

metro

INZERCE

Pouhá jedna desetina.
Tolik Simone Bilesové
upřeli rozhodčí v Paříži
ze známky v prostných.
Mohla mít zlato. **STRANA 16**



OPEL 24 AKCE ROKU POUZE 4.-5. 10. //

SLEVA AŽ **240 000 Kč**
ZIMNÍ PNEU **ZDARMA**



Kombinovaná spotřeba 4,9–6,0 l/100 km; emise CO₂ 126–135 g/km (WLTP). Zobrazený model je pouze ilustrativní.



Hrobařský bronz

Třetí místo obsadili na mezinárodní soutěži v kopání hrobů v maďarské Pécsi mladí hrobníci ze Hřbitovů města Olomouce. V mezinárodní konkurenci uspěli díky precizně vykopaným, vyzdobeným a následně úhledně zaházeným hrobům. O konečném pořadí 25 týmů ze čtyř zemí rozhodoval nejen čas, za který se hrobníkům podařilo dostatečně hlubokou a širokou jámu pro uložení rakve vykopat, ale také kvalita odvedené práce. Tým čtyř zkušených hrobníků z Olomouce byl v září na netradiční soutěži jediným zástupcem České republiky. Mezinárodní soutěž hrobníků v Maďarsku má zhruba sedmiletou tradici. Letos měla poprvé mezinárodní charakter. **ČTK**



Robotí holka zlidštěla

Jméno hlavní hrdinky filmového snímku **Rozzum v divočině** odkazuje **ke Karlu Čapkovi a univerzálním robotům** ze slavného vědeckofantastického dramatu R.U.R. **STRANA 6**



Štrasburkem jezdí nákladní tramvaje

Po centru francouzské metropole rozvezou balíčky poštáči na kolech. Jinde podobné projekty nefungovaly.

Město Štrasburk představilo novinku v zásilkové dopravě ve Francii. Nově budou lidem poštovní zásilky doručovat také tramvaje. Hlavní město regionu Grand Est si od projektu slibuje, že se tím sníží dopravní zácpy. Experiment potrvá do 26. října.

„Chceme z města dostat část kamionů. Prospěje to kvalitě ovzduší,“ doufá Alain Jund, ekologista a šéf dopravy v alsaské metropoli, která má více než 500 tisíc obyvatel. Zlepšit se má i celková



Město má 50 kilometrů kolejí, jedna z linek vede až za hranice.

Tramvaje jezdí přes Rýn až do německého města Kehl.

PROFIMEDIA

kvalita veřejného prostoru. „Méně kamionů a aut znamená více místa pro lidi i pro obchodníky,“ dodává Jund.

Nákladní doprava bude během experimentu fungovat

následovně: Zaměstnanci poštovního třídícího střediska v Schiltigheimu na severu Štrasburku vloží balíky do velkých pytlů. Ty potom dohromady převezou a vyloží na

konečné tramvajové stanici B v sousedním Hoenheimu. Odtud budou putovat na jednu ze zastávek v centru města. Tam se balíčků okamžitě ujme pošták, který je roztrídí, naloží na kolo a vydá se na svou trasu.

Denně projde poštovním třídícím střediskem v Schiltigheimu až 9000 balíčků. Plán města je, že první náklad vyjede ze střediska v devět hodin ráno a poslední ve dvě odpoledne. Do města má tramvaj dorazit vždy půl hodiny po dopravní špičce.

Několik německých měst se pokoušelo realizovat podobné projekty už v roce 2020, ale neúspěšně. O tramvajové nákladní dopravě se uvažovalo už dříve i ve Francii. Město Saint-Étienne nedaleko Lyonu se ji chystalo zavést v roce 2017, nakonec z toho ale sešlo. **ČTK**

INZERCE

Luxusní ošetření pleti za dostupné ceny

Intenzivní regenerační, protivráskové a omlazující ošetření pleti

Jedno ošetření obsahuje:

1. Odličení, úprava obočí
2. Diamantová mikrodermabraze
3. Zklidňující kaolinová maska Syncare
4. Dočištění pleti ultrazvukem
5. Laserová gelová maska (hydratuje, působí proti vráskám, stahuje póry)
6. Zažehlení séra do pleti pomocí ultrazvuku (ceramidy, retinol, kyselina hyaluronová)
7. Ozonizér (dezinfekce pleti, léčba zánětů)
8. Závěrečná masáž

Po ošetření je pleť naprosto klidná bez známek podráždění

Běžná ~~cena 1700 Kč~~

Akce trvá do **31. 10. 2024**

nyní jen
699 Kč

Dále nabízíme
**PERMANENTNÍ
MAKE-UP**

Podzimní sleva 1000 Kč

Obočí: 1990 Kč
původně 2990 Kč

Rty: 2990 Kč
původně 3990 Kč

MedelaDerma

Na vaší návštěvu se těší studio MEDELA DERMA, Bratří Dohalských 131, PRAHA 9 - VYSOČANY
Objednávky přijímáme na tel.: 283 923 186, mob.: 605 035 519 | www.medeladerma.cz

KRÁTCE

Našel sto tisíc

Poctivost třináctiletého chlapce zachránila víc než 100 tisíc korun řidiči autobusu, který ztratil peněženku u fotbalového hřiště v pražských Čakovících. Měl v ní tržbu. Peněženku

plnou bankovek v různých měnách přinesl třináctiletý Matyáš v doprovodu matky na čakovickou policejní stanici koncem srpna. Policisté podle jména na tankovací kartě zjistili, komu patří. „Majitel si ji tak mohl přijít vyzvednout. Celý šťastný

pak policistům řekl, že pracuje jako řidič autobusu a jednalo se o tržbu, která nebyla jeho. Peněženka mu asi vypadla ve chvíli, když přivezl na fotbalový stadion hráče a pomáhal jim s vykládáním věcí,“ uvedl mluvčí policie Jan Daněk.

Padl rekord

Otáčivé hlediště Jihočeského divadla v Českém Krumlově mělo letos rekordní návštěvnost 59 004 diváků, což znamenalo obsazenost představení z 99 procent. Oproti roku 2023 je to hned

o 9813 diváků víc. Meziročně se díky tomu zvýšily i tržby, a to o skoro 21 procent na 56,71 milionu korun. Na otáčivém hledišti uvedli 95 představení. Díky úspěšnému roku Jihočeské divadlo nebude zdražovat vstupenky. **ČTK**

Víko nikdo neotevřel

Zmačkané dopisy, složenky i běžný papírový odpad odborníci vyjmuli z kamenné Mahenově památníku v Brně, tedy v domě, který byl posledním bydlištěm spisovatele Jiřího Mahena. „Časovou kapsu“ objevili teprve nedávno. Po celá desetiletí nikoho napadlo kamna se zarezlým víkem otevřít. Nyní se pět krabic písemností, smísených prozatím s odpadem, dostane do rukou restaurátorů, kteří musejí nález zpracovat. **ČTK**



Piráti si zvolí nové vedení v listopadu

Ministr zahraničí Jan Lipavský (Piráti) po rezignaci vedení své strany řekl Českému rozhlasu Radiožurnálu, že si nemyslí, že by byl vhodným kandidátem na předsedu strany. Webu Novinky.cz šéf diplomacie zase sdělil, že se Piráti musí zbavit „komoušů“ a uzavřít stranické fórum, kde členové veřejně rozebírají interní záležitosti.

Předsednictvo vládních Pirátů včetně vicepremiéra Ivana Bartoše v neděli oznámilo svoji rezignaci. Reagovalo tak na neúspěch v krajských vol-

bách, po kterém původně členové nové vedení oznámili, že dávají své funkce k dispozici. Stranu povedou do výběru nového vedení, který by se měl uskutečnit 9. listopadu. Dlouholetý předseda Bartoš na lídra strany kandidovat nebude.

Předseda poslaneckého klubu Jakub Michálek večer na síti X uvedl sedm bodů, které by podle Pirátů měla koalice v posledním roce před sněmovními volbami prosazovat a s nimiž půjdou do jednání o pokračování v kabinetu pětikoalice. **ČTK**

INZERCE

Dny otevřených dveří

s bonusem 100.000 Kč pro všechny návštěvníky

ve všech 9 projektech po celé Praze, včetně clientského centra, největší developerské vzorkovny a showroomu CENTRAL INTERIER

**CENTRAL
GROUP**

3.–5. října (vždy 12:00 – 18:00)

central-group.cz



Do Česka míří léčba, která by mohla zachránit stovky žen

Lékaři nikdy bez práce nebudou. Mohli by jí mít méně. Jsou onemocnění, k jejichž vzniku úspěšně přispíváme tím, jak žijeme a co jíme.

Nové léky se rodí v laboratořích a při klinických testech deset i více let.

Po západní Evropě je na řadě i Česko

„Pokud vím, imunologická léčba, která prošla už dlouhým testováním, vznikala asi deset let. Už rok ji používají lékaři v západní Evropě. Teď prochází jednáním v pojišťovnách, řeší se její úhrada a měli bychom ji začít v republice používat v rádech týdnů,“ říká David Cibula, přednosta Kliniky gynekologie, porodnictví a neonatologie 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy a Všeobecné fakultní nemocnice v Praze (VFN).

Kolem nového způsobu léčby není nijak významný rozruch, ale v praxi by mohl ročně zachraňovat významné počty žen, u kterých lékaři diagnostikovali rakovinu dělohy. „Jedná se o nejčastější gynekologický nádor v Česku, jeho výskyt je častější než



David Cibula říká, že pro něho i jeho kolegy není často problém na první pohled odhalit, s čím pacientka přichází.

2x VFN

u rakoviny vaječníků a děložního čípku,“ upozorňuje David Cibula. Problém podle něho je, že současně i k nepřehliženějším z uvedených tří onemocnění.

Šance na vyléčení je vysoká. Prevenci je zbavit se obezity
Specialisté rozlišují tři stadia rakoviny dělohy. V prvním, pokud je zachycené na samotném počátku, je pravděpodobnost vyléčení a přežití 95 procent, v pěti procentech může nastat návrat choroby. Ve středním stadiu, kdy už je rakovina v děloze „zabydle-

ná“, má pacientka naději při chirurgickém zákroku a doprovodné farmakologické léčbě. Ve třetím stupni, když žena zanedbá veškeré varovné příznaky, především krvácení v době po menopauze, má podle lékařů šanci na přežití jen pět procent žen.

Filip Frühauf, lékař Onkogynekologického centra VFN radí nic nepodceňovat. „Žena by měla zpozornět při nepravidelném krvácení a špinění po menopauze, která nastává většinou okolo 50. roku věku,“ zdůrazňuje Frühauf. Nová imunologická léčba by



K pochopení choroby a její léčby může pomoci i „komiks“.

mohla posunout úspěšnost vyléčení ve třetím stadiu o desítky procent. Ani nejzkušenější specialisté si ale zatím netroufnou tvrdit, zda by přezívalo dvacet, třicet nebo padesát a více pacientek.

Filip Frühauf dodává, že jedním z nejčastějších iniciátorů rakoviny dělohy je obezita. Jeho slova potvrzuje i přednosta kliniky od Apolináře David Cibula.

„Zjednodušeně mohu říci, že leckdy už od dveří se nemusíme pacientky ptát, abychom odhadli, s čím přichází,“ říká Cibula. **PAVEL HRABICA**

RIZIKOVÝ VĚK

350

Přibližně tolik žen umře ročně na karcinom dělohy. Většinou se jedná o již pokročilé stadium onemocnění.

55

Od tohoto věku rapidně stoupá riziko rakoviny dělohy, u mladších žen se téměř nevyskytuje.

PH

ODRAZUJE I STUD

Důvodem, proč žena často neupozorní lékaře na problémy, může být i stud.

- Průměrný věk pacientky s diagnostikovanou rakovinou dělohy je 61 let.

- Ze zkušeností lékařů z VFN vyplývá, že čím starší žena je, tím vyšší je u ní tendence problémy bagatelizovat a v té souvislosti ignorovat.

PH

INZERCE

SBĚRATELSKÝ KABINET

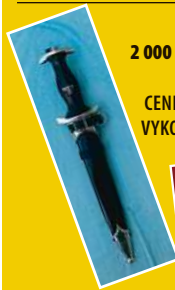
MICHELSKÁ 18, Praha 4

RÁDI VYKOUPIME:

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

VÝKUP KNIH!!!

2 000 Kč za každých 10 knih, které od vás vykoupíme
CENNÉ KNIHY OHODNOTÍME ZVLÁŠTĚ.
VYKUPÍME TAKÉ POHLEDNICE A MAPY!



Přijedeme kamkoliv v Čechách i na Moravě.
Likvidujeme těž celé pozůstalosti.

NÁVŠTĚVY PO TELEFONICKÉ DOHODĚ 602 229 348
sberatelskyykabinet@post.cz



Výměny

- SPECIALISTA na výměny bytů, prodej/pronájem a výkup nemovitostí. Právní servis na naše náklady. ZOOM REALITY, 777060126.

Pronájmy - poptávka

- Pro laborantku hledáme pronájem bytu v Praze u dobré MHD. Dlouhodobě, centrum do 30 minut. Děkuji. RK nevolat. T: 777640390

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

- Hledáme obecní byt v Praze, zajistíme výměnu, 776363636.

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, Jizerské, Šumava. Může být i Vysočina. Na stavu nezáleží, spíše na místě. Tel.: 773 117 381

Vyplátím Vaše dluhy!

Vykoupím Vaši nemovitost a nadále můžete v nemovitosti bydlet

737 352 730

- Koupím spoluvlastnický podíl na jakémkoli nemovitosti. Rychle vyplátím nejvyšší možnou cenu, veškerou administrativu zařídím. Celá ČR. T.: 605151111.

VYKOUPIME KNIHY

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

Bibliofilie
a cenné
knihy
oceníme
každou
zvlášť.

Telefon:

773 735 939

Nová filharmonie nabobtnala

Magistrát hlavního města Prahy začal připravovat dokumenty nutné pro získání stavebního povolení pro novou budovu Vltavské filharmonie u stanice metra C Vltavská. Bez podrobné architektonické studie nemůže město začít stavět. Praha již podala žádost o posouzení vlivu na životní prostředí (EIA). Stavba, na jejíž dokumentaci nyní pracují architekti, by měla začít v roce 2027 a skončit o pět let později. Náklady by měly činit asi 12 miliard korun. Autory filharmonie jsou architekti dánského studia Bjarke Ingels Group.

„Máme zpracovanou projektovou dokumentaci a máme vybrané místo. Dokončená je architektonická studie tak, abychom zažádali o územní rozhodnutí, a to už není cesty zpět. Dostali jsme se do fáze, kdy projekt přestává být snem,“ uvedl pražský primátor Bohuslav Svoboda.

Odborníci nyní pracují na vytvoření technické dokumentace, v příštím roce na

podzim by město mělo začít žádat o stavební povolení. V roce 2026 by pak mohlo mít hotovou dokumentaci a mít stavební povolení, aby se v roce 2027 začalo stavět.

Při dokončení architektonické studie nechalo město zpracovat jednotlivá provozní, konstrukční, funkční a technická řešení. Objem budovy se postupně zvětšil o tři

náct procent. Vliv na cenu má ale i inflace a zdražení materiálů. „Soutěžní návrh v dubnu 2022 předpokládal náklady na projekt ve výši 9,4 miliardy korun. Odhad nákla-

dů na realizaci budovy dle architektonické studie se nyní pohybuje na úrovni 11,65 miliardy,“ uvedl vedoucí projektového týmu Vltavské filharmonie Martin Krupauer. **ČTK**

INZERCE

ČERSTVÝ NÁKUP DOMA ZA 180 MINUT

BILLA
e-shop

Nakupujte online

BILLA
e-shop

VYZKOUŠEJTE

QR code for online shopping

KRÁTCE

Jen krátké nože

V části Británie dnes začal platit zákon, který se snaží omezit narůstající počet útoků nožem. Trestné je podle něj vyrábění, vlastnění i prodávání nožů s čepeli delší než 20 centimetrů. Počet zločinů spáchaných nožem v Británii od roku 2015 stoupl o 80 procent. Od července 2022 do loňského června takto zemřelo v Anglii a Walesu 250 lidí.

ČTK

ČÍSLO DNE

17

Potravinové banky poslaly do povodněmi zasažených oblastí na Moravu a do jižních Čech více než 1500 palet potravinové pomoci. Za zhruba týden shromáždila Česká federace potravinových bank také dary v hodnotě 60 milionů korun. Obchodní řetězce a další potravinářské firmy poslaly do nejpostiženějších obcí a měst 17 plných kamionů pomoci.

ČTK

Americký animák ponese českou stopu

Jméno hlavní hrdinky snímku **Rozzum** v divočině odkazuje ke **Karlu Čapkovi** a univerzálním robotům ze slavného vědeckofantastického dramatu **R.U.R.**

Už na pozítřek si pro nás studio DreamWorks přichystalo adaptaci slavné knihy Petera Browna **Robot v divočině**, nazvanou pro nezasevěnce možná poněkud prazvláštně – **Rozzum v divočině**. Český distributor se totiž rozhodl popustit uzdu fantazii a dostat odkaz na českou stopu animovaného snímku, jenž se v originále nazývá **The Wild Robot** (v překladu **Divoký robot**), do jeho názvu. Děj filmu se pak točí kolem zdánlivě prosté otázky: Co se stane robotovi, když se ocitne na opuštěném ostrově?

Roz má rozum

Příběh nového animáku, jak jsem již nakousl výše, vypráví o robotce z výrobní řady typu **Rozzum**. Pro přátele **Roz**. Kovová hlavní hrdinka byla zkonstruována, aby spolehlivě plnila úkoly od svých lidských zadavatelů. Když ovšem vinou nehody ztroskotá na ostrově, kde žádní lidé nejsou, netuší, co si s nabytou svobodou počít. A také se musí naučit, jak se adaptovat na nehostinné podmínky hroudy hlíny uprostřed oceánu obývané jen zvířaty.

Roz má naštěstí natolik pokročilý software, že se naučí se zdejšími obyvateli komunikovat a spolupracovat. Dokonce se stane adoptivní mámou osiřelého house. Všechny její zdejší zážitky postupně vedou k tomu, že tam, kde dřív byl jen bezchybný počítačový program, jsou teď myšlenky, názory, nápady a hlavně city, které můžou být občas i nedokonalé. Jak píše distributor, roboti holka ve světě bez lidí zkrátka zlidštěla. Bohužel jí trochu dělají starosti její výrobci, kterým chybí jeden stroj a usilovně po něm pátrají. A pak taky její adoptivní ptáčí „synátor“. Toho musí rádně připravit na blížící odlet do teplých krajin. A to ideálně dřív, než přijde zima.



Film může být pro fanoušky studia Dreamworks smutným zážitkem. Uzavře totiž autonomii oblíbeného studia. Viz box níže. 4x CINEMART



Emoční premisa snímku trochu připomíná Železného obra.



Robot Rozzum jednotky 7134 je nedobrovolně vyhoštěn na neobydlený ostrov, kde pro jistotu nefigurují žádné lidské postavy. Velice rychle zde však naváže hned několik přátelství.

Drsný doják

Předlohu, respektive bestseller, spisovatele Petera Browna objevil režisér **Chris Sanders**, jenž je coby tvůrce podepsán pod animovanými snímky **Jak vycvičit draka** a **Croodsovi**, díky dceřině domácímu úkolu. Okamžitě se do ní zamířoval.

„I já mám rád velké dobrodružné příběhy, ale ještě víc mě těší, když v nich můžu pozorovat drobné, až intimní emocionální momenty, které si odnesete z kina. Na tyhle scény se rád soustředím i jako tvůrce a tady jsem si to užil vrchovatě,“ říká režisér **Sanders**. Podle prvních ohlasů je pak snímek **Rozzum** v divočině povětšinou brán jako kladně přijímaný animák, v jehož středu se řeší pro ně-

koho možná až překvapivě drsná témata. Oblíbenosti snímku mezi českými diváky má nahrávat i fakt, že film trochu připomíná jiné úspěšné animáky, jako je **VALL-I** (2008) či **Železný obr** (1999).

Rossumovi univerzální roboti

Jak jsme již nakousli v úvodu tohoto textu, český distributor **CinemArt** se rozhodl využít autorův lehký odkaz na původ slova **Robot** a roboti hrdinku opatřil jménem vycházejícím z českého slova **rozum**. Je všeobecně známo, že tehdejší Československo dalo světu slovo **robot**, které bylo poprvé použito v dramatu **R.U.R.** literárním klasikem **Karlem Čapkem**. Vymyslel jej jeho bratr **Josef**, čímž chytře

pojmenoval umělé dělníky v bratrově nové hře. Slovo laboří se tehdy bratrům nezdálo vhodné. Zkratka **R.U.R.** pak znamená **Rossumovi univerzální roboti**.

V českém znění

V originálu postavy namlouvají herci **Pedro Pascal**, **Lupita Nyong'o**, **Kit Connor**, **Bill Nighy**, **Mark Hamill** a **Stephanie Hsu**. Snímek je ovšem pro vstup do tuzemských kin vybaven českým dabingem, takže v kinosálech uslyšíte **Terezu Bebarovou**, **Jaromíra Noska**, **Matěje Převrátila**, **Jana Vlasáka**, **Zuzanu Slavíkovou** či **Petra Rychlého**.

FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarojevsky@metro.cz

KONEC JEDNÉ ÉRY

Studio **DreamWorks Animation**, jež v kinech představuje **Rozzum** v divočině, ukončuje exkluzivní výrobu animovaných celovečerních filmů uvnitř této oceňované produkční divize. Po hromadném propouštění chce další výrobu řešit tím, že bude rozesílat zakázky jiným studiím.

- Samostatnou výrobní linkou na poli celovečerních animáků odejde v Hollywoodu zůstanou jen společnosti **Pixar** a **Walt Disney Animation Studios**. **JAR**



Rozzum v divočině je labutí písni studia **Dreamworks**.

PRAHA

OZNAČNÍKY

4,3

Tolik tisíc jich v Praze je.

Na Palmovce chybí šipky.
Ropid zkouší novinku

Na zastávkách v libeňském přestupním uzlu testuje organizátor dopravy novou podobu tištěných informací na označnicích.

Víte, co je projekt Čitelná Praha? Pokud jste o něm nikdy neslyšeli, vězte, že jde o snahu několika městských firem a organizací sjednotit a ideálně zkvalitnit informační a navigační systém v hlavním městě. Oblíbené testovací místo nejrozličnějších novinek je v případě organizátora pražské dopravy (Ropid) libeňský dopravní uzel Palmovka. Právě na zdejších zastávkách autobusů a tramvají došlo před pár dny k několika drobným, avšak podstatným změnám.

„Testujeme zde novou podobu tištěných zastávkových informací na označnicích, takzvaných čocích. Zároveň jsou v zastávkových přístřešcích instalovány nové vitríny pro papírové informace. I vy nám nyní na základě uživatelských průzkumů můžete pomoci rozhodnout, jaké druhy informací zde finálně budou a která varianta mapy doprav-



V zastávkových přístřešcích jsou na Palmovce nové vitríny. 2x PID

ní síť se bude ve vitrínách přístřešků používat,“ říká pro deník Metro mluvčí Ropid Filip Drápal s tím, že je na jakémkoliv zveřejňování prvních reakcí cestujících vzhledem ke krátké době testování logicky příliš brzy.

Z každé strany jinak

Inovovaná grafická podoba čocích vychází z jednotného designu od grafického studia Side2. Oproti stávajícímu stavu je potlačena barevnost jednotlivých druhů dopravy ve prospěch zvýšení kontrastu písma pro lidi se zrakovým omezením.

„Nově je zvýrazněna informace o kódu nástupiště, podle kterého se cestující ve slo-



Takzvané čocky mají nový design. Co na něj říkáte?

žitějších přestupních uzlech orientují i třeba ve vyhledávacích spojení nebo v mobilní aplikaci PID Lítačka. Oproti dnešní podobě je jinak řešeno také zobrazení výlukových stavů a nočních linek.

„Na všech zastávkách povrchové dopravy na Palmovce tak nyní máte možnost porovnat novou podobu těchto prvků se stávající. Na každém označnicku je z jedné strany umístěna nová grafika a z druhé ta původní,“ dodávají zástupci organizátora dopravy, kteří zde v následujících týdnech plánují provádět uživatelské výzkumy a anketní průzkumy s cílem ověřit si čitelnost a srozumitelnost nové podoby čocích k je-

jich následnému doladění. „Vůbec poprvé jsou na Palmovce k vidění také vitríny pro dopravní informace, které budou součástí nových pražských zastávkových přístřešků,“ doplňuje Drápal.

(Ne)čitelná Praha?

Organizátor pražské integrované dopravy, respektive jeho aktuální počin, pochopitelně sklízí celou řadu reakcí prostřednictvím sociálních sítí. Na Facebooku Ropid dává palec nahoru například zastupitel Prahy 8 Martin Šterba i několik dalších příspěvatelů. Převládají ovšem negativní ohlasy.

„Neměňte to, co funguje. Nový design je mnohem nepřehlednější. Takže pokus dobrý, ale nevyšel,“ píše například uživatel Jiří Krejčík.

Nová podoba čocích se řeší i na Facebooku Metra. Čtenářům našeho deníku vadí hlavně absence šipek, které na čocích udávají směr, kam tramvaj na blízké křižovatce případně zabočí. „Šipky, které už z dálky napovídaly, který spoj jede směrem, jakým cestující potřebuje, prostě zruš? Je-li třeba modernizaci, stačilo upravit font, barvy, ale netřeba měnit systém, který spolehlivě fungoval celá léta,“ píše uživatel Mirek Miškovský. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

INZERCE

Práce - nabídka

• **PRODAVAČKA BRIGÁDNĚ** - Obsluha zákazníků, pokladní, drobný úklid. Nabízíme 135 Kč/hod.+23 Kč/hod. údržba ošacení+115 Kč/hod strav. paušál. T. 222534534

• **INSTALATÉRA a ZÁMEČNÍKA** přijmeme do údržby na objekt v Dejvicích. Volejte na 605390831 nebo zašlete životopis na benesova@instalace.cz

• Přijmeme invalidního důchodce na pozici prodávče ve zdravotnických potřebách v centru Prahy. Plat 12.500 Kč čistého. Částečný úvazek. T. 737209717

• Přijmeme kuchaře/ku na HPP do ZŠ Praha 6 - Vokovice, nástup ihned. Tel.: 722525895, legatova@zscvrch.cz

Oznámení

• Zve vás na křesťanskou přednášku ze série "Jak Bůh zasahuje do lidské historie" - obsazení zaslibené země a období království. Přednáší univerzitní profesor historie z USA s překladem do češtiny. Čtvrtek 26.9. 2024 v 18 hod., KD Ládví, Burešova 2, vstup zdarma, info 724122088

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@antikvariety.cz

S VYSTŘIHNÝM INZERÁTEM ZÍSKÁTE U POKLADNY 50 Kč SLEVOU NA ZÁKLADNÍ VSTUPNÉ! Deník METRO, 24. 9. 2024

FOR KIDS
19. VELETRH HRAČEK, HER A POTŘEB PRO DĚTI
Souběžně s veletrhy:
FOR GAMES | FOR BEAUTY | FOR INTERIOR
PVA EXPO PRAHA
SLEVA 50 Kč NA ZÁKLADNÍ VSTUPNÉ
www.forkids.cz
4.-6. 10. 2024
PARTNER PVA EXPO PRAHA **shopex.cz** OFICIÁLNÍ VOZY **SKODA**

KDY pondělí 30. 9. a úterý 1. 10. 2024 od 10 do 17 h.

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

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

ZLATO:

zubní zlato i (nečištěné) šperky mince a zlomkové

až 1500 Kč za gr

STŘÍBRO:

příbory, tabatěrky a technické stříbro

HODINKY:

náramkové, kapesní až do roku 1990

ŠPERKY:

granátové a brilantové šperky

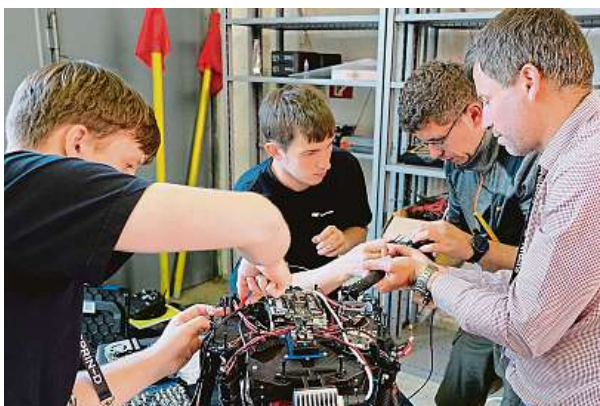
firma H&S tel.: 776 150 222, 603 505 686

Češi jsou dronoví velmistři

Tým mladých robotiků z ČVUT se vyznamenal v mezinárodní soutěži plně autonomních dronů.

V Německu, na letecké základně Erding, se konalo čtyřdenní klání studentských dronů. Jedním z devíti univerzitních účastníků z celého světa byly i chytré hlavy z Elektrotechnické fakulty ČVUT.

Soutěžní scénář byl motivován úlohou search and rescue. „Dron tak musel zcela autonomně doletět na požadovanou pozici, vyzvednout z ní předmět o velikosti 20 x 20 x 20 centimetrů a váze 1,5 kilogramu a přemístit ho na jiné místo,“ uvedl lídr týmu Tomáš Báča s tím, že samotný létající robot mohl mít hmotnost maximálně 25 kilogramů. Soutěžní trasa měřila 9,5 kilometru a vedla náročným terénem – mezi budovami, lesem, pod mostem i přes vodní stěnu.



Poslední přípravy na ostrý start soutěže. Ta se konala od 16. do 20. září.

Báča ještě upřesnil: „Jelikož drony nemohly používat signál GPS, orientovaly se podle 25 předem daných stanic, označených vlajkou a dýmovnicí. Na konci trasy byly rozmístěny balíčky, z nichž měl dron autonomně pomoci palubních kamer vybrat ten, jenž patřil jeho týmu.“

„Mokré“ body a velký obdiv
Soutěž v bavorském Erdingu byla napínavá od samotného

začátku. Hned první den testovacích letů probíhal za vydatného deště a český tým byl jediný ze všech soutěžních týmů, který se odvážil testovat autonomní systém v těchto podmínkách. „Tím jsme si u organizátorů vysloužili obdiv a bonusové body. V dalších dnech probíhalo testování jednotlivých sekcí letové trasy, ve kterém jsme také excelovali a předvedli jsme, že náš systém je schopen spl-



Čeští dronáři neměli konkurenci a soutěž suverénně vyhráli. 2x ČVUT

nit všechny stanovené úkoly,“ poznamenal Báča.

Český tým navíc jako jediný dokázal většinu trasy absolvovat zcela autonomně a bez signálu GPS, čímž si zajistil vítězství.

Autonomním dronům se otevírá velká budoucnost
„Na soutěžním setkání v Erdingu jsme měli možnost získat kontakty a sdílet mezi sebou know-how,“ pochvaluje

si Báča, který rovněž kvituje, že oblast dronového výzkumu má velký potenciál budoucího využití například v dopravě, bezpečnosti nebo také při záchranných operacích.

Peněžní odměna, kterou si český tým svým výkonem zasloužil, bude využita na další výzkum a vývoj tak, aby vznik inovativních technologií neztroskotal na nedostatku financí. **HAL**

INZERCE

LEPŠÍ PRÁCE

personální společnost bez kompromisu

POTŘEBUJETE JINOU PRÁCI? PROPOJÍME VÁS!

Letiště Václava Havla
Skladník se zkušeností na VZV
Možnost ubytování

Praha
Skladový operátor
30 000Kč
Možnost ubytování

V Praze nás najdete: Štětškova 1001/5, Praha 4 – Nusle od pondělí do pátku 9:00 – 16:00 hod.

• Bezplatná linka 800 197 197 • WhatsApp tel. 731130026, 733128120, UA tel. 739251060

• Facebook – Lepší Práce s.r.o. • Lepší Práce – Praha. Naše pobočky i pracovní nabídky máme po celé ČR.

www.lepsiprace.cz

Práce - nabídka

NECHCETE ČEKAT NA VÝPLATU?
POJĎTE S NÁMI NA **BRIGÁDU**
A MY VÁM VYPLATÍME **ZÁLOHU**
HNED DRUHÝ DEN
165-214,50 KČ/HOD
PRÁCE V SUPERMARKTECH
ONLINE REZERVACE SMĚN
Kontakty:
222 534 534
brigada@creditczech.cz
www.creditczech.cz

Bezpečnostní agentura přijme:
zaměstnance včetně OZP
pro ostrahu objektů v Praze
bez možnosti ubytování
Požadujeme: trestní bezúhonnost
Nabízíme: dobré mzdové podmínky
Info: po-čt 9.00-15.00 hod.
Tel.: 222 780 671, 737 337 088

• DOPEK PEČIVA brigáda v týdnu nebo o víkend - zaškolení. Nabízíme 176,60 - 194,26 Kč/hod. Dlouhodobě i krátkodobě. Tel.: 222534534, www.creditczech.cz

• POKLADNÍ BRIGÁDNĚ 165-213,60 Kč/hod - Praha a okolí, i bez praxe - zaškolení, online rezervace směn, zálohy. Tel.: 222534534, www.creditczech.cz

PRÁCE
v klidném a čistém prostředí

SLUŽBA NA VRÁTNICI

Zaměstnání na HPP zejména pro invalidní důchodce a osoby se zdravotním znevýhodněním. Vaše zdravotní omezení u nás není překážkou!

VOLEJTE ZDARMA 800 108 111
nabor@abasco.cz

náborový 15 000 Kč příspěvek

preventa service

Přijmeme zaměstnance na pozice **RECEPCE A OSTRAHA**

• mzda od 125 Kč/hod.
• náborový bonus 10.000 Kč, výplata denně

Tel.: 800 888 440 (bezplatná linka)
Pohovory jsou každý pracovní den od 8.00 do 12.00 hodin na adrese: Ocelářská 21, Praha 9 (Metro B - Českomoravská)
Tel.: 222534534

STAŇTE SE DÁRCEM KREVNI PLAZMY

900 Kč* za každý odběr → 1 800 Kč* měsíčně → 23 400 Kč* za rok

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

METRO HRADČANSKÁ
* dle § 32 ods. 2 zákona č. 373/2011 Sb.
unica plasma | Tel.: 733 474 770

• DOPLŇOVÁNÍ ZBOŽÍ - brigáda - směny denní/noční dle vás, v týdnu i o víkend, 165-214,50 Kč/hod dle směny a lokality. Praha a okolí. T: 222534534

• PULTOVÝ PRODEJ lahůdek za 176,60 - 210 Kč/HOD, zálohy, směny dle Vašich možností - online rezervace. Tel.: 222534534, www.creditczech.cz

Nemocnice Na Františku,
Praha 1 přijme:

- Hlavní kuchař s výučním listem v oboru
- Kuchař s výučním listem v oboru
- Pomocný kuchař s praxí v oboru bez vyučení

NABÍZÍME

- velmi dobré platové podmínky
- možnost parkování
- ubytovna, služební byt
- kvalitní stravování (obědy) v ceně 55 Kč
- 5 týdnů dovolené
- výhody z kolektivní smlouvy:
 - » 23 hodin placeného volna nad rámec dovolené
 - » příspěvek k penzijní připojištění
 - » odměny k životnímu výročí

Kontakt: Jiří Havel
vedoucí stravovacího provozu
T: +420 222 801 308
M: jiri.havel@nnfp.cz
www.nnfp.cz

• Základní škola a Mateřská škola Emy Destinnové, Praha 6 přijme pomocnou kuchařku na plný úvazek. Nástup 10/2024. Kontakt: 222 202 507

• Pro KOMWAG hledáme závozníky, DPP 1000-1300 Kč čistého/den - výplata 1x týdně. Volejte zdarma 800556924

• Hledáme pracovníky na úklid osobních vlaků na HPP. Směnný provoz, Praha 4. Tel.: 603301309.

• Státní podnik hledá bezpečnostní pracovníky pro Prahu, 12hod. směny. Čistý TR, občanství ČR. Certifikát strážný výhodu. Tel.: 736528901, 733618639

Hledáte práci na zimní období?

listopad 2024 - březen 2025

ŘIDIČ sk.C
pozice je vhodná i pro důchodce

VAŠE BENEFITY:

PROPLÁCENÍ PŘESČASŮ A SVÁTKŮ, PŘÍPLATKY ZA VÍKENDY, HRAZENÉ POJIŠTĚNÍ ODPOVĚDNOSTI ZA ŠKODY ŘIDIČE, STRAVENKY, MULTISPORT KARTA

KONTAKTUJTE NÁS NA:

PRAŽSKÉ SLUŽBY, a.s.
POD ŠANCEMI 444/1, PRAHA 9, 190 00

704 657 974
705 809 151
PSAS.JOBS.CZ



• Bezpečnostní firma přijme muže/ženy na ostrahu obchodních jednotek v centru Prahy. Dobré platové podmínky. Po zkušební době možnost HPP. T. 704892520

• Staňte se součástí našeho školního týmu! ZŠ a ZUŠ Jesenice hledá kuchařku/kuchaře na plný úvazek. Kromě zajímavé práce nabízíme: 5 týdnů dovolené, příspěvek na penzijní připojištění, benefiční karta FKSP, příspěvek na stravování, příjemné pracovní prostředí, možnost uplatnění vlastních nápadů, osobní příplatek, prémie. Kontakt: Dana Truhlarová (vedoucí školní jídelny) - email: dana.truhlarova@jesenickaskola.cz, tel.: 241004227, mob.: 725612515, 731411142.

• INVENTURY - počítání zboží. Nabízíme 185 Kč/hod + zákonný příplatek, denní zálohy, možnost dlouhodobě. Tel: 222534534, www.creditczech.cz

• Chcete si vydělat až 2000 Kč denně? Pojďte pracovat k naší společnosti. Vhodné pro muže i ženy, uchazeče bez praxe zaškolíme. Bližší info: 800100286, 724596648, 721171696

• ZŠ, Praha 4, Bitovská (metro Budějovická) přijme od října kuchařku (pomocné práce) na plný úvazek. Požadujeme pracovitost a spolehlivost. Info: benesova@zsbitovska.cz

Zdraví

NEVÍTE SI RADY S HUBNUTÍM A S CELULITIDOU? ŽÁDNÝ STRES! JE TU PRO VÁS BAILINE A VAKUPRES.



partii. Čistí lymfatický systém, utahuje pokožku. Viditelné výsledky již po prvním ošetření. Vhodná kombinace s metodou bailine.

Metoda Bailine je účinná na tvarování postavy, odbourání tuku, zpevnění ochablých svalů a kůže. Nyní s novými a ještě účinnějšími programy. Pro svou nenáročnost je metoda vhodná i pro starší lidi a ty, kteří nestíhají návštěvu posilovny a nebo už na ně cvičení a diety nefungují. 1 terapie trvá 45 minut = 2,5 hodiny intenzivního tréninku.

Vakupres (vakuové rázy) - unikátní metoda pomáhá odstranit tuk a celulitidu z problémových

MOŽNOST ZAKOUPENÍ DÁRKOVÝCH POUKÁZEK

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

PRVNÍ UKÁZKOVÁ HODINA A ANALÝZA POSTAVY JE ZDARMA!

CENÍK BAILINE

10 terapií + 1 zdarma za 5.500 Kč
15 terapií + 2 zdarma za 6.900 Kč
20 terapií + 3 zdarma za 7.700 Kč

PRO KLIENTY NAD 60 LET JE SLEVA 10 %

CENÍK VAKUPRES

30 minut za 470 Kč
60 minut za 830 Kč

NEBO VÝHODNÉ BALÍČKY

10 + 2 zdarma 30 minut za 4.700 Kč
10 + 2 zdarma 60 minut za 8.300 Kč

AKCE JE PLATNÁ DO 15. 10. 2024
www.prettywomanandman.cz



Jednodenní gynekologická chirurgie: Moderní přístup k léčbě s minimálním zatížením pro pacientky.

O novinkách v péči o ženské zdraví a tom, co by mělo dnes být součástí každé gynekologické ambulance jsme si povídali s vedoucí lékařkou gynekologického centra Polikliniky Hůrka, MUDr. Terezou Čeledovou.

Pro začátek bych se ráda zeptala na obor gynekologie v současnosti. Kam si myslíte, že se tento obor posunul?

Gynekologie je skvělý obor, který jde neustále dopředu. V gynekologii, jako i v jiných oborech, došlo k integraci pokročilých moderních technologií jak pro diagnostiku tak i například pro jednodenní chirurgii... O tom by se dalo mluvit opravdu dlouho! Můžeme využívat nejruznějších laboratorních metod - imunohistochemii, genetiku, v chirurgii ty nejmenší možné nástroje o kterých ještě bude řeč.

V dnešní době by mělo být také naprostým standardem, že i v běžné gynekologické ambulanci má gynekolog k dispozici moderní ultrazvuk, kolposkop, že používá elektronickou dokumentaci, eRecepty, eNeschopenky, že komunikuje i ve virtuálním prostředí, že je schopen být propojen elektronicky s dalšími pracovišti a pracovat tak co nejefektivněji.

Jiný je i přístup k pacientkám, alespoň řada pracovišť jako je to naše, se o to snaží. Chceme, aby všechny naše pacientky měly to nejlepší, co současná ambulantní gy-

nekologie nabízí a aby o tom věděly:) Snažíme se k pacientkám přistupovat hodně individuálně, máme na ně dostatek času. Já osobně dbám na to, aby pacientky odcházely z ambulance spokojené s pocitem, že byly na pracovišti, kde se odvádí dobrá práce, aby se cítily komfortně a aby všemu, co si říkáme, rozuměly.

Ve vaší praxi se zaměřujete na gynekologickou operativu. O jaké gynekologické zákroky se jedná?

V našem gynekologickém centru na Poliklinice Hůrka se věnujeme jednodenní gynekologické chirurgii - to je budoucnost našeho oboru. Přímo v našem zařízení provádíme řadu operačních výkonů - výkony v děložní dutině, hysteroskopie, konizace, zákroky na zevním genitálu včetně těch kosmetických.

Máme moderně vybavený zákrokový sál a mnoho výkonů, při kterých ženy běžně stráví den či dva v nemocničním zařízení, my provádíme v režimu jednodenní chirurgie. Dělal bych jak v celkové narkóze, tak v lokálním umrtvení, po výkonu pacientky odchází hned a nebo po narkóze za 2 hodiny domů. Právě



výkony v lokálním umrtvení patří k těm velmi komfortním s minimálním omezením pro pacientku a jsou tím pádem čím dále oblíbenější. Provádět tyto výkony nám umožňuje právě moderní vybavení, například velmi tenké hysteroskopy, kterými se dají dělat výkony bez nutnosti celkové narkózy!

V rámci Centra primární péče na Poliklinice Hůrka zajišťujete komplexní gynekologickou péči pro ženy. Věnujete se také problematice vulvovaginálního dyskomfortu a poruchám poševního prostředí. Co to znamená?

To je další zajímavé téma.

Ženy často trápí nepohodlí, suchost či svědění až bolesti zevního genitálu nebo různé druhy výtoků. Mívají i chronické potíže. Je nepříjemné, že v těchto případech se může jednat i o výsledek nesprávné léčby ordinované buď jiným lékařem nebo samotnou pacientkou. Řada pacientek totiž považuje každý výtok či svědění za „mykózu“ a zkouší různé volně prodejné léky - antimykotika, výplachy, které z dlouhodobého hlediska napáchají více škody než užitku.

Co je obrovský nešvar a problém - kulturační vyšetření z pochvy! Chce jej každá druhá pacientka a řada gynekologů jej také zcela bez problémů

udělá. Je to naprosto nevhodný způsob vyšetření. V pochvě jsou bakterie a kvasinky zcela normálně přítomny, to je potřeba si uvědomit. Pokud vezmeme kultivaci z pochvy, tak vždy něco „vyroste“. To je zcela normální. Jinak to ani být nemůže. Výsledkem je pak neustálé přelévání nejrůznějšími léky, likvidování přirozené obranyschopnosti pochvy a její mikroflóry a problém je na světě. Na toto téma bychom mohli mluvit ještě dlouho. Nicméně „take-home message“: kultivace ne! Daleko vhodnější a rychlejší nástroj je oko - mikroskop - Ph papírek a dobrý rozhovor s pacientkou.

GYNEKOLOGIE a JEDNODENNÍ GYNEKOLOGICKÁ CHIRURGIE

Komplexní gynekologicko-porodnická péče

Ambulantní chirurgické zákroky

Široká ordinační doba, termíny bez čekání

- Jsme smluvním partnerem všech zdravotních pojišťoven.
- Přijímáme nové pacientky.

 **imunogen**

 **Innova Healthcare**
Součást skupiny



Poliklinika Hůrka
budova B
Sluneční nám. 2588/15
Stodůlky - Praha 13



www.imunogen.eu



Roli hraje správný kartáček



Opotřebovaný kartáček by se měl co nejdříve vyměnit.

PROFIMEDIA

INZERCE

Parodontóza je jedním z nejčastějších problémů dutiny ústní.

Prvními příznaky parodontózy, tedy onemocnění závěsného aparátu zubů, bývá otok a zarudnutí dásní, bolest při čištění, krvácení a zápach z úst.

To pak může vyústit ve zvýšenou citlivost zubů na teplo a chlad, v pokročilých fázích se objevuje viklání zubů až jejich ztráta. Často dochází ke vzniku mezer mezi zuby a odhalování jejich krčků. Příčinou tohoto onemocnění je tvorba plaku, který vzniká při nedostatečném čištění zubů a který obsahuje vysoký počet bakterií. Tyto bakterie způsobují zprvu zánět dásně a později i parodontózu.

Ze začátku probíhá toto chronické onemocnění nenápadně, protože vůbec nebolí, a v tom je jeho největší zákeřnost.

Nedostatečná péče

Správné ústní hygieny by se podle České stomatologické komory mělo věnovat alespoň pět minut péče denně. „Pravidelným čištěním zubů a mezizubních prostor odstraňujete zubní plak, a tím pomáháte minimalizovat riziko vzniku zubního kazu, parodontitidy a přispíváte také k udržení zdravých dásní. Spíše se ale vyhněte čištění zubů ihned po jídle, a to pokud jste konzumovali kyselé potraviny nebo nápoje. V tomto případě je lepší ústa pouze vypláchnout vodou a s čištěním počkat 30 až 60 minut, jinak byste si mohli poškodit zubní sklovinu,“ doporučuje Ivana Lánová, konzultantka BENU lékáren.

Klíčovou roli má správný zubní kartáček. Ideální je ten s měkkými štětinami, který respektuje dásně a zuby. „Zubní kartáček by měl mít ideálně malou hlavici se zaoblenými vlákny,“ doporučuje Lánová.

U některých kartáčků je uveden v jejich názvu i počet vláken. Čím je počet vláken

vyšší, tím je kartáček obvykle jemnější. Existují i takové, které mají různou délku vláken a jsou vhodné i k masáží dásní.

Kartáčků existuje celá řada, a to od mechanických po elektrické, speciální ortodontické nebo jednosvazkové. O tom, který kartáček zvolit, je vhodné se poradit se stomatologem či dentálním hygienistou.

Potřeba výměny

Čištěním zubů pomocí kartáčku a zubní pasty to ale nekončí. Je nutné se postarat také o mezizubní prostory, a to za použití mezizubního kartáčku, zubní nitě nebo mezizubní sprchy.

Kartáček by se měl pravidelně měnit. „Některé mají barevný indikátor opotřebovaných vláken, jenž signalizuje potřebu jejich výměny. O tom, zda si zuby správně čistíte, se můžete přesvědčit pomocí žvýkacích tablet, které obarví neodstraněný zubní plak a upozorní tak na nedostatečně vyčištěná místa,“ doplňuje Lánová. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

Zkažený dech předpovídá parodontózu

Parodontitida je zánětlivé onemocnění dásní a závěsného aparátu. Onemocnění vzniká aktivitou bakterií, které produkci agresivních kyselin rozpouštějí tvrdou vápníkovou a fosfátovou minerální matici zubní skloviny a přitom uvolňují **sirovodík**, který vydechujeme. Bakterie mají za následek vznik **zánětu dásní**, později však i na systému, který plní funkci pevného ukotvení zubů. Rozvíjející se zánět způsobuje bolest, pocit tlaku a brnění. Mezi zubem a dásní se vytvářejí prostory, váčky, které mohou být naplněné hnisem. Krčky zubů se odhalují, zuby se rozestupují a ztrácejí pevnost ukotvení.

Chronický zánět oslabuje imunitní systém. Podle statistik mají pacienti s parodontitidou dvojnásobně větší riziko onemocnění srdce a čtyřnásobně nebezpečí srdečního infarktu. Obzvláště ohroženi jsou pacienti s cukrovkou, osteoporózou nebo plicními onemocněními. Experti odhadují, že záněty dásní by mohly být zodpovědné za 18,2% všech předčasných porodů.

Bakterie si na běžné chemické přípravky dokážou vybudovat odolnost nebo zmutovat. Pak udržet přirozenou mikroflóru v dutině ústní není snadné. Významným pomocníkem v udržení přirozeného mikrobiomu je **Chytrá houba - Pythium oligandrum**.

„Do lékáren dodáváme ústní vodu v šumivých tabletkách,“ říká výzkumník Radim Klimeš. „Chytrá houba Pythium Bio Plus se řadí do pit-

né vody a provádí se klasické výplachy dutiny ústní. Tam Chytrá houba příznivě působí, pokud má člověk sklony k zánětům dásní. Přípravek se aplikuje tři dny za sebou



Výrobce: Bio Agens Research and Development – BARD, s.r.o.

Chytrá houba Pythium Bio Plus se osvědčilo i u lidí po chemoterapii, u mladistvých, kdy docházelo v ústech k přemnožení kvasinek nebo trpěli na afty, či opary. Novinkou je **BIO plus forte – ústní voda koncentrát**, která je v biokvalitě. Přípravky s Chytrou houbou - Pythium oligandrum dostanete ve své lékárně.

a dále podle potřeby anebo až za měsíc. Běžné uplatnění je vhodné v souvislosti i s používáním zubních náhrad, či rovnátek. Uplatnění přípravků

Na Vaše otázky rádi odpovíme na telefonu: **728 814 202**, e-mail: **pythium@pythium.cz** www.chytrahouba.cz

PLAY

Běháníčko

Vždy jsem byl sprinter. Pokaždé to napálím, švihám nohama, jak nejrychleji dokážu, a v tom největším trysku mi kolikrát i sviští vzduch kolem uší, až to píská! Naproti tomu dlouhé trati jsem odjakživa nenáviděl. Třeba Cooperův test, což je 12 minut běhu, byl přímo traumatizující. Vzpomínám si, že jsem na testech, které probíhaly v rámci mého basketbalového působení ve VŠ Praha, uběhl mrzkých 2680 metrů, což bylo silně podprůměrné. Normální bylo zdolat tři kilometry, ten nejlepší z nás tenkrát urazil 3400 metrů! Jedinou útěchou

„Letos se opět postavím na start té obludy a ztěžka začnu ukrajovat metry.“

pro mě je, že jsem nedávno viděl video s mladým Nikolou Jokičem, nyní nejlepším hráčem NBA, jak si, coby student univerzity, stěžoval, že jsou všichni strašně rychlí a hrozně vysoko skáčou!!! Přesto byl on nejlepším hráčem i střelcem. No a teď si představte tu hrůzu, když jsem si o sobě přečetl, že jsem – cituji: „Jedna z velkých tváří běhu Běchovice–Praha!“ Šmankote, jaká já jsem tvář?! Jednou jsem se z hecu přihlásil – je to asi pět let – a už se to se mnou táhne! Pan profesor Pirk – to je tvář! Poctivě trénuje, žije zdravě, chová se slušně... ale já? Letos se tedy opět postavím na start desetikilometrové obludy a ztěžka začnu ukrajovat metry. Jediné, co mě bude držet nad vodou, bude moje odpověď na otázku fanouška na Instagramu: „Pane Koháku, chtěl bych vás poprosit o radu. Stačí nějaké heslo jako motivaci, když je kopec obzvláště strmý a vzduchu se nedostává.“ Slyš, chlapče mileny: Za každým kopcem musí být bufet!

JAKUB KOHÁK
BUFET



@mojemetro



@miroslav.kopriva.prague tentokrát navštívil samotný Pražský hrad. K fotce uvedl: „Po prohlídce originálu korunovačních klenotů jste si mohli prožít takovou malou korunovací, posadit se do královského křesla, vyzkoušet korunovační klenoty a vychutnat si minutu slávy přímo před Matyášovou bránou.“

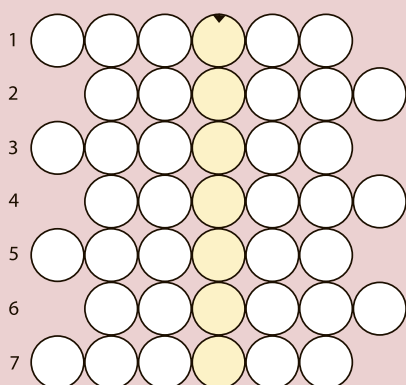
#METROTAG

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

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

LUŠTĚNKA

Slova na vylustění začínají na stejné písmeno.



1. mraznička (hovor.)
2. obláček
3. oceánský
4. mourovatý kocour
5. evropská šelma
6. atrapa
7. krveprolití

LUŠTĚNKA: ZÁSUVKA
ŘEŠENÍ SUDOKU:



NÁKUPY

Ona Dnes

14.—20.10.

VISA

GENERÁLNÍ
PARTNER



NADACE
TEREZY MAXOVÉ
DĚTEM

CHARITATIVNÍ
PARTNER

SLEVOVÉ KUPONY 2024
NAJDETE **9. 10.** ŽENA A ŽIVOT
14. 10. ONA DNES a PORTMONKA
17. 10. MAGAZÍN DNES+TV

Za každou platbu kartou Visa u vybraných
obchodníků získáte kromě slevy i něco navíc.

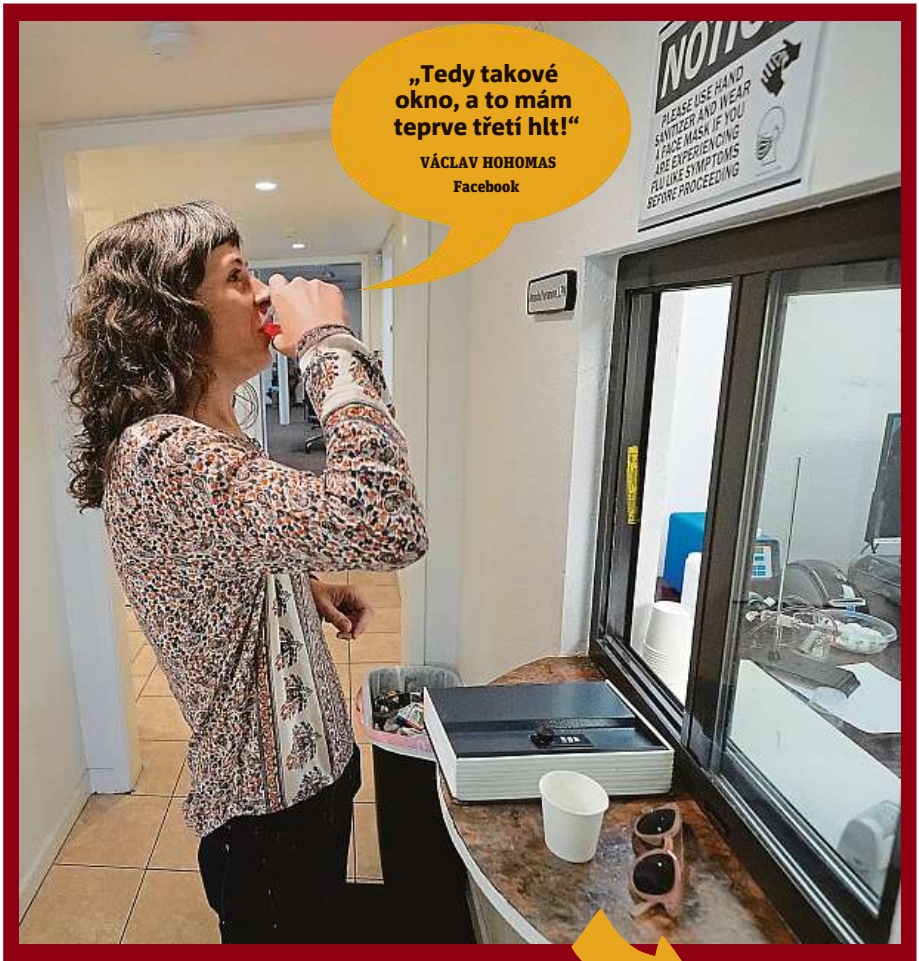


WWW.NAKUPYONADNES.CZ

SUDOKU: DALŠÍ NAJDETE NA WWW.SUDOKU.CZ

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

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



POČASÍ

DNES



16/20 °C

ZÍTRA



18/22 °C

ČTVRTEK



17/21 °C

PÁTEK



16/20 °C

Teplotní rekordy: ↓ 1,6 °C (1889) ↑ 25,5 °C (1866) Bio: ❤️❤️❤️



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

ČT1	ČT2	NOVA	PRIMA	ÓČKO
20.10 Četnické humoresky (28/39) Rýhonosec řepný. Krimiseriál (ČR, 2007). Hrají: T. Töpfer, E. Pardus, I. Trojan, T. Bebarová	20.00 Karel III., monarcha a člověk Po sedmi desetiletích nastoupil na trůn britského impéria opět muž. Dok. (VB)	20.20 Jedna rodina (87) Almara. Komedialní seriál (ČR, 2024). Hrají: T. Kostková, I. Chmela, F. Blažek, P. Čtvrtníček	20.15 Zoo (217) Mistr je mistrem! Rodinný seriál (ČR, 2024). Hrají: M. Pecháčková, Š. Bilina, E. Burešová	15.00 Radio Top 30
21.35 Rapl (4/13) Bludný kořen. Detektivní seriál (ČR, 2016). Hrají: H. Čermák, L. Příkazký, A. Pyško, L. Žáčková	21.05 Tělo v mé hlavě Od dětství byli kvůli svému vzhledu vystavováni kritice, urážkám a ponižování	21.40 Okresní přebor (9) Na váhu. Komedialní seriál (ČR, 2010). Hrají: O. Vetchý, D. Novotný, L. Sobota, P. Kikínčuk	21.45 7 pádů Honzy Dědka Populární talk show 7 pádů Honzy Dědka v nové sezoně ze Švandova divadla	17.00 Óčko hity
22.40 Komici na jedničku Petr Nárožný a jeho hosté vzpomínají na výjimečnou komediální herečku Stělu Zázvorkovou	22.15 První dny (4/6) Kyjev – Berlín. Dramatický seriál (Ukr./Fin., 2023). Hrají: F. Männel, M. Stopnyková	22.20 Okresní přebor (10) Jaro	22.55 Honeymoon – líbáanky k nepřežití Minuta vzájemných sympatií, obřad v exotickém ráji a společný život na opuštěné pláži!	21.00 Hot hity Žhavé klipy
23.35 Místo činu – Drážďany	22.50 Čtverec	23.00 Kriminálka Vegas III (3) Zazdění. Krimiseriál (USA, 2024). Hrají: P. Newsomeová, M. Lauria, M. Dhillon	23.45 Ano, šéfe!	22.00 Naked Attraction Italy Premiérové díly italské nahé seznamky!
01.05 AZ-kvíz	01.20 Fauda (7/12)	23.55 Mentalista (17, 18)	00.45 Policie v akci	22.30 Virtuální svět TV Vydejte se na cestu kolem světa z pohodlí vašeho domova
				0.00 Óčko flirt Proud klipů a sexy vzkazy diváků Óčka

O₂ arena

19.
10.
24

český

me  dan

s Impulsem

Divokej Bill / Mirai
Queenie / Lenka Filipová
No Name
Michal Hrůza
Lenny

 **IMPULS**
25 Rááááadio
let

SPORT



Zaskočit by mohl Pavlenka

Brankář fotbalové Barcelony Marc-André ter Stegen si přetrhl patelární šlachy v pravém kolenu, včera se podrobil operaci a s největší pravděpodobností přijde o zbytek sezony. Katalánský celek už shání náhradu a podle serveru sport.es je jedním z kandidátů i Jiří Pavlenka. **ČTK**

KRÁTCE

Pomohl Alcaraz

Výběr Evropy vyhrál po dvouleté pauze exhibiční tenisový turnaj Laver Cup. O jeho vítězství 13:11 nad týmem světa rozhodl Španěl Carlos Alcaraz. Bývalá světová jednička v závěrečné dvouhře v Berlíně porazila 6:2 a 7:5 Američana Taylora Fritze.

Problém s nohou řeší operací

Dvaadvacetiletý fotbalový záložník pražské Slavie Lukáš Vorlický musí podstoupit operaci kolena, přijde o zbylou část sezony. Vorlický působil od 15 let v mládežnické akademii Bergama. Během angažmá v Itálii ho opakovaně trápily problémy s kolenem, musel na několik operací.

Vedení UEFA sedí v metropoli

V Praze se dnes uskuteční zasedání výkonného výbo-

ru Unie evropských fotbalových asociací. Nejvyšší představitelé UEFA se v české metropoli sejdou po téměř 14 letech. Na zasedání se neočekává žádné klíčové rozhodnutí. Špičky evropského fotbalu budou jednat například o rozdělení solidárních plateb pro týmy, které se neúčastní pohárů, určit by také mohly pořadatele finále Ligy mistrů v roce 2027.

Na trůn dlouho nikoho nepouští

Polská tenistka Iga Świąteková je už 122. týden světovou jedničkou. V historickém pořadí díky tomu překonala Australanku Ashleigh Bartýovou a je sedmá. Triadvacetiletá vítězka pěti grandslamů má před sebou nyní Monicu Selesovou. Jugoslávská rodačka, která reprezentovala také USA, strávila v čele žebříčku WTA dohromady 178 týdnů. Rekordmankou je Němka Steffi Grafová s 377 týdny. **ČTK**

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, Palác Koruna, Praha 1

Finance - nabídka

• Vyzýváme držitele karet Benifitka, Lemonpay, Freepay a Karetní peněženka, aby se kvůli úpadku Prepaid Solutions a.s. přihlásili o své nevyčerpané peněžní prostředky. Přihlášky podejte u Městského soudu v Praze na formuláři dostupném na justice.cz, které je nutno podat do 3 měsíců od této výzvy, nebo do 6 měsíců, pokud právo vyplývá z evidence el. peněz dlužníka. Nebude-li přihláška podána včas, nemusí být pohledávka uspokojena. JK Insolv v.o.s.

Auto-moto - poptávka

• Koupím traktor, vysokozdvizný vozík, nakladač, vše od ZTS s motorem zetor, maringotku, přívěs i špatný stav, nekompletní nebo jen díly. 704382448

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

Starožitnosti

• STAROŽITNÍK koupí: obrazy, knihy, grafiku, sklo, porcelán, mince a bankovky, šperky a klenoty, hodinky, sošky. Vykupuji i o více ndech. Tel. 702401621

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

• Koupím hodiny a obrazy v jakémkoliv stavu. Jsem sběratel, ne překupník. Slušné jednání. Platím hotově. Tel. 6 0 2 6 5 4 6 1 3 , alex.kratochvil@volny.cz

Chyba? Připravili ji rozhodčí o zlato?

Známka o desetinu vyšší by Bilesové pomohla k dalšímu triumfu v Paříži.

Gymnastka Simone Bilesová možná na olympijských hrách v Paříži přišla vinou rozhodčích o zlato z prostných, které by bylo její osmé pod pěti kruhy. Ze záznamu pořízeného pro připravovanou dokumentární sérii platformy Netflix vyplývá, že jí rozhodčí podle trenérky nezapočítali jeden prvek. Protest pak jury neřešila. Informoval o tom server insidethegames.

Na záznamu je vidět, jak trenérka americké reprezentace Cécile Landiová chce prověřit údajně nezapočítaný skok. Ten by zvýšil známku Bilesové ze 14,133 na 14,233 a dostal by ji před Brazilku Rebecu Andradeovou, která prostná vyhrála. Bilesová u trenérky zjišťovala, jak to vypadá, a dozvěděla se, že protest nikdo nepředal dál.

Triadvacetinásobná mistryně světa Bilesová, která se



Americká sportovní gymnastka Simone Bilesová v Paříži **PROFIMEDIA**

v Paříži vrátila ve velkém stylu po mentálních problémech na OH 2021 v Tokiu, tuto křivdu neřeší. „Upřímně, není to pro mě podstatné. Rebeka stejně měla lepší prostná. Jsem našťavaná, že to nebylo zpracováno, ale nijak z těch výsledků nešílím,“ vzkázala Bilesová, která v Paříži vyhrála družstva, víceboj a přeskok.

Záznam se dostal na veřejnost, protože jeho součástí jsou i záběry, o které se opírá americká strana při boji proti odebrání bronzové medaile

z prostných Jordan Chilesové. Americká gymnastka o cenný kov přišla, když sportovní arbitráž CAS vyhověla stížnosti Rumunky Any Marie Barbusuové, že Američané podali protest proti známce čtyři sekundy po minutovém limitu. Na záběrech natáčených pro Netflix je vidět, že Američané požadovali zvýšení obtížnosti jednoho z předvedených prvků včas, ale napoprvé nebyli slyšet. Případ Chilesové bude řešit švýcarský nejvyšší federální soud. **ČTK**

ČÍSLO DNE

5

Český rychlobruslař Metoď Jílek vybojoval pět zlatých a jednu stříbrnou medaili na MA v inline bruslení v kategorii juniorů. Osmnáctiletý talent v Itálii navázal na úspěchy z červencového kontinentálního šampionátu, kde získal o jedno zlato méně. „Do každého závodu jsem šel s tím, že chci vyhrát. Povedlo se, za což jsem nesekutečně rád,“ uvedl Jílek.

120

Baseballisté Chicaga White Sox podlehl na hřišti San Diega Padres 2:4 a 120. porážkou v sezoně vyrovnali nelichotivý rekord moderní éry MLB, který dosud držel sám tým New York Mets. Více proher v jednom ročníku nasbíral pouze tým Cleveland Spiders, který už v roce 1899 neuspěl ve 134 zápasech. Tento zápis White Sox „ohrozit“ nemožnou, protože do konce dlouhodobé části zbývá odehrát šest utkání. **ČTK**