospěšte si, kdo dřív přijde, ten dřív mele

Získáte 4x lepší sluch - u sebe doma!

Nemusíte čekat ve frontách, objednávat se ani chodit na kontroly. Stačí zavolat na číslo uvedené na této stránce a požádat o BALÍČEK na posílení sluchu ZDARMA, který vás ochrání před opakovaným výskytem tinnitu.

Pokud splňujete tyto podmínky, máte 100% nárok na švédský program nechirurgické obnovy sluchu:

- Váš rok narození je mezi lety 1929 a 1996
- Máte české občanství
- Chcete znovu slyšet bez léčby a naslouchadel

Okamžitě zavolejte na autorizovanou linku pomoci, jejíž číslo je uvedeno na této stránce. Požádejte o 1 z 1 000 bezplatných balení výrobku proti hluchotě. **Upozornění: tato nabídka platí pouze do vyprodání zásob.**

Kvalita švédských vědců do české kapsy

„Mocná zbraň proti hluchotě“, „aplikujete jednou denně a problém je pryč“, „tinnitus zmizí, jako by ho někdo vypnul tlačítkem“ - to jsou nadšené názory již více než 12 000 lidí, kteří se zúčastnili kampaně institutu NordMed a využili bezplatné kúry. V České republice se ekologický přípravek stává také senzací: **již za 72 h začíná posilovat řasnaté buňky**

ucha a zlepšuje periferní prokrvení mozku. Velkolepé účinky se dostávají okamžitě: prakticky úplné ustání hučení a pískání v uších, slyšení přirozených okolních zvuků ve vynikající kvalitě, zbavení se bolesti hlavy a pocitu přetékajícího nebo vatového v uchu.



NordMed Institute ve Stockholmu - zde byl vyvinut průlomový organický přípravek, který zvyšuje vedení zvuku v uchu o 70% a potlačuje proces pokročilé hluchoty během 72 hodin

- *Po 3 dnech tinnitus zmizel. Tento přípravek obnovuje normální stav.* Radek, 55 let, Pardubice
- *Jako bych dostal nové uši darem. Mluvení mi opět přináší potěšení.* Helena, 68 let, Most
- *Konečně mluvím jako rovný s rovným. Žádné opakování, žádný křik.* Dalibor, 60 let, Jihlava

299/300 lidí potvrzuje:

potěšení z poslechu roste každým dnem

Před kúrou:



Problémy se
sluchem

72 h:



Čistý zvuk
90-100 dB

5 dní:



Slyšitelné zvuky
50-60 dB

20 dní:



I slabé zvuky o
hlasitosti 30-40 dB
jsou zřetelné

Dokonalý sluch ihned - pro vás nebo pro někoho, koho máte rádi

Ekologický přípravek, který vznikl v zemi, kde **si lidé udržují sluch v kondici až do 90 let**, je k dispozici na telefonním čísle uvedeném na této stránce.

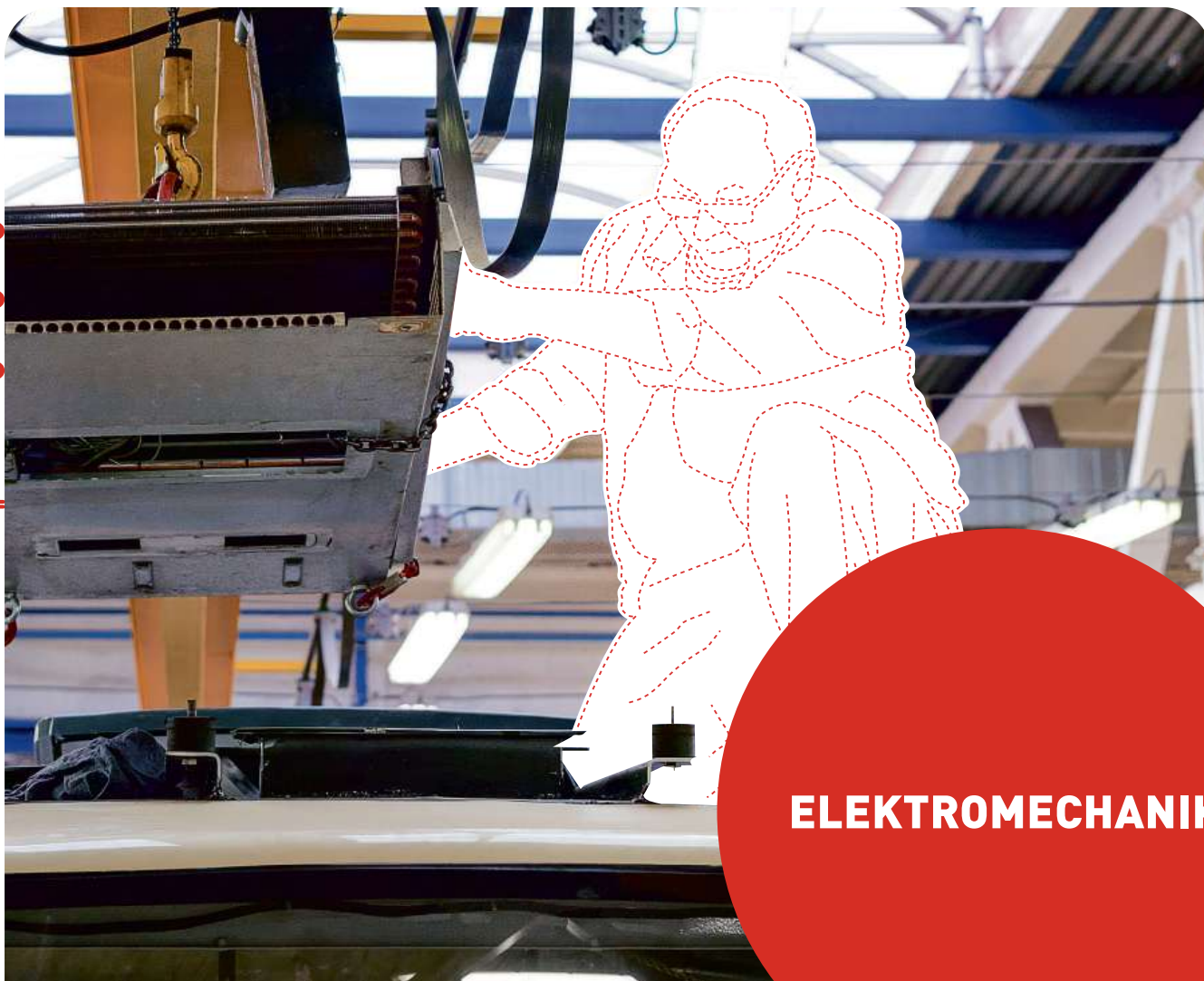
D Ů L E Ž I T Ě: Pokud se někdo z vašich blízkých potýká s přetrvávajícím hučením v uších nebo ztrátou sluchu, můžete si pro něj rezervovat bezplatné balení přípravku. Výrobce přípravku **nevyžaduje žádné certifikáty ani záruky.**

Dokonalý sluch - bez operace a bez nákladů.

Vyzvedněte si přípravek za 0 Kč: 519 790 341

NABIDKA PLATÍ DO: 14.02.2025

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



ELEKTROMECHANIK

Staň se u nás elektromechanikem

Co od tebe potřebujeme:

- střední vzdělání s výučním listem
- praxe v oboru výhodou
- obor vzdělání elektrotechnika

Co nabízíme my:

- zaměstnanecké jízdné
i pro rodinné příslušníky (Lítačka)
- zajímavé zaměstnanecké benefity
- zázemí stabilní společnosti



800 220 020

dpp.jobs.cz



Dopravní podnik
hlavního města Prahy

PRAHA

Připomínky mostního najdete v Praze dodnes

Snobové přes řeku zdarma nechodili. Šlo o čest.

Dostat se v Praze z jednoho břehu Vltavy na druhý stálo dlouhá staletí každého člověka pár drobných mincí, tato praxe se datuje až do časů Juditina mostu. Placení mostního vydrželo až do období první republiky, zrušeno bylo před 100 lety, 24. ledna 1925. Přes Karlův most se sice v té době chodilo už 110 let zdarma, ale na dalších mostech se dlouho vybíralo dál.

Poplatek, jehož výše se lišila – podobně jako v současnosti u placení mýtného na dálnicích – pro chodce, povozy nebo jezdce na koních, se vybíral už ve 12. století a nejstarší pražský most měli zpočátku ve správě johanité. Později jej přebíral řád Křižovníků s červenou hvězdou, které-

mu zůstalo právo vybírat mýtné i na Karlově mostě, na oplátku jej ale museli řeholníci udržovat. V listopadu 1815 sice císař vybírání mostního zrušil, avšak jen pro Karlův most. Když tak o 25 let později, v listopadu 1841, otevřeli v Praze nový most císaře Františka I. zvaný Řetězový (nyní na jeho místě stojí most Legií – pozn. redakce), začalo se za cestu přes Vltavu zase platit.

Za přechod pražských mostů se před zavedením korunové měny dával jeden krejcar, ale šlo pořídit také předplatné, kdy člověk za deset krejcarů dostal jedenáct kovových známek určených k hrazení mostního. Za kolo nebo dvoukolový trakař se platily dva krejcare, dětský kočárek a čtyřkolový trakař stály čtyři krejcare a kůň šest krejcarů. Mýtné ale neplatili všichni – například vojáci a policisté v uniformě mohli přejít zcela zdarma.



Budka u mostu Legií

MAFRA

Mostné vybírali zřízenci, kteří většinou sídlili v malém domku poblíž mostu. Památky na jejich činnost se zachovaly dodnes, příkladem je třeba přízemní hrázděný domek, který dosud stojí v blízkosti Mánesova mostu, nebo budky na mostě Legií. Mimochodem, výběrčím Pražanů říkali všelijak, třeba datlové. To proto, že „klofali“ z misky drobné mince.

Zrušení mostního většina Pražanů uvítala, vyskytly se ale i výjimky. Pro někoho totiž bylo placení mostního věcí cti, podle Egona Erwina Kische například pražští snobové odmítali chodit přes Karlův most, protože byl zadarmo, a raději volili placené varianty.

Mostné ve své době platili nejen chodci či formani, ale také lidé, kteří přes Vltavu jeli v tramvaji, a to už od osmi koňské pouliční dráhy. Poplatek byl už obsažen v ceně jízdenky, jeho úhrada ale provoz poněkud zdržovala. Když koňka dorazila k mostu, průvodčí vystoupil a musel jít do budky zaplatit mostné za cestující. Po vzniku Elektrických podniků královského hlavního města Prahy v roce 1897, které postupně převzaly provoz pražské pouliční dráhy, se ale začal platit za průjezd tramvají přes mosty paušální poplatek. **ČTK**

ZOOALBUM Pozorujte nejmenší šelmu Afriky



Mangusta trpasličí má délku těla obvykle kolem 20 až 25 centimetrů a hmotnost mezi 200 až 400 gramy. Je tak nejenom nejmenší promykivou šelmou, ale i nejmenší šelmou Afriky. V mnoha ohledech se podobá blízké příbuzné surikatě, mimo jiné stejně jako ona žije v početných skupinách, kde se však rozmnožuje pouze dominantní pár. Zoo Praha chová mangusty trpasličí již víc než půl století; vidět je lze v expozici Afrika zblízka.

TEXT A FOTO



MIROSLAV BOBEK
ředitel
Zoo Praha

INZERCE

MÓDA

PROSTĚJOV

LEDNOVÁ LIKVIDACE

mínus

až

74%

Využijte našich neodolatelných slev!! **A POZOR! Akce navíc!** Při předložení tohoto kuponu při zakoupení jakéhokoliv obleku (platí i pro zlevněné), si můžete vybrat jakýkoliv dámský nebo pánský kabát **ZDARMA!!**

Platnost kuponu do 31. 1. 2025.

www.modaprostejov.cz

KDE?

PRAHA, Vinohradská 123
5 minut chůze od zastávky metra "FLÓRA" směrem k centru, zastávka tramvaje "Radhošťská", vedle Všeobecné zdravotní pojišťovny, naproti restaurace Apetit. Parkování doporučujeme v **PALÁCI FLÓRA**.
KLADNO, Tyršova 1396 - 50m od Sokolovny

SERVIS

Kamerun

První letošní sloupek výjimečně nepíšu v Troji, ale v džungli ve střední Africe. Nejde o exotickou dovolenou, avšak s týmem Zoo Praha zde podnikám náročnou služební cestu. Moderní zoo už totiž není „jen“ o chovu zvířat a množení ohrožených druhů v areálu zoo (takzvaného ex situ), ale investují stále více peněz a úsilí do ochrany fauny v místě jejího přirozeného výskytu (in situ). To může mít podobu převozu a vypouštění koní Převalského do asijských stepí, ale stejně tak vzdělávání domorodých obyvatel a jejich vedení k šetrnému přístupu k ekosystému. A přesně o to usilujeme v Kamerunu

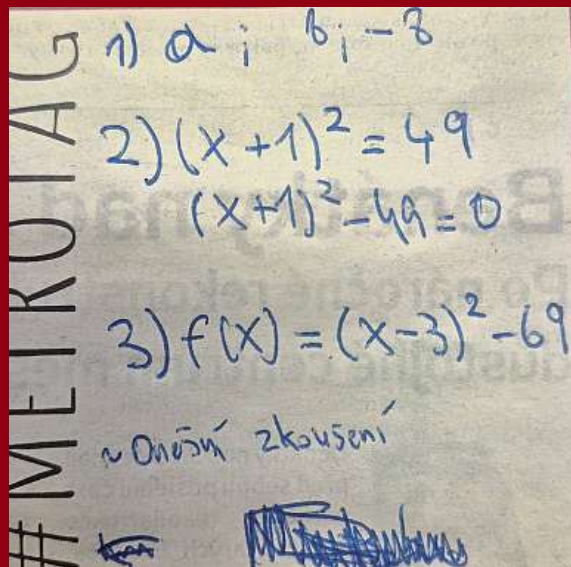
„Nám tolik podobní lidoopi jsou zde skutečně stále loveni ke konzumaci.“

Nu a jak tedy taková naše služebka vypadá? Rozvážíme do škol tisíce výtisků vzdělávacích materiálů, podporujeme práci strážců chráněných území nebo vysvětlujeme důležitost ochrany přírody místním farářům, kteří jsou zde autoritou. Současně se snažíme nechytit choleru, nepozvratet se z pohledu na upytlačená zvířata na trhu; a já doufám, že černá mamba, která se mi plazila před autem, se nechystá přenocovat v mém spacáku. Zoo mají více funkcí a já jsem rád, že v té pražské se najde tolik srdcařů, že pro ochranu němých tváří jsou ochotni čelit místním rizikům i diskomfortu. Ale ruku na srdce – už po týdnu se mi zdá o Plzni a Šumavě.

FILIP MAŠEK
MLUVČÍ ZOO PRAHA



@mojemetro



Taky jste se nejdříve vyděsili tak jako my? Matematika, rovnice, dávné nervy při zkoušení před tabulí, přinejlepším trojka v žákovské. No jo, ale na druhou stranu je tehle metrotag od studentů **Jonáše a Filipa** fantasticky hravý. „Pracovali jsme na něm společně, i přes zákaz učitele,“ uvádí budoucí maturanti :)

#METROTAG

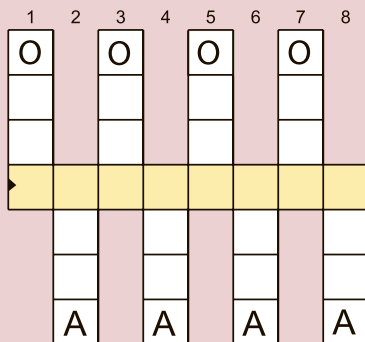
Tohle je místo na váš vzkaz! Do žlutého rámečku napište přání, výzvu, básničku nebo něco namalujte. Výtvar vyfotíte a sdílejte s hashtagem #METROTAG na svém Instagramu. Vzkaz lze poslat i jako zprávu přes Facebook nebo e-mailem na mms@metro.cz. Váš výtvar dáme do novin!

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

ŘEŠENÍ SUDOKU:
LUŠTĚNKA: ČOKOLÁDA

LUŠTĚNKA

1. nan
2. zasklené otvory
3. Ota (domác.)
4. malá oka
5. ochrana zboží
6. písmena A
7. polední jídlo
8. francovka



KOMIKS RED MEAT
A DALŠÍ SKVĚLÉ KOMIKSY
OD NAKLADATELSTVÍ CREW



K DOSTÁNÍ NA
WWW.OBCHOD.CREW.CZ
A U DOBRÝCH KNIHKUPCŮ.

RED MEAT

poslední pomazání
na první dobrou

Z tajných archivů
Maxe Cannona



CELOSTÁTNÍ AKCE

Získejte ZDARMA PÁR turmalínových ponožek stimulujících mikrocirkulaci!

Zbavte se zánětu, otoku, bolesti, necitlivosti a svalových křečí za méně než 20 minut!

Pokud trpíte problémy s krevním oběhem, cukrovkou, vysokým krevním tlakem, křečovými žilami, bolestmi nohou, ztuhlostí rukou, artritidou, bolestmi zad, kolen nebo jinými kloubními a svalovými potížemi – pak si poříďte pár ponožek z turmalínových vláken, které navrátí zdraví celému vašemu tělu.

Zlepšují mikrocirkulaci krve

Tajemstvím účinnosti vláken, z nichž jsou vyrobeny tyto ponožky proti bolesti a všem dalším potížím, je přírodní minerál používaný v tradiční čínské medicíně ke zlepšení krevního oběhu. Reč je o **turmalínových vláknech**, která po aktivaci tělesným teplem rozšiřují svou molekulární strukturu a vyzařují zdraví prospěšné infračervené vlny.

TURMALÍNOVÁ VLÁKNA

uvolňují do těla záporné ionty, čímž zvyšují průtok krve, což znamená více kyslíku a stavebních látek pro tkáň, což vede k:

- ✓ **OČIŠTĚNÍ** těla z toxinů a nebezpečných usazenin cholesterolu,
- ✓ **ODBLOKOVÁNÍ** cév z embolií, prevence aterosklerózy,
- ✓ **REGENERACE**, omlazení a oprava všech tělesných buněk.



Úleva od bolesti od prvního nasazení

Zdravotní procesy se spustí již za 20 sekund po nasazení! Účinek zesilují akupresurní výstupky, které působením na reflexní body na chodidlech stimulují orgány a tkáň celého těla. Zlepšením mikrocirkulace tímto holistickým způsobem **odstraňují turmalínové ponožky pro cirkulaci bolesti kloubů, artrózu, záněty a bolesti svalů**, takže zlepšení pocítíte okamžitě!

„Je to jako rehabilitace infračervenou lampou“

Takto vysvětluje účinky turmalínových ponožek specialista na neurologii Ralf Jahner. Ponožky s turmalínovým vláknem doporučuje **diabetikům, turistům, poutníkům, starším lidem a všem, kteří jsou celý den na nohou**. Díky magnetickým akupresurním výstupkům přinášejí ponožky úlevu také při problémech s bolestmi zad, artritidou, revmatismem a omezeným krevním oběhem (studené ruce, nohy, prsty). „Terapie infračervenými vlnami se na lékařských klinikách již léta používá při onemocněních oběhového systému. Fyzioterapeuti ji používají k urychlení rekonvalescence, stejně jako při složitých operacích, zlomeninách kostí, náhradách kloubů, srdečním selhání, hypertenzi a mnoha dalších onemocněních. Používají právě infračervené záření, protože lepší prokrvení znamená uhašení bolesti a rychlejší zotavení,“ říká Jahner.

Záchrana pro oteklé a bolavé nohy

Lidé s bolestmi a otoky chodidel, nohou a rukou, kteří nosí cirkulační turmalínové ponožky, pocítí úlevu již po 20 minutách. Po

1 týdnů používání bolest a otoky nadobro zmizí.

„Nosila jsem tyto ponožky po vymknutí kotníku a můj lékař byl překvapen, jak rychle otok ustoupil!“ – **Kateřina S., Praha!**

Zmírňuje bolesti zad a další

Maruška z Brna se zbavila bolesti dolní části zad již během 1. týdne používání této kúry.

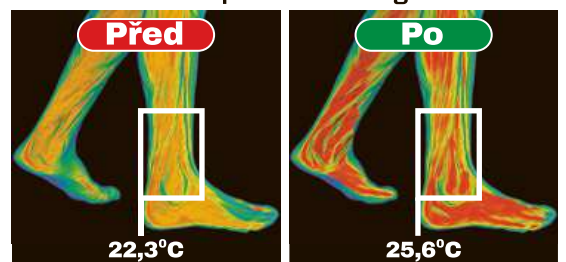
„Kdysi jsem vstávala z postele shrbená s bolestmi zad a ty mě pak bolely i přes den. Po několika dnech spánku s těmito ponožkami na nohou jsem mohla normálně vstát, chodit vzpřímeně a už mě nic nebolelo. Když je teplo, chodidla chladí, když je zima, zahřívají je. Je úžasné, jak to funguje.“

Kamila B. vypráví, jak jí ponožky pomohly zbavit se dlouholeté vazomotorické poruchy:

„Problémy s krevním oběhem začaly před mou čtyřicetkou a s přibývajícím věkem se jen zhoršovaly. Prsty na rukou a nohou jsem měla neustále studené a otlačené, pak přišlo zarudnutí a ochromující bolest. Nemohla jsem chodit ani nic držet v rukou. Zkoušela jsem hřejivé masti, masáže, obklady, léky z lékárny – nic nepomáhalo. Pak jsem objevila tyto ponožky. Kdo by to byl řekl, že něco tak pohodlného a příjemného na každodenní nošení vyřeší mé problémy.“

„Celý život jsem pracoval v autodílně. Často jsem ležel na mokré betonové podlaze nebo stál v jámě, když bylo třeba něco opravit na podvozku. Když jsem odešel do důchodu, začalo mě všechno bolet – kolena, záda, ramena, neustále mě chytalo lumbago. Manželka mi dala tyto ponožky. Říkala, že pomáhají na krevní oběh a záněty. Bolest zmizela už v 1. týdnu jejich nošení. Zpočátku jsem je nosil jen na noc, ale jakmile jsem cítil, že uhasily všechny mé potíže, začal jsem je nosit každý den. Mám několik párů a už nemám problémy

Účinnost potvrzená termografií



Zdravotní účinek ponožek byl zdokumentován termografickou kamerou v Centru pro Výzkum Cévních Poruch v Utrechtu, která prokázala až 13% zvýšení teploty v místě žilního překrvení a otoku, což dokazuje **aktivaci krevní mikrocirkulace a postupné odstranění potíží**.

s bolestmi kloubů, nohy mi neotékají, netrápí mě ani záda a lumbago,“ říká **Robert L. z Ostravy**. Bezpečné vlny v blízkém infračerveném pásmu generované turmalínovými vlákny stimulují průtok krve a zásobují tkáň kyslíkem. Již po několika minutách nošení těchto cirkulačních ponožek se aktivuje krevní oběh, což vede k uvolnění a snížení otoků. **Po 20 minutách nošení ponožek mizí bolest, necitlivost, brnění a pocit píchání jehlou.**

Také pro diabetiky

Důležitá poznámka pro diabetiky, kterým se nedoporučuje nosit běžné ponožky, protože mohou omezovat krevní oběh a způsobovat bolest, křečové žíly, necitlivost a v krajním případě i odumírání končetin: **ponožky s turmalínovým vláknem nestlačují lýtko, neblokují průtok krve do nohou a chodidel, krev nerušeně dodává kyslík a vyživuje buňky kloubů a svalů.**

CIRKULAČNÍ TURMALÍNOVÉ PONOŽKY

se doporučují pro:

- neuropatie • diabetes • nadváhu • svalové křeče
- nespavost • studené ruce a nohy • křečové žíly
- syndrom karpálního tunelu • bolesti zad a kolen
- artritidu • a další neduhy

Účinnost cirkulačních turmalínových ponožek v boji proti řadě vazomotorických onemocnění byla podrobně zkoumána a potvrzena **Výzkumným Centrem pro Cévní Poruchy v Utrechtu**.



Kvůli chybě výrobce bylo do centra dodáno 700 párů cirkulačních turmalínových ponožek pro klinické testování. Nepoužitých 100 párů v originálním zapečetěném balení se výrobce rozhodl z logistických a administrativních důvodů předat čtenářům v Česku prostřednictvím tohoto článku. Akce platí do 27.01.2025.

Prvních 100 lidí, kteří se zaregistrují, na telefonním čísle 519 822 978

obdrží 1 pár CIRKULAČNÍCH

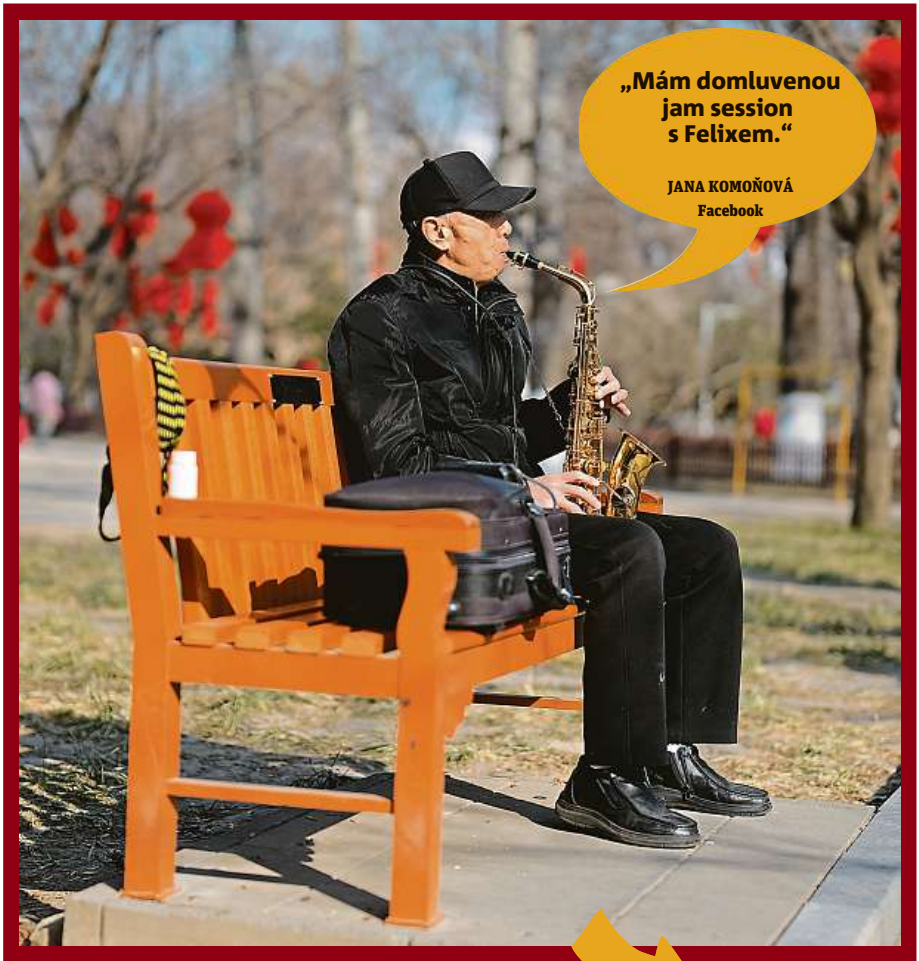
TURMALINOVÝCH PONOŽEK ZDARMA!

Ponožky mají univerzální velikost, turmalínové vlákno je velmi pružné a elastické. Po-Pá 8-20 hod. So-Ne 9-18 hod. (Obyčejný místní hovor bez dodatečných poplatků)

SUDOKU: DALŠÍ NAJDETE NA WWW.SUDOKU.CZ

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

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



POČASÍ

DNES

3/7 °C

ZÍTRA

5/9 °C

NEDĚLE

3/7 °C

PONDĚLÍ

3/7 °C

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

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

FOTO: 2x AP

ČT1

20.10 Děčko (2/10)

Rodinný seriál (ČR, 2025). Hrají: J. Pecháček, O. Malý, E. Maxi-mová, J. Jankovský

21.05 Všechnopárty

21.59 Výsledky losování Šťastných 10

22.00 Hercule Poirot

Dvojnásobný zločin. Detektivní seriál (VB, 1990)

22.55 Proč bychom se nebalvíli, když nám Pánbůh archiv dal

23.55 Komisařka Florence VIII (2/4)

Krimiseriál (Fr, 2024)

ČT2

20.00 Tělo mého nepřítele

Thriller (Fr., 1976). Byl nespravedlivě odsouzen a teď se vrací, aby se pomstil. Hrají: J.-P. Bel-mondo, M.-F. Pisierová, B. Blier, F. Perrot. Režie H. Verneuil

22.05 Požehnaní smrti

Mysteriózní thriller (USA, 1981). Hrají: S. Stoneová, M. Jensenová, S. Bucknerová, J. East. Režie W. Craven

23.45 Válečná hra (3/6)

00.35 Velká Británie z výšky

Severní Anglie

01.30 Televizní klub neslyšících

NOVA

20.20 Harry Potter a Ohnivý pohár

Fantasy (VB/USA, 2005). Harry Potter zahajuje svůj čtvrtý školní rok na Škole čar a kouzel v Bradavicích a ani tentokrát tam není v bezpečí. Hrají: D. Radcliffe, E. Watsonová, R. Grint, R. Coltrane. Režie M. Newell

23.25 Co ty jsi za číslo?

Komedie (USA, 2011). Hrají: A. Farisová, Ch. Evans, M. Freeman, Z. Quinto. Režie M. Mylod

01.40 Kriminálka Las Vegas II (1)

Bolehav. Seriál (USA, 2001)

PRIMA

20.15 Máme rádi Česko

Zábavný pořad opět prověří nejen znalosti diváků, ale především vědomosti českých celebrit. Co všechno vědí o České republice? To se dozvíte v zábavné show, kterou vás provede Libor Bouček. V roli kapitánů se opět proti sobě postaví J. Prachař a V. Kotek

22.00 Máme rádi Česko

23.40 Ano, šéfe!

00.45 Policie v akci

01.45 Námořní vyšetřovací služba VI (20, 21)

ÓČKO

17.00 New Music Radar

17.20 Óčko hity

18.00 CZ & SK

České a slovenské klipy

19.00 YouTube Chart

Co trenduje ve světě?

19.30 O Black Party

Hip hop a R'n'B party

21.00 Party ride

Příprava na dnešní mejdan

22.00 Virtuální svět TV

0.00 Óčko flirt

SPORT



Trénink vyšel, sjezd je na programu zítra

Druhým místem v tréninku na zítřejší sjezd začala Ester Ledecká (na snímku) v Garmisch-Partenkirchenu další zastávku Světového poháru alpských lyžařek. Devětadvacetiletá Češka, které po třech sjezdech sezony patří v hodnocení královské disciplíny čtvrté místo, zaostala o pouhé čtyři setiny sekundy za nejrychlejší Rakušankou Nadine Festovou. V německém středisku Ga-Pa obsadila Ledecká třetí místo ve sjezdu v únoru 2020. Sobotní závod začne v 10.15, v neděli na něj naváže superobří slalom.

ČTK

KRÁTCE

Vrátí se, chce sté vítězství

Americká hvězda sjezdového lyžování Mikaela Shiffrinová se chce po listopadovém zranění břicha vrátit k závodění příští čtvrtek na Světovém poháru ve slalomu v Courchevelu. Ve francouzském středisku bude usilovat o jubilejní sté vítězství v seriálu. Soustředí se i na únorové MS v Saalbachu. Na MS dosud vybojovala 7 nejčestnějších kovů.

Stále zraněná

Biatlonistka Markéta Davidová se kvůli léčbě vyhrzele ploténky nezúčastní únorového mistrovství světa. Radiožurnálu Sport to řekl prezident svazu Jiří Hamza. Zraněná žádá mistryni světa z vytrvalostního závodu z roku 2021 stále nedovolují plnou zátěž, bude pokračovat v konzervativní léčbě.

ČTK



Mají výhru!

Čeští házenkáři ve druhém zápase osmifinálové skupiny na MS porazili Tunisko 32:26 a v pátém utkání na si připsali první výhru. Svěřenci španělského trenéra Xaviera Sabatého (na snímku) proti africkému outsiderovi rozhodli v Herningu už v úvodní půli, po níž vedli o sedm branek. Nejlepší český střelec duelu Lukáš Mořkovský dal šest gólů. Národní tým se s turnajem rozloučí zítra soubojem s domácími obhájci zlata Dány.

ČTK

Západočeši vybojovali play-off

Fotbalisté Plzně v sedmém kole ligové fáze Evropské ligy porazili Anderlecht Brusel 2:0 a slaví postup do vyřazovací části. Západočeši v prvním utkání po zimní pauze rozhodli už v úvodním dějství,

kdy se trefili Lukáš Červ a Prince Adu. Za stavu 1:0 navíc Pavel Šulc neproměnil penaltu a hosty třikrát zachránila branková konstrukce.

V posledním kole se za týden Viktoria představí

v Bilbau, kde zabouje ještě o nejlepší osmičku, která půjde přímo do osmifinále.

Naopak Slavia definitivně přišla o šanci na play-off porážkou na hřišti PAOK Soluň. Konečný výsledek 2:0 pro ře-

ký tým gólově zajistili Stefan Schwab z penalty a Giannis Konstantelias.

Platí tak, že české kluby dosud na řecké půdě v pohárových zápasech nevyhrály. Tento byl už šestnáctý.

MET

Keysová si o titul zahraje s jedničkou

Australian Open míří do finále.

Americká tenistka Madison Keysová odvrátila v semifinále Australian Open mečbol, porazila Polku Igu Świątekovou 5:7, 6:1, 7:6 a zahraje si v Melbourne o první grandslamový titul. Světovou dvojku Świątekovou zdolala v super tie-breaku 10:8. V zítřejším finále narazí na obhájkyni titulu a světovou jedničku zebríčku WTA Arynu Sabalenkovou. Tu jediná výhra dělí od třetího titulu z Melbourne za sebou. Běloruska v semifinále zdolala Španělkou Paulu Badosaovou 6:4, 6:2.

MET



Madison Keysová předčila polskou soupeřku v poměru vítězných míčů 36:22, do finále jí pomohlo také sedm es.

AP

ČÍSLA DNE

50

Útočník Michael Špaček z hokejové Sparty je jedním z pěti kandidátů na cenu pro nejužitečnějšího hráče Ligy mistrů. Na oficiálním webu soutěže mu až do neděle mohou dát hlas fanoušci, kteří o držitelé individuálních trofejí z 50 procent rozhodnou. Druhou polovinu hlasování zajistí porota.

3:0

Fotbalová Sparta v přípravném utkání porazila Podbrezovou 3:0. Nasadila hráče, kteří neměli vyčerpání ve středním duelu Ligy mistrů s Interem Milán (0:1).

MET