

**Najděte
pod stromečkem...**

ĎÁBELSKÝ DÁREK

**Vánoce jsou skoro tady a vy přemýšlíte
o zajímavém a originálním dárku?
Vsadte na nejnovější generaci přípravku
Clavin® PLATINUM.**

- ❄ Ve složení tohoto doplňku stravy naleznete směs speciálně vybraných účinných látek STIMULIN®.
- ❄ Obsahující mj. L-arginin, L-citrulin a především Tribulus terrestris a Crocus sativus, jež mají velmi příznivý účinek na prokrvení penisu a erekci a vyznačují se rychlým nástupem účinku.



Kvalitní erekce*

Intenzivní prožitek*

Posílení libida*

*Účinnost Clavin zajišťuje/obsahuje mj. L-arginin, L-citrulin, selen, zinek a navíc Tribulus terrestris a Crocus sativus, které zlepšují erekci a sexuální prožitek.

www.clavin.cz ■ žádejte v lékárně

NEJLEPŠÍ PŘÍTEL PŘI BOLESTI ZAD!

Trpíte bolestí, ztuhlostí či prochlazením pohybového aparátu? Nemůžete se hýbat? Spolehněte se Thermolku!

- Díky konopnému oleji, jedli sibiřské a směsi bylin mazání účinně regeneruje a ulevuje od bolesti i ztuhlosti zad, svalů a kloubů.
- Hřejivá síla vanilky a kapsaicinu navíc příjemně prohřeje a uvolní celý pohybový aparát.
- Mazání Thermolka je nově k dostání také v dárkovém balení s hřejivými náplastmi.
- Thermolka je vhodná nejen pro seniory a sportovce, ale i osoby trpící následky sedavého či fyzicky náročného zaměstnání.

Poznejte spolehlivého parťáka pro pohybový aparát!

NOVĚ TAKÉ
V DÁRKOVÉM BALENÍ



NOVÁ KREV. PEKAROVÁ ADAMOVÁ VEDE TOP 09

PRVNÍ MÍSTOPŘEDSEDKYNĚ STRANY PORAZILA TOMÁŠE CZERNINA STRANA 8



metro



PRAHA

Pondělí, 25. listopadu

Č. 221, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Kateřina

mojemetro | denikmetro

Smím prosit? Češi se hrnou do tanečních

StarDance. Televizní soutěž zvyšuje popularitu společenského tance. **Kurzy.** Zájem je především o ty pro dospělé. **Místo diet.** Chopení do tanečních není jen společenskou záležitostí, dá se v nich i zhubnout STRANA 9



Měsíc do Vánoc. Smrk pro Prahu se vydal na cestu, někde už začaly trhy

V Semilech včera dopoledne pokáceli vánoční strom pro Staroměstské náměstí. Odpoledne vyrazila 29 metrů dlouhá a 5,5 metru široká souprava se smrkem směrem na Prahu. Dorazí až v noci na zítřek. Cestu mohou lidé sledovat na internetových stránkách sledujstromek.cz. Šestapadesátiletý smrk ztepilý vyrostl na soukromém pozemku jen pár kroků od centra Semil. Z původních 25 metrů ho dřevorubci zkrátili na potřebných 22 metrů. Trhy na Staroměstském náměstí se teprve chystají, jinde už ale otevřely své brány. Více čtěte na straně 2.

ČTK



Investujte do úvěrů ONLINE

A je to tady! Investovat do úvěrů nikdy nebylo snazší. Nově to jde u nás online přímo přes naše webové stránky.

Zkuste to od 10 000 Kč a získejte výnos až **6 %** p.a.

Investujte například do úvěru zajištěného bytem na Starém Městě:

Bytová jednotka v Praze - Staré Město

Výnos pro investora: **5,4375 % p.a.**
 Minimální výše investice: **10 000 Kč**
 Splatnost: **31.1.2022**
 Účel využití úvěru: **nákup a rekonstrukce**

Investujte na: www.rondainvest.cz nebo na nové pobočce



Olivova 2096/4 - Bredovský dvůr, Praha 1 - Nové Město, 1. patro

Volejte zdarma: **800 023 099**

info@rondainvest.cz



Trhy začaly na Míráku i Hradě

Do Vánoc zbývá měsíc.
Nejvíce stánků otevře během tohoto týdne.

Po celé Praze se v nejbližších dnech rozzaří stromečky na vánočních trzích. První se rozsvítil minulou středu před kostelem sv. Ludmily. Zdejší trhy nabízejí 75 stánků s vánočním sortimentem. U stromku najdete vyřezávané viňohradský betlém. Trhy jsou otevřené denně od 10 do 19 hodin.

V sobotu se rozběhly trhy na Pražském hradě, konkrétně na náměstí U Svatého Jiří. Stánky mají od pondělí do čtvrtka otevřeno od 9 do 18 hodin, poslední tři dny v týdnu o hodinu déle.

Dnes odstartují trhy také na náměstí Republiky, a to před OC Stará Celnice. Další budou následovat hned zítra na Tylově náměstí u I. P. Pavlova. Místní dřevěně zdobené stánky mají otevřeno od 10 do 19 hodin a koupíte zde i ručně dělané řemeslné výrobky.

V pátek se poprvé otevřou trhy na výstavišti v Holešovicích, které zde budou každý adventní víkend. Tento týden se koná od pátku do neděle akce Vánoce na Výstavišti, která kromě venkovních trhů před Průmyslovým palácem zahrnuje i vnitřní část v paláci, která je však placená. K rozsvícení stromku dojde v pátek v 17 hodin.

Čtyři trhy začnou v sobotu. Na Andělu budou na pěší zóně u metra. Na náměstí Republiky budou stánky před obchodním centrem Palladium a otevřeno zde bude denně od 10 do 19 hodin. Na Václavském náměstí budou opět v dolní části u Můstku. Stánky budou v provozu od 10 do 22 hodin, ty s občerstvením dokonce až do půlnoci.

Stejný režim bude také na Staroměstském náměstí. Zde bude také kulturní doprovodný program či ukázky lidových řemesel. Nebude chybět betlém a mini zoo. Součástí trhů je také mikulášský a silvestrovský program či rozlévání rybí polévky na Štědrý den. Strom se rozsvítí poprvé v sobotu. Včera se vydal po pokácení pětadvacetimetrový smrk na cestu do Prahy ze Semil. Vztyčen bude dnes v noci. **PAVEL URBAN**

Kdy vyrazit na trhy

Deník Metro připravil přehled vybraných vánočních trhů v metropoli.

- **Kde:** náměstí Míru
Kdy: 20. 11. – 24. 12.
- **Kde:** Pražský hrad (U Svatého Jiří)
Kdy: 23. 11. – 6. 1.
- **Kde:** náměstí Republiky (u Celnice)
Kdy: 25. 11. – 24. 12.
- **Kde:** Tylovo náměstí
Kdy: 26. 11. – 24. 12.
- **Kde:** výstaviště Holešovice
Kdy: 29. 11. – 21. 12.
- **Kde:** Anděl
Kdy: 30. 11. – 23. 12.
- **Kde:** náměstí Republiky (u Palladia)
Kdy: 30. 11. – 30. 12.
- **Kde:** Václavské náměstí (dolní část)
Kdy: 30. 11. – 6. 1.
- **Kde:** Staroměstské náměstí
Kdy: 30. 11. – 6. 1.

OTESTUJTE SE ZDARMA A ANONYMNĚ NA HIV!

22.-29. LISTOPAD
EVROPSKÝ TESTOVACÍ TÝDEN
HIV A ŽLOUTENKY
2019
OTESTUJ SE. DODRŽUJ LÉČBU.
MYSLI NA PREVENCI.
www.testingweek.eu

Ve dnech 22. - 29. listopadu 2019 bude probíhat v České republice Evropský testovací týden na HIV a žloutenky.

Můžete využít prodloužené otevírací doby HIV poradny SZÚ v Praze na adrese:

Šrobárova 48, Praha 10 budova č. 3, 1. patro

25. 11. Pondělí 8:00 – 18:00
26. 11. Úterý 8:00 – 18:00
27. 11. Středa 8:00 – 18:00
28. 11. Čtvrtek 8:00 – 18:00
29. 11. Pátek 8:00 – 18:00



Podrobnější informace a další testovací místa najdete na webu www.prevencehiv.cz

Akci zaštiťuje Státní zdravotní ústav, za podpory Ministerstva zdravotnictví České republiky

Číslo dne

5. 12.

Kolaudace historické budovy Státní opery Praha, v níž se dokončují opravy, by se měla uskutečnit první čtvrtek v prosinci. Do provozní budovy se již začala stěhovat technika a oficiální předání stavby Národnímu divadlu by se pak mělo uskutečnit v neděli 15. prosince. Rekonstrukce vyšla na 1,3 miliardy korun.

Praha 5. Zvýší se tu počet obyvatel

Do konce roku 2030 by se zejména vlivem nové výstavby měl počet obyvatel Prahy 5 ze současných zhruba 86 tisíc zvýšit o 12 až 19 tisíc lidí. Vyplývá to z prognózy, kterou si nechalo zpracovat vedení městské části. Do roku 2050 by pak podle dokumentu měl počet obyvatel vzrůst na 117 až 127 tisíc. Výrazně poroste počet dětí i seniorů. Prognózu připravili vědci z Přírodovědecké fakulty UK. **ČTK**

FOTO ZA
300
Kč



Pražské metro jako U-Bahn

Vestibul smíchovského metra se na pár dní proměnil ve stanici německé podzemní dráhy. Ze stropu visí typické U a celé značení je v němčině. Úpravu stanice mají na svědomí filmaři (dole foto z natáčení). Na proměnu nás upozornila čtenářka Eliška Gmíterková. **Děkujeme. MET**



INZERCE

PŘINÁŠÍME RADOST PRO KAŽDÉHO

Nevíte si rady s výběrem vhodného dárku? S dm dárkovou kartou nemůžete nikdy šlápnout vedle.

Nechejte si libovolnou částku načíst na pokladně a kartu jednoduše darujte. Karta je platná ve všech prodejnách dm Česká republika na celý sortiment od nabití minimálně 10 let.



www.dm.cz
www.facebook.com/dm.cesko
instagram.com/dm_cesko



Krátké

Neštěstí na trati

V Běchovicích v sobotu večer zemřel člověk, kterého srazil vlak. Provoz na trati spojující Prahu a Ko-

lín byl v úseku zhruba hodinu zastavený. Zasažovali také hasiči. Okolnosti neštěstí vyšetřují policisté. Provoz byl částečně obnoven po 19. hodině. **ČTK**



SBERBANK

Naše půjčky pomáhají vám i přírodě

ZA KAŽDOU
PŮJČKU
ZASADÍME
STROM

FÉR půjčka

- ✓ Bonusová sazba za řádné splácení
- ✓ Bez poplatků

PRO KAŽDÉHO

3,9 %

sberbank.cz | 800 133 444

Reprezentativní příklad FÉR půjčky s bonusem: Celková výše úvěru 280 000 Kč. Doba trvání úvěru 96 měsíců. Parametry úvěru bez započtení bonusu: Úroková sazba 7,5 % p. a. Výše měsíční splátky 3 904 Kč. Poplatek za poskytnutí úvěru 0 Kč. Poplatek za vedení úvěrového účtu 0 Kč. RPSN 7,88 % p. a. Celková částka splatná klientem 374 686 Kč. V případě řádného splácení dostane klient na běžný účet zpět bonus ve výši 56 000 Kč. Parametry úvěru po započtení bonusu: Úroková sazba 3,9 % p. a. Výše měsíční splátky 3 904 Kč. Poplatek za poskytnutí úvěru 0 Kč. Poplatek za vedení úvěrového účtu 0 Kč. RPSN 4,02 % p. a. Celková částka splatná klientem 318 686 Kč. Nabídka je platná od 25. 2. 2019. Bonusová sazba platí v případě splnění podmínek stanovených Sberbank CZ, a.s.

INZERCE

NEDOVOLTE, ABY DIABETES ZPŮSOBIL SRDEČNÍ PROBLÉMY



Studie PROMINENT zkoumá nový zkušební léčivý přípravek pro pacienty s diabetem typu 2, zvýšenou hladinou triglyceridů (typ tuku v krvi) a aterosklerózou (kornatěním tepen) s cílem zjistit, zda může snížit riziko srdečního infarktu a dalších problémů souvisejících se srdcem.

STUDIE
PROMINENT

Podmínky pro účast ve studii můžete splňovat, pokud:

- je vám nejméně 18 let
- máte diabetes typu 2
- máte středně vysoké hladiny triglyceridů
- máte aterosklerózu

Účastníci, kteří splňují podmínky pro účast ve studii, mají zajištěno bezplatné podávání zkušebního léku a péči v rámci studie.

Chcete-li získat další informace a zjistit, zda splňujete podmínky, volejte:

telefonní číslo: 735 770 436

nebo pište na e-mail: daniela.veverova@restrial.com

metro

„Slíbenou“ pandu řeší NY Times

**Česko-čínské
vztahy ochladly
kvůli Hřibovi.**

Vývoj kolem sesterské smlouvy mezi Prahou a Pekingem ilustruje způsob, jakým Čína využívá hospodářskou sílu, aby dosáhla svých diplomatických cílů. V rozsáhlém článku, který v titulku píše o „porušeném slibu“ dostat do pražské zoo vzácnou pandu, to uvedl list The New York Times (NYT). Česko je podle něj jednou z těch menších zemí, kterým se Peking dvoří neagresivněji.

The New York Times se v textu věnuje především událostem, které následovaly poté, co pražský primátor Zdeněk Hřib začal usilovat

o vyškrtnutí klauzule o uznání jedné Číny ze sesterské smlouvy mezi českou metropolí a čínským hlavním městem. Připomíná také incident z novoročního setkání primátora s diplomaty, ze kterého Hřib odmítl na výzvu čínského velvyslance vykázat tchajwanského diplomata.

Tento incident podle NYT stál na počátku vývoje, „který může napáchat trvalé škody na česko-čínských vztazích“. Reakcí na Hřibovu politiku byly podle amerického listu „hrozby a akce namířené proti institucím spojeným s městem“.

Podle amerického listu byla přítom před nástupem Hřiba na pražskou radnici situace zcela odlišná. Deník připomíná, že Prahu v roce 2016 dokonce navštívil čínský prezident Si Ťin-pching. **ČTK**

Pohotovost se stěhuje

Fakultní nemocnice Královské Vinohrady od Nového roku otevře dětskou lékařskou pohotovostní službu a rovněž rozšíří o jednu ordinaci pohotovost pro dospělé. Vedení nemocnice služby rozšíří na základě domluvy s magistrátem a Prahou 10, která na konci letošního roku uzavře pohotovost v malešické poliklinice. **ČTK**



Pomáhat a chránit

STAŇTE SE POLICISTOU PŘIDEJTE SE K NÁM

Náborové centrum

Krajské ředitelství policie hl. m. Prahy

Telefon: 222 211 121

Mobil: 731 195 482 (483)

E-mail: krpa.nabor@pcr.cz



Sokolovská 623/251, Praha 9
Metro (B) Vysočanská

www.policie.cz/nabor



Po stopách hrdinů Watergate

Novináři se vydali na únikovou hru Novinář. A uspěli bez nápovědy.

I když jsme jich vyzkoušeli už dost, pořád spoustu ještě odškrtnutých nemáme, a tak jsme se na Vinohrady vypravili zdotat další únikovou hru. Je pravda, že Novinář od Escape Point není žádná žhavá novinka, ale nás už logicky z profesního hlediska zajímala. „Chtěl jsem využít téma, které se nás všech dotýká a už v minulosti dotýkalo, což jsou různé dezinformace a ovlivňování. Bylo jasné, že budu pracovat na příběhu Novináře, který nabízí prostor pro variabilitu tvorby příběhu a říká si o postupné odhalování indicií,“ řekl nám k námětu této hry Jindřich Marek z Escape Point.

Na Novinář mě zaujaly hned dvě věci. Za prvé, že se na hru může vypravit až sedm hráčů (nás bylo šest), a za druhé, že je na ni časový

limit osmdesát minut místo klasických šedesáti. Patří i podle organizátorů k těm obtížnějším a podle starších ohlasů byla původně také nastavena na hodinu. Na začátku nás trošku překvapila zpráva, že je vevnitř volně k dispozici voda na pití, no snad za těch osmdesát minut nebudeme mít takovou žízeň.

Každopádně příběh je vymyšlený hezky. Novinář Carl Bernstein, který se významně podílel na odhalení aféry Watergate v 70. letech minulého století a přispěl tak k abdikaci prezidenta USA Richarda Nixona, prohlásil při přebírání Pulitzerovy ceny, že je na stopě ještě něčemu většímu. Začal pracovat v ústraní sám, ovšem v roce 1975 zmizel, aniž by stihl cokoli zveřejnit. Jeho věrného parťáka Boba Woodwarda zavedly stopy do Československa, kde byla objevena Bernsteinova pracovna. Jenže přijít na důvody jeho zmizení a na to, na čem dělal, už je detektivní úkol pro naši partu.

Úkolů, rébusů, zámků či chytáček je ve hře docela dost,



V pracovně Bernsteina byl i dobový psací stroj. ESCAPE POINT

ale náš početný tým se přesně dostával poměrně hravě. Některé skrýše či nápovědy jsou ale promyšlené velmi mazaně. Rozhodně ale doporučuji už použité klíče nebo předměty dávat na jednu hromadu. Když se pak totiž někde zaseknete, nebudete už vědět, co jste použili a co ne. A jestli jste ony klíče už vyzkoušeli všude, kde by to šlo.

Působivé jsou také dobové rekvizity včetně rádií, dokumentů nebo vybavení místností.

Záhadu se nám podařilo rozluštit za sedmdesát minut, navíc bez jediné nápovědy. Je úplně jedno, jestli jste novináři, nebo ne. Je to zkrátka zábavná hra s pěknou dobovou atmosférou. A nakonec jsme se i napili... **PAVEL URBAN**

Populární jsou dětské

Escape Point má na různých místech několik únikovek.

- Největší zájem je o dětské hry Sen a Pokoj. Podle organizátorů se očekává velký zájem také o novinky Hvězdu a Hrdinu. Ty nabízejí možnost nastavení obtížnosti.

ČESKOSLOVANSKÁ AKADEMIE OBCHODNÍ, střední odborná škola Praha 2, Resslova 5

Nabízí školní vzdělávací programy:

- Podnikatelský management
- Výuka vybraných ekonomických předmětů v anglickém jazyce
- Management v reklamě a umění

Zveme všechny zájemce
na Dny otevřených dveří,

které se konají ve středu
4. 12. 2019 a 5. 2. 2020
od 15 do 18 hodin

Bližší informace na: www.cao.cz
nebo na tel.: 224 922 228

Najdete nás také na výstavě SŠ
„Schola Pragensis“
28. – 30. 11. 2019, stánek č. 238

INZERCE

**Vánoční a hrncířské trhy ▶ Workshopy ▶ Rozsvícení vánočního stromu ▶
Lampionový průvod s anděly ▶ Mikulášská s Prahou 7**

VÁNOCE

na Výstavišti 29. 11. – 1. 12.

www.vystavistepraha.eu



PARTNERI:



MEDIÁLNÍ PARTNERI:



„Lézt se dá až do tří stupňů, pak už necítíte, že se držíte“

Jako první česká lezkyně zdolala obtížnost 9a, bylo to letos v Německu. Devětadvacetiletá Gabriela Vrablíková pro Metro popisovala, jak se vlastně takové cesty hodnotí či jestli má na skalách strach. A že i v současném počasí se vydává do Labského údolí.

Zaujal mě systém označení obtížnosti. Podle čeho se stanovuje?

Kritérií je hodně. Čím vyšší číslo, tím těžší cesta. Ve francouzské klasifikaci jsou ještě mezistupně a, b, c, přičemž céčko je nejtěžší. Příslušný stupeň klasifikace se stanovuje například podle toho, jak velké chyty jsou, jak daleko jsou od sebe, jestli se držíte celou dlaní, nebo naopak jen konečky prstů. Záleží i na tom, jaký je profil a délka dané cesty, jestli je převíslá či kolmá.

Klasifikační stupeň ale té které cestě přiřazují samotní lezci po jejím zdolání. Co když to někdo nadhodnotí, nebo naopak?

Ten, kdo vyleze danou cestu první, tak jí přiřadí hodnocení. Když se pak shodne více lidí, tak už se stupeň ustálí a srovná. Na internetu jsou deníčky, kam si lezci výkony zapisují. Pokud si jako první někdo zapíše 8a a každý další tu cestu dá za 7c, shodí se stupeň právě na 7c. Vždy je to samozřejmě subjektivní hodnocení. Ale myslím, že každý se snaží udělat tu klasifikaci co nejvíce férově.

Když si tedy vyberete nějakou cestu, tak už ze zmíněných deníčků vyčtete, co vás čeká?

Ano, většinou, u těžších cest existují i videa, kde je vidět postup, jak danou cestu vylezt. Když si vybírám projekt, tak si můžu vše nastudovat, což hodně pomůže. Samozřej-

mě jsou cesty, kde videa nejsou, nebo nemáte ani žádné další informace od kolegů. Pak přijdete pod skálu, víte třeba jen z fotografie, kudy cesta vede, a musíte si poradit sám. Většinou lezete jedním způsobem, ale například já, jelikož jsem malá, tak musím dělat více kroků než ostatní, takže si hledám svůj způsob.

Stojí vás to víc sil, když musíte udělat více kroků?

Pokud je tam připravený dlouhý krok a musím si hledat nějaké mezichyty, tak je to horší, protože tyhle chyty jsou menší a lezec se raději snaží dosáhnout do dalšího většího. Naopak někde se zase lépe srovnám, vkláním nebo rozepru, a víc si odpočinu.

Je lezení náročné i psychicky? Navíc musíte často koukat na stěně či skále nahoru a máte při tom zvláštní perspektivu...

Na hlavu je to také těžké. Často náročnější než fyzicky, musíte si totiž vždy rozmyslet několik kroků dopředu. Někdy bolí zcela vyčerpané svaly předloktí, nohy v malých ledičkách, ale když jste dva metry nad jištěním a hrozí vám pětimetrový pád, tak se raději rozhodnete překonat strach a bolest než spadnout. A co se týče té perspektivy, tak nastavení těla při lezení je přirozené. Člověk musí držet zpevněný střed těla, zacentrované klouby a je to pak takový hezký propojovací pohyb.

Máte při lezení někdy zmiňované strach či respekt?

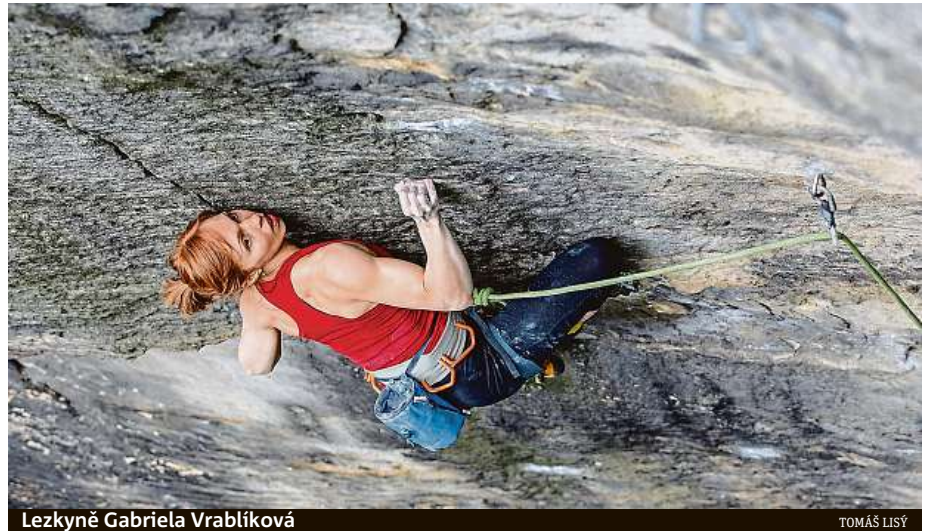
Samozřejmě, někdy strach mám. A respekt se snažím mít. Ale se strachem jsem se naučila již pracovat a několikaleté bezpečné pády mi nevaří. No a pokud hrozí ještě delší pád, tak na sebe mluvím.

Co si tak obvykle říkáte?

Gábi, dýchej, jsi dobrá. Ještě další krok, to zvládneš. Vždy se orientuji na další krok.

Je váš sport náročný i finančně? Když si budou děti vybírat sport, bude lezení stát hodně peněz?

Do začátku si člověk vystačí s vybavením do několika tisíc korun. Navíc třeba pro děti jsou kroužky na nízkých boulderových stěnách, kde potřebují jen lezecké boty. A často se tam vybavení půjčuje. Na skalách je toho víc. Tam potřebujete lana, sedák, různá jistítka. Za sezonu tam utratíte za



Lezkyně Gabriela Vrablíková

TOMÁŠ LISÝ

vybavení na vrcholové úrovni i několik desítek tisíc korun.

Máte svého trenéra, nebo s kým trénujete?

Mně sestavuje trénink Petr Klofáč z Andrlé Sportu, jak kondiční, lezecký, tak mentální. Když začínáte, stačí se naučit základní techniky a bezpečné jištění a nějakou dobu se jen samotným lezením zlepšujete. Ale na vrcholové úrovni už to bez trenéra a ideálně celého týmu nejde. Je pořád potřeba pracovat na slabinách, což se mi moc nechce, proto alespoň já nad sebou nějaký dozor potřebuji.

Letos za sebou máte dost úspěchů. Zdolala jste obtížnost 9a. Kam se ještě můžete posunout?

Tuto obtížnost zdolalo už jednadvacet žen. A ještě jsou dva stupínky, kdy už mají holky 9a+ a 9b, tam rozhodně mířím. Nejtěžší cestu na světě vylezl Adam Ondra, to bylo 9c.

Takže desítka je nyní pro lezce magická hodnota?

Řekla bych, že vnímáme více magických hodnot. Když jsem s lezením začínala, říkala jsem si, že jednou chci vylezt 8a, pak 8b, pak 9a a nyní chci zdolat ještě těžší cestu.

Jak se vám daří lezení skloubit s prací fyzioterapeutky?

Dlouho jsem pracovala na plný úvazek, což šlo skloubit jen těžko. Po práci jsem šla na trénink, kde jsem třeba i usnula. Pak rychle domů, něco uvařit a ráno zase dokola. Takže jsem nenaspala víc než šest hodin, regenerace žádná a o víkendech jsem byla na tréninku nebo ve skalách. Ale teď už

to mám také díky agentuře Sport Invest udělané lépe a aspoň se vyspím a dobře zregeneruji. V práci jsem už výrazně méně. Uživit se pouze lezením lze spíše jen přes sponzoring. Ale kromě Adama je ještě pár lezců zaměstnaných v klubu Olymp. Tím, že se sportovní lezení dostalo na olympiádu, tak je více peněz i na jejich podporu. Ve Slovinsku, Německu či Francii se pouze lezením uživit dá, v České republice to teprve začíná.

Zmínila jste olympiádu, Adam Ondra bude mít ještě šanci se do Tokia dostat. Vy jste o té možnosti nepřemýšlela?

Já jsem se závoděním skončila už asi před dvěma lety a vrátit se tam nechci, takže jsem o tom neuvažovala. Navíc kombinace, která na olympiádě bude, je dost nešťastná. Jsou to z lezeckého pohledu tři odlišné disciplíny. Člověk musí být hodně všestranný. Ale v roce 2024 v Paříži už by se měly rozdávat dvě sady medailí. Jedna disciplína by byla lano a bouldering a rychlost by byla samostatně. To už se zdá přijatelnější.

Vy se během listopadu snažte zdolat cestu v Labském údolí. Není už zima?

Už se mi podařilo udělat všechny kroky v cestě a nyní pracuji na tom, abych je spojila dohromady a vylezla cestu bez pádu a odpočinku. Ale před víkendem jsme tam jeli, celé údolí bylo v mlze a skála zavlhlá, takže jsme to otočili a jeli zpět do Prahy. Ale loni jsem tam lezla také takto pozdě. Do tří stupňů nad nulu to ještě jde. Když je k nule, tak už přemrzají prsty a necítíte,

že se držíte. Představte si, že máte úplně zmrzlé prsty a snažíte se napsat SMSku. A teď si představte, že se s těmito zmrzlými prsty držíte za konečky a stojíte jen na malých stupech. Máme různé nahřívací polštářky. Nebo si vlezou mezi pokusy do spacáku, abych se zahřála. Jedná se ale o jednu z nejtěžších cest na pískovci na světě, takže se budu pokoušet, jak dlouho to půjde, a pak zase na jaře. Pak se chystám v zimě do Španělska, kde je tepleji. Tam je největší koncentrace těžkých cest na světě.

Co vás čeká příští rok?

Mám pár tipů, právě i ve Španělsku. Chci se do těch míst podívat. Vždy, když někde vyrazím, snažím se zjistit co nejvíc informací, ptám se kamarádů na rady. Když tam přijedu, tak si i kousek cesty zkusím. Strávím na místě vždycky několik dní. Když jste v cestě poprvé, tak některé potřebné kroky vůbec neuděláte. V dalších dnech už si tělo začíná zvykat, posiluje se a už je to třeba reálnější. A pak bych také ráda do vícedělkových cest v Alpách, kde lezete jednu stěnu třeba celý den.

Kolikrát za den se dá taková cesta zkusit? A kolik dní jste nejvíc strávila na jedné cestě?

Tak třikrát za den do ní nastoupíte. Jsou cesty, které vylezete na první pokus, a zase jiné vám trvají několik let. Nejdelší můj projekt byl na jedné cestě sedmáct dní, to je zhruba padesát pokusů.



PAVEL URBAN

pavel.urban@metro.cz



Na skále

PETR KLOFÁČ

Black Friday

DORUČENÍ ZDARMA

Aby oči netrpěly

BenQ



24,5" BenQ GL2580H

LCD monitor s Full HD rozlišením
Extra tenké rámečky, skryté vedení kabelů
Ochrana zraku před modrým světlem
Bleskurychlá odezva 2 ms pro plynulý obraz

3 799,-

2 789,-

obj. kód: WT137g2

-27 %

Uvařte to spolu

Tefal



Tefal Sada nádobí 11 ks ILLICO G701SB74

Sada nádobí z nerezové oceli se zárukou 10 let
Titanový nepřilnavý povrch, hladinové značky
Pánve s indikátorem teploty Thermo-Spot®
Pro všechny druhy ohřevu včetně indukce

3 990,-

2 990,-

obj. kód: TEFNA147

-25 %

Pro všechny vaše projekty

BOSCH
Professional



BOSCH GSB 18-2-LI Plus Professional 2 x 2 Ah

Příklepová aku vrtačka se 2 Li-Ion bateriemi
Rozsah sklíčidla až 13 mm, točivý moment 63 Nm
Brzda motoru, příklep pro drčení betonu
Ukazatel stavu baterie, praktický kufřík

6 159,-

3 790,-

obj. kód: BOC011u

-38 %

Hrdina internetu

kaspersky



Kaspersky Internet Security pro 1 zařízení na 12 měsíců (elektronická licence)

Bezpečnostní software pro PC, tablet či mobil
Chrání proti všem internetovým hrozbám
Součástí je rodičovská kontrola a ochrana plateb
Jednoduché nastavení, nezpomaluje systém

799,-

299,-

obj. kód: WZ992c7

-63 %

Síla a výkon ve vašich rukou

Rowenta



Rowenta RO3759EA Compact Power Cyclonic Parquet

Bezsáčkový vysavač s nádobou 1,5 l
Monocyklonový systém účinně separuje prach
2 úrovně filtrace s vícevrstevným pěnovým filtrem
Podlahová a parketová hubice, nástavec na štěrbinu

3 199,-

1 899,-

obj. kód: ROWVB025

-41 %

Alergici ji milují

gorenje
Life Simplified



A+++ GORENJE WA824

Pračka s předním plněním na 8 kg prádla
14 programů vč. rychlého a šetrného pro alergiky
DoseAid optimalizuje dávku pracího prostředku
15letá záruka na motor po registraci u výrobce

10 990,-

7 899,-

obj. kód: GORPR002

-28 %

Všechny dárky vyřešíte na  **alza.cz**

Kup na www.alza.cz nebo volej 225 340 111

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 25. 11. 2019 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na www.alza.cz/reklama. Aktuální ceny najdete vždy na www.alza.cz. Nabídka Doprava zdarma se vztahuje pouze na objednávky v minimální hodnotě 4 000 Kč vč. DPH učiněné v období od 21. 11. 2019-31. 12. 2019. Doručení zdarma není možné uplatnit na dropshipment, doručení nadměrného zboží a doručení kurýrem. Na tuto nabídku se vztahují podmínky uvedené na www.alza.cz/marketingova-kampan-doprava-zdarma a www.alza.cz/reklama.



Topka má v čele ženu. Na dva roky

Poslankyně Markéta Pekarová Adamová jako šéfová, senátor Tomáš Czernin jako první místopředseda.



Markéta Pekarová Adamová přijímá gratulaci. ČTK

Opoziční TOP 09 povede příští dva roky poslankyně a dosavadní první místopředsedkyně Markéta Pekarová Adamová. Delegáti sněmu jí ve včerejší volbě stranického předsedy dali přednost před senátorem a řadovým místopředsedou Tomášem Czerninem. Ten byl posléze zvolen prvním místopředsedou strany. Řadovým místopředsedou se naopak nestal dosavadní předseda této strany, europoslánek Jiří Pospíšil. Ten se sice o křeslo už neucházel, kandidoval alespoň do užšího vedení strany. Přála si to dokonce sama Pekarová Adamová.

Pro novou šéfkou hlasovalo téměř sto ze 178 delegátů sněmu. Jeden lístek byl prázdný. Pekarová Adamová se stala čtvrtým předsedou nyní druhé nejmenší opoziční sněmovní strany. TOP 09 by měla vést i do příštích voleb do Sněmovny v roce 2021 a už příští rok do krajských a senátních voleb.

Nová předsedkyně bývá řazena k liberálnějšímu politickému oproti Czerninovi, jehož orientace je konzervativnější. TOP 09 se jejím zvolením stala jedinou parlamentní stranou, v jejímž čele stojí žena. Tématem se na sněmu stalo zvýšení voličských preferencí. „Topka“ se totiž v posledních letech pohybuje na hranici vstupu do Poslanecké

vá. „TOP 09 se musí stát vedoucí silou v oblasti ochrany životních zdrojů. Nechceme přece přihlížet situaci, kdy polovina lesů uschne, ve studních není voda a na polích mizí ornice. A proto budu chtít posílit tuto část naší politiky, mluvit o reálných a konkrétních opatřeních, která musíme udělat v naší krajině při jejím hospodářském využívání,“ uvedla Pekarová Adamová ve svém projevu.

Předsedové stran takzvaného demokratického bloku Pekarové Adamové poblahopřáli na Twitteru. Uvedli, že ODS, lidovci i STAN hodlají s TOP 09 nadále spolupracovat. Rezervovaněji se vyjádřil předseda KSČM Vojtěch Filip. V projevech na sjezdu TOP 09 podle něj zazněly nástiny programu, a tím je výzva pro pravičnické sněmovny. Pro vstup je nutných pět procent.

Rizikové křeslo

96 : 81

Takovým poměrem hlasů zvíťazila Markéta Pekarová Adamová nad senátorem Tomášem Czerninem.

3,5

Tolik procent hlasů by podle CVVM dostala TOP 09, kdyby se nyní konaly volby do Poslanecké sněmovny. Pro vstup je nutných pět procent.

sněmovny, v posledních volbách v roce 2017 získala jen něco málo přes pět procent.

„Naše strana nevzkvétá, cítím, že poslední dobou přešlapujeme na místě,“ řekl nový první místopředseda Tomáš Czernin. „Nenecháme naši zemi plundrovat a ničit jen proto, že umřeme dřív než naše děti a vnuci,“ uvedl senátor Czernin. Na životní prioritě sází i Pekarová Adamová



Výstava v Táboře mapuje 100 let tamního skautingu

Mezi unikátními památkami představuje i po generace opečovávaný klobouk zakladatele tamního skautingu Emanuela Chalupného. Nabízí také pohled do skautského tábořiště. Galerie Ambit na náměstí Mikuláše z Husí výstavu hostí do konce února. „Máme zdokumentováno, že už v roce 1913 psala nějaká paní Milerová profesoru Svojsíkovi do Prahy, že jejího syna Karla skauting tuze zajímá a co může udělat, aby se mohl stát skautem,“ říká kurátor výstavy a skautský historik Michael Kučera. ČTK

Pokrývači. Těm je v Česku stále hej

Řemeslo má zlaté dno. O tom se přesvědčují například pokrývači a klempíři. Téměř sedmdesát procentům z nich vzrostl loni v porovnání s rokem 2017 meziročně zisk i počet zakázek. Jen zhruba čtvrtině loni zakázky stagnovaly, pět procent řemeslníků vykazalo pokles. Vyplývá to z průzkumu portálu krytiny-strechy.cz, kterého se zúčastnila necelá stovka střechařských firem z Česka.

Nejčastěji měli v roce 2018 zákaznický zájem o pálené tašky, kterým patřila čtvrtina trhu. Následovaly plechové tašky se 17 procenty. Betonové tašky měly podíl 16 procent. Zbytek patřil trapézov-

vým plechům, plastovým šablonám nebo asfaltovým šindelům. O rok dříve měly největší podíl plechové tašky.

Střešní krytiny používali pokrývači a klempíři nejvíce na opravu střeš v rodinných domech (40 procent). Dalších 28 procent při novostavbách rodinných domů. Opravám střeš bytových domů patřilo 14 procent, 12 procent připadalo na opravu střeš v průmyslových objektech.

Podle odhadu provozovatele portálu krytiny-strechy.cz Martina Smutného v Česku aktivně působí pět tisíc pokrývačských a klempířských firem, ve kterých pracuje asi 12 tisíc lidí. ČTK

Chtějí míň aut

Podíl firemních zákazníků na nákupech nových aut pomalu klesá. Za posledních pět let se snížil o 2,5 procentního bodu na 72 procent. „Důležitým faktorem je zmenšující se atraktivita nákupu vozidel na leasing. Oproti roku 2014 je vyšší optimismus domácností. V tuto chvíli obecně výše než optimismus firem,“ řekl ČTK partner společnosti EY Petr Knap.

Firemní flotily také podle Knapa mohou nyní trochu zpomalovat obnovu, protože

čekají větší nabídku alternativních pohonů příští rok. Současně řeší mobilitu svých zaměstnanců různými formami. Tradiční značkou zastoupenou ve firemních flotilách je Škoda, která podnikům prodává 84 procent z celkového odbytu v Česku. U prémiových značek jako Audi a BMW je podíl firemních aut ještě vyšší, okolo 92 procent. Nejvyšší podíl prodeju domácnostem mají Suzuki (61 procent) a Mitsubishi (59 procent). ČTK

Krátce

Hraboši nemizejí

Škůdce hraboš z jihomoravských polí zatím nezmezil. Někteří sedláci kvůli tomu nyní zaořávali ozimy. Jiní ještě nechávají některé plodiny na poli a čekají, jak budou vypadat na konci zimy. Už nyní ale někteří vidí, že část ozimů hraboši zlikvidovali. Někteří pěstitelé se snaží získat povolení pro plošné rozmetání jedu na hraboše, získat povolení ale trvá čtvrt roku.

E-receptů je víc

V Česku bylo zatím letos vydáno zhruba 65 milionů elektronických receptů, loni za celý rok to bylo 58,5 milionu. Během letoška se dál zvýšil i počet lékařů, kteří e-recepty vydávají. Léky tak elektronicky může předepisovat 44 790 lékařů, kteří jsou v systému, což představuje asi 95 procent ze všech lékařů. Uvedl to včera ministr zdravotnictví Adam Vojtěch. ČTK

Úspěch. Zájem má Hollywood

Režisér a producent Václav Marhoul, tvůrce oceňovaného filmu Nabarvené ptáče, podepsal smlouvu s prestižní americkou agenturou zastupující umělce Creative Artists Agency. Marhoul řekl, že to může být první krok k práci na filmu z hollywoodské produkce. „Jde o budoucnost,“ uvedl Marhoul. Od agentury dostal asi dvacet námětů, zatím neměl čas je přezkoumat. „Pokud se mi bude nějaký líbit, můžu požádat o scénář k přečtení,“ doplnil. ČTK



13 hřebců z Milovic

Exmoorští ponyové z milovické rezervace velkých kopytníků se v pátek přesunuli na Kozmické ptačí louky na Opavsku. Vytvořili tak první rezervaci divokých koní v Moravskoslezském kraji. ČTK

Krátce

Více žen za volantem

Dopravní podnik města České Budějovice zaměstnává dvakrát tolik žen za volanty městských autobusů než v minulosti. Počet řidiček stoupl v jihočeském krajském městě na 21, v letech předešlých jich bylo do deseti. ČTK

StarDance přivádí do tanečních nové adepty

Bavit se a ještě při tom zhubnout.

Také kvůli tomu se dospělí hlásí do kurzů tance.

Ve StarDance se uplynulý víkend tancovalo pro radost a pro pomoc lidem na vozíku. Klání na parketu s miliony diváků u obrazovek generuje kromě financí hlavně zájem o společenský tanec.

Vyzkoušejte novinku na trhu, taneční obuv StarDance! Spolupracujeme s hvězdami StarDance. Podobných lákadel najdete na internetu spoustu. Je to jeden z vedlejších efektů oblíbené taneční soutěže. Uvědomují si to prodejci a výrobci obuvi, ale samozřejmě také taneční školy. Deset ročníků, kdy na obrazovkách září taneční kreační čeští umělci, sportovci i jiných známých tváří, se projevilo také v zájmu Čechů o tančování.

Potvrzují to dlouholeté poznatky Jakuba Vavrušky, majitele známé pražské Taneční školy Vavruška. „Taneční soutěž StarDance rozhodně zvýšila nejen popularitu, ale celkové povědomí o společenském



Příklady táhnou. ČTK

tanci jako takovém,“ potvrzuje mistr tance. Lidé prý mají podstatně lepší znalosti o druzích tance. „StarDance se objevila na obrazovkách už v roce 2006 a bezpochyby přivedla za tu dobu na parket mnoho lidí, kteří by se jinak ostýchali a nevěděli, jestli je společenský tanec pro ně to pravé,“ říká Jakub Vavruška. Týká se to podle něho především kurzů pro dospělé, které mají za poslední dekádu rostoucí úroveň. „Projevuje se to také ve vysoké poptáv-

Televizní taneční

1919

Tehdy vznikla Organizace koncesovaných tanečních mistrů Československého státu. V roce 1933 se přejmenovala na Svaz československých učitelů tance a nauky o slušnosti a majitelů tanečních škol.

1975

Jakýmsi předchůdcem StarDance byly v roce 1975 televizní lekce tance a společenské výchovy v rámci pořadu pro učňovskou mládež.

Rande na parketu

Taneční kurzy jsou příležitostí jak ke společenské výchově, tak k hledání partnera.

- Taneční páry StarDance občas prodlouží účinkování i do vztahu. Stalo se to například herečce Anně Polívkové.

- Herečky Jitka Čvančarová a Marie Doležalová dokonce se svými tanečnicemi založily rodiny a staly se matkami.

- Na rozdíl od televizních soutěží mají účastníci tanečních na případné seznámení 13 až 18 lekcí.

ce, mimo jiné u kurzů pro pokročilé. Pro mnoho párů je to nejen součást společného trávení času, ale i kombinace společenské události s fyzicky namáhavou aktivitou,“ připomíná taneční mistr Jakub Vavruška.

„V době, kdy se u nás začala StarDance vysílat, zájem o taneční kurzy pro dospělé stoupl u nás mnohonásobně,“ říká Lucie Buryanová, která vyučuje tanec v brněnské Taneční škole Starlet. Jak připomíná, prvotní boom sice po

několika letech ochladl, ale i tak zůstal vyšší oproti letům, kdy se televizní soutěž pro známé tváře ještě nevysílala. „Zvláště v době krátce po socialismu, kdy neměli dospělí příliš ve zvyku, aby chodili tančit, byl pořad StarDance startérem zájmu o tanec dospělých. Zásluhou televizní propagace jsou taneční kurzy v kurzu, lidé se rádi baví,“ říká Buryanová. Dospělí si podle ní uvědomují, že pohyb na parketu a pobyt v sále je pro lidi jedním z mnoha důvodů, jak být spolu.

PAVEL HRABICA

INZERCE

BLACK FRIDAY

Každá půjčka od

300 000 Kč

Za pevný úrok

4,99%

právě teď a pouze do konce týdne

zonky.cz | 800 449 999

Toto je reprezentativní příklad půjčky ve výši 300 000 Kč s úrokovou sazbou 4,99 % p.a., RPSN 5,73 %, dobou splácení 84 měsíců, měsíční splátkou ve výši 4 325 Kč, vyšší poslední splátky 4 248 Kč a jednorázovým 2% poplatkem z výše půjčky ve výši 6 000 Kč. Celkově zaplatíte 363 223 Kč. Tato akce je časově omezena. Více informací najdete v pravidlech akce Black Friday na www.zonky.cz/black-friday.

FOTOSTRANA



1 Malešov. Kemp, dobová krčma i pivovar

Do malé středoecké obce Malešov se dostanete z Prahy autem po D1 a pak přes Český Šternberk za hodinku a půl. Podle místních má však na rozdíl od slavnější, jen šest kilometrů vzdálené Kutné Hory jednu výhodu. Její návštěvníci tu chtějí trávit čas nejen přes den, ale také přes noc. Je tu totiž pořád co dělat. Ve dne se tu můžete zastavit v místním pivovaru na studenou jedenáctku, v humoristicky laděném muzeu plném zajímavostí o místních rodácích či zaskočit na něco k snědku do středověké Krčmy na konci světa (1). V noci vás tu pak uloží do jednoho ze stanů v historickém kempu. Ty se sice zvenku tváří jako obydlí rytířů, uvnitř však naleznete povlečené postele (3), splachovací záchod i šikovně vymyšlenou sprchu. „V naší krčmě připravujeme jen jídla, která se vztahují ke středověku a zároveň jsou chutná i pro dnešního konzumenta. Pomáhá nám v tom i kniha paní Magdaleny Beranové. Dnes budete bydlet ve stanu s názvem Meč, dáte si koupel v kamenné lázni a zítřka vyrazíte s majitelem kempu i místní tvrze na obchůzku města,“ říká nám komunikativní spolumajitel krčmy David.



2 Tvrz. Skladiště proměnili v památku s funkční černou kuchyní

Kdo by tvrdil, že v Malešově většina věcí souvisí s plným žaludkem, měl by pravdu. Při toulání po obci s Ondřejem Slačálkem (2) jsme se o tom nejednou přesvědčili. Posilnění dobrou snídaní a následně i místním pivem jsme si při procházce po návsi nejprve popovídali o jeho ambiciózních plánech na další rozvíjení obce. Když jsme však došli k jeho mohutné tvrzi ze 14. století, jež stojí na skále nad říčkou Vrchlicí, objevili jsme uvnitř kromě mnoha dalších zajímavostí také plně funkční černou kuchyni. „Historie tvrzi je spletitá a pohnutá, pod jejími zdmi se odehrály bitvy i šarvátky, sama pak padla za obětí obléhatelům či požárům. Od 17. století sloužila jako sýpka a od roku 1985 jako skladiště nepotřebného haraburdí. Před pár lety jsem ji koupil já a od té doby se jí snažím kousek po kousku zvelebit,“ vypráví nám Slačálek, který má v horní části tvrze také svůj soukromý byt. Pouhým pohledem z okna tak vidí na kemp, krčmu, muzeum i místní rybník. „Kempování u nás končí koncem října a začíná zase na jaře. Jste letos jedni z posledních návštěvníků. Krčma ale bude fungovat i v zimě. Stejně tak jako prostory tvrze, které jsou zejména v období adventu díky své dobovosti přímo magické,“ usmívá se Slačálek s tím, že na webu malesovkemp.cz či pivnidarky.cz již probíhají prodeje dárkových poukazů na advent i další sezonu. 8. prosince se pak v areálu tvrze, jejíž návštěvu není problém se Slačálkem domluvit i mimo sezonu, odehrávají také vánoční trhy.

Nejen Kutná Hora. V módě je i blízký Malešov



3 Glamping. Středověk nikdy nebyl barevnější

V Malešově si můžete doslova zahrát na středověk. Slačálek a jeho tým jsou navíc v Česku vůbec prvními průkopníky žánru glamour campingu nebo-li glampingu, což je trend historického kempování, který je ve světě neuskutečně v módě. Malebný Malešov, kde jsme si neodpustili ještě poslední středověkou krmi v krčmě (4), je tak pro řadu lidí nyní daleko víc cool než Kutná Hora. Nám k dotvoření historické atmosféry ještě dopomohla návštěva nedaleké zříceniny hradu Sion. Ten byl vystavěn byl v letech 1426–1427 husitským hejtmánem Janem Roháčem z Dubé. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

PODPOŘTE NA PODZIM SVOJI IMUNITU



WALMARK®
vaše největší opora

v každém ročním období



Doplňky stravy

Akutní podpora
s řadou Expert

Každodenní ochrana
s řadou Plus

Se zinkem, který přispívá ke správné funkci imunitního systému.

walmart.cz

Hříšníci. Najdou je?

Česká biskupská konference (ČBK) podala trestní oznámení na jednání neznámých osob, které by se mohly dopouštět sexuálního zneužívání v katolické církvi. Uvedl to právní zástupce ČBK Ronald Němec. ČBK chce podle něj ochránit případně neprávem obviněné. Kardinál a arcibiskup pražský Dominik Duka v pořadu Partie v televizi Prima řekl, že pokud ti, kdo o údajném sexuálním zneužívání v církvi mluví, neřeknou jména, nebude mocí církev nikdy zasáhnout. „Tito lidé musí, pokud vědí, tak nám musí deklarovat, že znají oběti, abychom mohli těmto případům zabránit,“ řekl Duka.

Katolická církev se jeden rok snažila tyto osoby vypátrat, ale bezúspěšně. „Protože

to tvrdí více zdrojů, tak se všichni biskupové usnesli na tom, že požádají orgány činné v trestním řízení, aby se pokusily tyto osoby vypátrat,“ sdělil advokát Ronald Němec.

Za třicet let se uskutečnilo 11 soudních řízení, deset lidí bylo odsouzeno, mnozí už nežijí. V Česku téma sexuálního zneužívání v církvi vyvstalo například na začátku dubna, kdy Česká dominikánská provincie uvedla, že dominikáni podezírají asi šest mužů ze svých řad, kteří se v 90. letech a v prvním desetiletí 21. století mohli tohoto činu dopustit. Činy se ve většině případů týkaly osob starších 18 let, v jednom případě byla oběť mladší 15 let. V případech, kdy se proti pachatelům sešlo dost svědectví, byl s nimi zahájen církevněprávní proces. Trestněprávní proces v žádném z těchto případů nezačal. **ČTK**

INZERCE

**KOUPÍM PAROŽÍ,
TROFEJE I CELÉ SBÍRKY.**

Tel.: 773 191 811, trofejeeu@gmail.com

Rekordní Sbírka potravin

Při podzimní Sběrce potravin vybrali dobrovolníci 330 tun potravin a 52 tun drogistického zboží. V historii sbírky jde o rekord. Ředitelka České federace potravinových bank Veronika Láchová uvedla, že za sedm let, kdy se potravinové sbírky konají, byla tato letošní podzimní nejrozsáhlejší. Do charitativní akce se zapojilo nejvíce prodejen (754) a také největší počet dobrovolníků, kolem 4500. Do 3. prosince lze potraviny darovat přes e-shopy. **ČTK**



Krátce

Našli pozůstatky

V okrajové části Jihlavy našli myslivci během honu kosterní pozůstatky mužského těla. Byly v křovinách blízko rybníka v lokalitě Pančava. Místo ohledali policisté. **ČTK**

Ročně 10 procent

Česká lékařská komora chce každoroční zvyšování platů lékařů v nemocnicích a léčebnách nejméně o deset procent. Vládní zvýšení o 1500 Kč považuje za nedostatečné. **ČTK**

Víc sjezdovek

40

Tolik kilometrů sjezdovek by měl mít lyžařský areál ve Špindlerově Mlýně. Teď provozují 25 kilometrů. Souhlas s rozšířením vydal krajský úřad v Hradci Králové.

Mekáč až ke dveřím je tady



McDelivery

Objednávej přes:



Dáme jídlo.

Uber
Eats

Zámky jsou už přítěží

Na prodej je i někdejší sídlo milenký krále

Ludvíka XV. markýzy de Pompadour.

Ve Francii je v současnosti na prodej zhruba patnáct set zámků. Podle listu Le Figaro za posledních několik let počet historických sídel francouzské šlechty, která hledají nového majitele, výrazně stoupl. Ještě v roce 2010 si jich mohli zájemci koupit asi osm set.

K prodeji zámky nabízí soukromí majitelé, často členové starých šlechtických rodin, pro které se náklady na udržení historických sídel staly neúnosnými. Zvýšil se ale také počet lidí, kteří si zámek koupí, po několika letech jej ale opět nabídnou k prodeji.

Na prodej je například zámek Robien v obci La Foeil v Bretani. V současnosti je stavba z 18. století se sto padesáti hektary pozemků v rukou šlechtické rodiny de Robien, z níž pocházel i někdejší francouzský ministr školství Gilles de Robien. Původně se zámek nabízel za 4,2 milionu eur (107 milionů korun). Ani poloviční cena ale kupce nenalákala.

Na prodej je i jeden ze slavných zámků na Loiře – zámek Ménars, někdejší sídlo milenký francouzského krále Ludvíka XV. markýzy de Pompadour. Do nabídky se dostal před dvěma lety. V minulosti prodej zkomplikovala smrt původního vlastníka, která bránila změně sídla na hotel. Nejčastěji kupce – většinou zahraničního – zámky najdou. Musí být ale v dobrém stavu, mít ústřední topení, být dobře oddělené od okolí a stát v okolí Paříže. **ČTK**



Rumuni volili prezidenta

Voliči v Rumunsku včera rozhodovali, zda prezidentem dalších pět let zůstane centristický politik Klaus Iohannis, nebo zda ho v čele země vystřídá bývalá premiérka Viorica Dancilaová ze Sociálnědemokratické strany Rumunska. Podle odhadů zvítězil šedesátiletý Iohannis. 2x AP



Krátce

Do Bílého domu chce Bloomberg

Miliardář a bývalý starosta New Yorku Michael Bloomberg včera oficiálně vstoupil do boje o Bílý dům. Sedmasedmdesátiletý mediální magnát prohlásil, že Spojené státy si nemohou dovolit mít další čtyři roky v čele republikána Donalda Trumpa. Bloombergova kandidatura znamená vážnou výzvu pro dosavadní favority demokratických primárek v čele s bývalým viceprezidentem Bidenem.

Nosorožec vyhnul

Poslední kus vzácného nosorožce sumaterského vyhnul v Malajsii poté, co v sobotu podlehla rakovině. O uhynutí samice Iman, staré 25 let, informoval ředitel odboru pro divokou faunu státu Sabah na ostrově Borneo. **ČTK**

INZERCE

ČAMP

Rohanský ostrov: nový Karlín?

16/10 – 20/12
výstava o nové pražské čtvrti

C entrum A rchitektury a M ěstského P lánování
Na Karlově náměstí v areálu Emauz, Vyšehradská 51, Praha 2

www.praha.camp

Včelám je ve městě lépe. Každý 162. Čech je včelař

I pražský med bojuje v soutěžích. Obecně ale druhů medu ubývá.

Odborníci se shodují, že se včelám lépe daří ve velkých městech. „Je tam minimální chemizace zemědělství, ideální dlouhá a pestrá pylová a nektarová nabídka v parcích a zahrádkách. Městské a někde i včelaření na střechách zažívá v současnosti velký rozmach, a to nejen v Česku. Je to paradox – ve městě bude kvalitnější med,“ uvedl pro deník Metro Petr Texl, včelař, redaktor časopisu Moderní včelař a učitel včelařství na SOU Blatná. Kvalitu městských medů dokládá umístění několika pražských medů v soutěži Med roku.

Česko je jednou z včelařských velmocí. Pětašedesát tisíc včelařů hospodaří s téměř sedmi sty tisíci včelstvy, a tak je každý 162. Čech včelařem. „Tato prvenství však s sebou nesou i určité negativní a limitní problémy. Včelí pastva, jak říkáme nabídce pylu, nektaru a medovice, má svá omezení bez perspektivy zlepšení,“ upozorňuje Texl. Zemědělci hospodaří na velkých lánech, ubývá remízků, alejí a dalších drobných prvků v krajině, které hojně navštěvovaly včely a další hmyzí opylovače.

„Když už je na polích kvetoucí plodina, která je pro včely atraktivní, tak se ale jedná o velké plochy řepky, slunečnice, svazenky, ojedinelé i pohanky a jetele. Tyto velké plochy představují pro včely jednostrannou potravu, která vitalitu a imunitu včel moc nezlepší,“ dodává Texl. Připo-



Pro sledování projevů včelstva má Petr Texl jedno z nich na zahradě v dutém kmeni. ARCHIV PT

míná, že lány řepky a slunečnice bývají dost intenzivně ošetřovány pesticidy, které se v malých dávkách dostávají i do těla včel a následně snižují jejich imunitu.

Podle zákona mají zemědělci hlásit, kdy budou pesticidy stříkat. „Nám ale nepomůže, když řeknou, že budou stříkat od března do července sedmkrát. Měli by to stříkat brzy ráno nebo večer, když včely nelétají. Oni ale stříkají, kdy se jim to líbí,“ doplňuje Josef Krása, včelař z Raťaj nad Sázavou, který se v současnosti má 48 včelstev.

„Když včely začnou padat, tak se to musí chytit hned. Je to strašně rychlé. Někdo ale chodí ke včelám jednou za týden a zjistí, že mu padly. Jed z nich vyprchá a to se už nedobere důvodu, proč a co se stalo. Musíme je do několika hodin posbírat a poslat do laborokry, aby se zjistilo, čím se to stalo. Jestli tam není ještě například nějaký jiný pro-

blém,“ popisuje Krása, který toto našťástí sám řešit nemusel. Podle něj je to vždy o lidech v okolí.

Podle Texla zmizely kvetoucí louky. „Sice se jejich rozloha zvýšila, ale zemědělci zpravidla senoseče provádí před květem a najednou. Tento nárazový úbytek pylu a nektaru nejvíce decimuje čmeláky a včely samotářky,“ vysvětluje Texl. V Česku je přes 600 druhů včel samotárek, přičemž jednotlivé druhy jsou fixované na určité rostliny. Navíc si včely samotářky nedělají zásoby jako včela medonosná. „Pro celkový ekosystém je úbytek včel samotárek, čmeláků a motýlů daleko citelnější. Úly se včelami medonosnými se dají rychle nahradit, převážet a podobně,“ říká Texl.

Navíc na včely má dopad i rozsáhlé kácení napadených lesů kůrovcem. „Dělá mi starost, že úplně skončíme s tmavými medy, nebo ho nebude tak moc. Okolo nás

mizí lesy ve velkém,“ říká Josef Krása. Podle něj je každý rok jiný, někdy je pro včely třeba i řepka hlavním zdrojem. Obecně druhy medů ubývají, s tím jak se zužuje květena.

Rychlé šíření nemocí a parazitů podporuje velká koncentrace včelstev na včelnicích a velké zavčelení krajiny. „V současné době je velkou pohromou pro včelu medonosnou kleštěk včelí (Varroa destructor). Tento parazit dva milimetry velký se množí na trubčím a dělničím plodu, kde sají jejich hemolymfu. Velice oslabuje vyhlhlé včely z takto napadeného plodu,“ uvádí Texl.

Vědci nyní zjistili, že kleštěk je i přenašečem včelích virů. „Včely byly s viry v kontaktu pouze přes potravu, dotykem a podobně. Přes kleštěka se nyní viry dostávají přímo do hemolymfy včely,“ říká Texl. Podle něj ještě před několika lety odolávala včelstva invazi kleštěk. „Pravdě-

Sběr medu

Včela nasbírá za celý svůj život asi 9 gramů medu.

- K nasbírání 5 kilogramů medu pracuje 556 včel celý svůj život. Nalétají více než 57 tisíc kilometrů, tedy více než jedenkrát kolem světa, a navštíví asi dva miliony květů.
- K nasbírání kilogramu medu včely uletí vzdálenost rovnající se cestě sedmkrát kolem rovníku.
- Včely jednoho úlu navštíví denně přes 225 tisíc květů, jedna včela jich musí zvládnout až několik tisíc.
- Včela létá rychlostí přibližně 20–28 km/h. Léhat může až do vzdálenosti 4–8 km.
- Zkrystalizovaný med je známkou kvality, stále tekutý med bývá doslazován uměle cukrem, fruktózou nebo přehříván.
- Včelstvo spotřebuje za rok okolo 30 kg pylu, asi 70 kg medu a 150 litrů vody.
- V létě včela žije průměrně 42 dnů, zimní generace až osm měsíců. Matka se dožije až 5 let. Trubec je sezonní tvor.



Včela medonosná

MAFRA

podobně v důsledku snížení imunity a vitality, vlivem jednostranné pylové nabídky, chemizace zemědělství, letní podvýživy, suchem a dalšími negativními vlivy okolí se kleštěk s viry uplatňuje častěji a agresivněji,“ domnívá se Texl. „Když je včelstvo hodně napadené, tak je oslabené a snadno varroóze ve spojení s viry podlehne. Navíc okolní včely jim ještě vyberou záso- by,“ doplňuje Krása.

Pryč jsou doby, kdy se v září zavřely úly a otevíraly se až v březnu. „Ačkoliv včely nespí, léčíme je na varroózu od poloviny října, když už nemají plod, na kterém se choro- ba šíří. Léčivou Varidol se kape na papírové pásky, zapálí se a vykouří se tím úl. Akce se opakuje za tři týdny,“ popisuje Krása. V lednu se smetou podložky a v laboratoři na vete- rině se dozvědí, jestli jsou na tom včely dobře. „Pokud ne, tak se na jaře ještě musí léčivem natírat plod,“ uzavírá Krása. **LUCIE MOTTLOVÁ**

NÁŠ VÝHLED JE DO PŘÍRODY

Co bude zítra, nás zajímá již dnes. Pracujeme s **respektem k budoucnosti** a životnímu prostředí.



Podporujeme iniciativu
Uklidme Česko.



V naší jízdni flotile využíváme
elektromobily.



Máme včelí úly na jedné
z našich budov.



Vysázeli jsme téměř 1 000
stromů a sázíme dál.



Omezujeme spotřebu plastů
s roční úsporou 1,5 t.

**BUDOUCNOST
JSTE VY**  **KB**

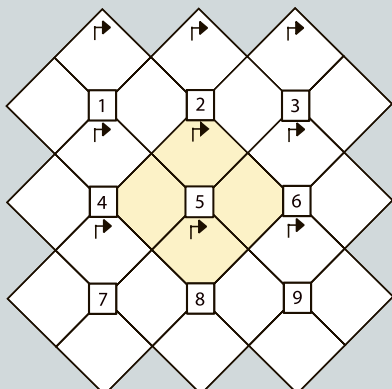
Sudoku

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

Luštěnka

Slova vpisujte okolo číslice doprava, první písmeno je vždy nad číslicí.

- 1. široké pytle 2. písmeno a 3. indián 4. dřeviny bez kmenů 5. tajenka 6. citoslovce popohnání 7. fronta 8. červená zelenina 9. patřící orlovi



INZERCE

Týdenní horoskop

25. 11. – 1. 12. 2019

	BERAN V práci ukážete, že jste famózní zaměstnanec, který svou práci dělá zodpovědně. Vaše skvělé výsledky vám zajistí kýžený úspěch.	21. 3. – 20. 4.		VÁHY Zpracujte na svém sebevědomí. Pokud v této oblasti dojde ke zlepšení, tak vám planety slibují doslova hvězdnou budoucnost.	23. 9. – 23. 10.
	BÝK Na rozpacích jste kvůli novému objevu. Na jednu stranu jste z něj nadšení, na druhou stranu nechápete jeho mnohdy složitou povahu.	21. 4. – 21. 5.		ŠTÍR V práci se připravte na nepříjemnosti. Mohou za to noví kolegové, kteří v práci vytvářejí dusnou atmosféru a nepříloží ruku k dílu.	24. 10. – 22. 11.
	BLÍŽENCI Hlídejte si finance! Je možné, že si za vámi přijde kamarád půjčit peníze a slíbí brzké vrácení. Do Nového roku však částku neuvidíte.	22. 5. – 21. 6.		STŘELEC Možná jste v poslední době změnili práci či pozici v zaměstnání. Prožíváte perné chvílky a občas máte pocit, že jen zmateně pobíháte.	23. 11. – 21. 12.
	RAK Poslední dobou se cítíte unavení. Zaměřte se na svou energii. Věnujte čas jen sami sobě, osobní meditaci, odpočinku nebo četbě.	22. 6. – 22. 7.		KOZOROH Zima klepe na dveře a s ní i oslabená imunita a únava. Mrzí vás, že nestihnete vše, co jste chtěli, ale pak nad tím mávnete rukou.	22. 12. – 20. 1.
	LEV Osud vám do života vnese jedince, který ve vás zanechá úžasně dojmy. Máte pocit, že přesně takový typ jste pro život potřebovali.	23. 7. – 22. 8.		VODNÁŘ Pokud hledáte nové zaměstnání, tak věřte, že na pohovoru budete za hvězdu. Neodmítejte ani podivnou nabídku, budete překvapeni!	21. 1. – 20. 2.
	PANNA Vaše originální myšleni je pověstné. Máte úžasnou fantazii a skvěle si povedete v uměleckých odvětvích, ale i ve sféře marketingu.	23. 8. – 22. 9.		RYBY Snažte se vyváznout z nepříznivé finanční situace, která vás náhle postihla. Musíte se uskromnit a strávit Vánoce trochu obyčejněji.	21. 2. – 20. 3.

KONEC VZTAHU?
Ano nebo ne? Zeptejte se karet!
Píšte SMS ve tvaru **26ETX**
a váš dotaz na číslo **904 30 46**

Šťastné zítřky!
Trápí vás tíživé okamžiky? Finanční trable či osamělost?
Nevěšte hlavu – vrátím úsměv zpět na vaši tvář!
Volejte na **906 70 30 35** nebo pište SMS ve tvaru **62NKV**
a text na **904 30 55**

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

Počasí

DNES	ZÍTRA	STŘEDA	ČTVRTEK	PÁTEK
6/10 °C	6/10 °C	6/10 °C	8/12 °C	6/10 °C
Teplotní rekordy: ↓ -14,7 °C (1858) ↑ 14,7 °C (2009)				

TV tipy

<p>ČT1</p> <ul style="list-style-type: none"> 15.55 To je vražda, napsala VIII 16.45 Cestománie 17.15 AZ-kvíz 17.40 Černé ovce 18.00 Události v regionech 18.25 Kde domov můj? 19.00 Události 19.50 Branky, body, vteřiny 20.10 Princip slasti (7/10) 21.10 Rozsudek III 21.40 Reportéři ČT 22.20 Kriminalista 23.20 Na stopě 23.45 Taggart 00.35 AZ-kvíz 01.05 V kondici 01.25 Z metropole, Týden v regionech 01.55 To se ví 	<p>ČT2</p> <ul style="list-style-type: none"> 16.20 Co tomu říkáte, pane Werich? 16.30 Lítost 17.35 Spravedlnost pro Selvina 18.45 Večerníček 18.55 Bedekr VI 19.20 Trvalé bydliště venkov 19.40 Postřehy odjinud 19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce 20.00 Česká hlava 2019 21.00 Bratři Okamurovi 22.30 Sloní muž 00.30 Lady Jane 02.50 Queer: Říkejte mi Toyen 03.15 Letecké katastrofy: Drama nad horou Fudži 04.05 Kvarteto 04.35 Krásy evropského pobřeží 	<p>Nova</p> <ul style="list-style-type: none"> 16.00 Námořní vyšetřovací služba: New Orleans II 17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny 17.25 Co na to Češi 18.25 Ulice (3781) 19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí 20.20 Specialisté (97) 21.15 Specialisté (43) 22.20 Expozitura (1) 23.50 Beze stopy V (21) 00.45 Odložené případy VI (17) 01.40 Odložené případy VI (18) 02.20 Střepiny 02.45 Novashopping 03.15 Co na to Češi 03.55 Ordinance v růžové zahradě 2 (587) 	<p>Prima</p> <ul style="list-style-type: none"> 16.30 Odpolední zprávy 16.50 Policie v akci 17.50 Prostřeno! 18.55 Velké zprávy 19.40 Divošky 19.55 TOP STAR 20.15 Modrý kód (210) <small>Skrytá nebezpečí. Seriál (ČR, 2019)</small> 21.35 Poklad z pudy 22.50 Jak se stává sen – extra 23.55 Policie v akci 00.50 Spravedlnost v krvi IX (15) <small>Blues. Krimiseriál (USA, 2018)</small> 01.45 Walker, Texas Ranger II (11) 02.45 Námořní vyšetřovací služba (15) 03.45 Poslední polda V (4) 	<p>Óčko</p> <p>ÓČKO HITY</p> <ul style="list-style-type: none"> 15.00 Óčko news 15.05 Mixxxer Show 17.00 Óčko news 17.05 Óčko hity 17.30 Tomáš Vintr on tour 17.35 Óčko hity 18.00 Óčko news 18.05 Óčko hity 19.00 Óčko news 19.05 Moje desítka 20.00 Óčko hity <small>Klipy nonstop</small> 20.30 Cinema news <small>Nové filmy v kinech</small> 20.35 Óčko hity <small>Klipy nonstop</small> 21.00 CZ & SK <small>České a slovenské klipy</small> 22.00 Óčko flirt
--	--	--	--	---

Limitovaná edice

SEDM SPOLČENÝCH

Ležák uvařený v Budvaru,
na jehož vzniku se podílelo
sedm sládků z celého Česka.

Chmel: Mimosa
Slad: český světlý
Obsah alkoholu: 4,9 %
Hořkost (IBU): 24
Barva (EBC): 13



MARDOŠA

ČLEN KAPELY TATA BOJS



Sloupek

DIPLO-MATKA

Jednou jsem tu vzpomínal na rozhovor, který jsem jako dítě vedl s mámou. Ptal jsem se, jak moc zajímavý život musí člověk prožít, aby to byl dobrý námět na knihu. Její odpověď mě trochu zmátla. Rekla mi, že i obyčejný život může být námět na skvělou knížku, když to někdo dobře napíše. Tenkrát jsem měl samozřejmě za to, že člověk musí ztroskotat na opuštěném ostrově, být zajat indiány nebo se alespoň vypravit za Vonty do Stínadel. Aníž bych to tenkrát tušil a dokonce aniž by to tušila máma, stalo se jí to! Tedy, ne že by bojovala s indiány. (Snad jedině s Komančí.) Ale napsala knížku! Sametová diplomacie. Pravda je, že osud jí to trochu ulehčil, protože jí nadělal zajímavý životní příběh. A ani ho nemusela sepisovat celý. Stačilo, aby se soustředila na roky 1989 až 1992. V té době se totiž „nacho-

Citát

V patnácti jsem měl o diplomacii jenom povrchní znalosti.

mytla“ k historické události. Stala se vedoucí kabinetu ministra zahraničí Jiřího Dienstbiera a spolu s ním a s Jaroslavem Šedivým vstoupila 11.12.1989 na „zamini“, kde začali budovat naši novodobou diplomacii. Tenkrát jsem zas tak dobře nevěděl, o co jde, o diplomacii jsem měl jen povrchní znalosti. Kromě toho mi bylo patnáct a měl jsem trochu jiné starosti. Ovšem revoluci jsem prožíval intenzivně! A měl radost, že se do ní rodiče zapojili. Tušil jsem, že to s tím mámi-ným ministerstvem je velká věc, ale tehdy mě hlavně bavilo, že je moje matka diplomatka. Každý by měl mít povolání, které se na něj rýmuje. Takže jsem rád, že si teď mohu v klidu přečíst, o co přesně šlo. Jsem zatím na straně 49 (z 320), takže je ještě brzy hodnotit; ostatně těžko bych mohl být objektivní recenzent. Ale už teď mě to baví! Je fakt, že je to spíše literatura faktu, žádná beletrie, ale to mě nezastaví. I jako laik zatím všemu rozumím. Ještě aby ne – je přeci psána v mateřském jazyce.

Anketa

f Sluší chlapům náušnice?



Radka Bartlová
Ano, ale jen v uších jejich žen.



Martin Zapletal
Ne... Sluší ženám vousy?



Bohumila Tušková
Jak kterému. Musí také trochu vypadat.

@mojemetro



„@dppofficialni se o víkendů rozloučil s autobusy s emisní normou EURO II. Citybus je zachycený v zastávce Kelerka. Za volantem sedí @andrew.o.k.“ Tento popisec má na Instagramu fotka čtenáře @tramfantik_zpravodajstvímhd_. Díky tomu, že je u příspěvku i hashtag #mojemetro, je snímek i v našem instagramovém okénku.

#METROTAG

Tohle je místo na váš vzkaz pro ostatní čtenáře deníku Metro. Pište, kreslete, zpřijemněte někomu den. Výtvar vyfotťe a sdílejte na vašem Instagramu, tagujte #METROTAG. Otiskneme ho v novinách!

Dopisy a vzkazy

Sousedské akce

Dobrý den, článek z pátečního Metra Sousedské akce dostanou peníze mě doslova zvedl ze židle. Jsem přesvědčena, že částka až do výše padesát tisíc korun, kterou magistrát chce přispět na jednu akci, aby se lidé sdružovali, je zbytečné plýtvání finančními prostředky. Jistě by tyto peníze mohly být vynaloženy na něco smysluplnějšího. Například pro handicapované spoluobčany, pro které jsou v případě potřeby organizovány různé sbírky. Nejsem proti setkávání sousedů, ať se klidně setkávají, jak je libo, ale za své. Jsem překvapena, na co všechno lze dotace získat.

EVA KOCURKOVÁ

Lípy, či platany

Dobrý den, nechápu, proč by se měly na Václavském náměstí sázet lípy, jen proto, že se jedná o národní strom. Budou se tam jen trápit.

JANA NOVOTNÁ, PRAHA

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

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

Řešení sudoku

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

Řešení luštěnky

KUŘE

Komiks





Vykrojte dětem trochu radosti

Kupte si v McDonald's vykrajovátko a přispějte na stavbu
Domu Ronalda McDonalda. Pomůžete tak rodinám
dlouhodobě nemocných dětí, aby mohly být spolu.



40 Kč
ks



Nakupte na kiosku nebo u pokladny!



Dům Ronald
McDonalda
mádační fond

Abby rodiny mohly být spolu

www.drmc.cz

Na Jeruzalém si nechte dost času, je stále na co se tam dívat

Křižovatka historie, ale také živoucí místo, proto je Jeruzalém nazýván věčným městem.

Největší město v Izraeli disponuje obrovským množstvím památek ze všech epoch své bohaté historie. Přinášíme tipy alespoň na ty nejvýznamnější.

Městské hradby

Dokonalý přehled o starém městě získáte, pokud cestu začnete na hradbách u Jaffské brány. Ta je jednou z osmi, respektive sedmi, kterými lze projít. Okruh má délku čtyř kilometrů.

Chrám Božího hrobu

Pro poutníky z křesťanského světa je jedním z nejdůležitějších poutních míst. To se pojí s ukřížováním Ježíše Krista. V roce 331 zde nechala matka císaře Konstantina postavit kostel, který byl později zničen. Nyní je tu rozsáhlý a složitý soubor staveb.

Via Dolorosa

K chrámu Božího hrobu poutníky zavede trasa se čtrnácti zastaveními, která připomínají Kristovo utrpení. Vždy v pátek odpoledne tudy



Zed' nářků a zlatá kupole Skalního domu v jeruzalémském starém městě.

THINKSTOCKPHOTOS

prochází procesí, kdy poutníci nesou dřevěné kříže.

Zed' nářků

Nejposvátnější místo pro židovské věřící. Ti vkládají na lístcích své modlitby a prosby do mezer zdiva. Zed' je pozůstatkem hradby z období druhého jeruzalémského Chrámu, která obklopovala Chrámovou horu. V roce 70 byl chrám Římany zničen.

Chrámová hora

Toto místo představuje klíčovou úlohu jak pro Židy, tak

pro muslimy. Právě pro muslimy je třetím nejsvětějším místem islámu. Nejpůsobivější stavbou v tomto místě je Skalní dóm s pozlacenou kupolí, která je vidět z mnoha míst ve městě. Mešita Al-Aksá je největší v Jeruzalémě a odtud Mohamed vstoupil do nebe.

Herzlova hora

Kopec, ležící v západní části města, je od roku 1951 pohřebištem významných izraelských osobností, včetně vojáků a policistů, kteří zahynu-

li při obraně země. Je tu rovněž hrobka zakladatele moderního sionismu Theodora Herzla, jehož ostatky byly do Izraele převezeny v roce 1949 z Rakouska.

Jad Vašem

Poblíž Herzlovy hory se tyčí monumentální Památník obětem holokaustu Jad Vašem. Jeho součástí je též Údolí komunit, skalní labyrint, v němž jsou na kamenných deskách vyryta jména míst židovských komunit vyhlazených za války. Najdete

Do Jeruzaléma

Pokud přiletíte do Tel Avivu, máte několik možností, jak dorazit do Jeruzaléma (vlakem, autobusem či taxikem).

- Z letiště Ben Gurion International Airport je nejrychlejší spojení do Jeruzaléma vlakem po trati, která byla otevřena teprve v loňském roce. Cesta trvá necelou půl hodinu.
- Šabat – významný židovský svátek, který začíná vždy od pátečního západu slunce a trvá do sobotního západu slunce. Nezapomeňte, že v tomto období nejždí městská hromadná doprava, jsou zavřeny rovněž obchody.

tu také ty z někdejšího Československa.

Rozhledna Ester

Pokud vám při návštěvě věčného města zbude ještě chvilka času, můžete se podívat na nejnovější zdejší českou stopu. V listopadu před dvěma lety architekt Martin Rajniš vytvořil (vznikla v Česku a do Izraele byla přepravena rozebraná) šestnáct metrů vysokou dřevěnou rozhlednu pojmenovanou Ester. Ta stojí v parku poblíž ulice Gdalyahu Alon. **MET**

INZERCE

IT'S NOT JUST AN AIRLINE. IT'S ISRAEL

Zpáteční letenka
od **5300** Kč

Až dvakrát denně přímým letem
s ELAL Israel Airlines z Prahy do Tel Avivu

Starosti. Když cukrovkou onemocní děti

Cukrovka není jen nemoc dospělých, postihuje i děti. Případů navíc přibývá.

Cukrovka se dělí na dva typy. Pro děti je typičtější cukrovka prvního typu, která je dědičným autoimunitním onemocněním. Jedná se o nemoc, během níž začne vlastní imunitní systém napadat buňky slinivky břišní. Ta přestane produkovat hormon in-

zulín, což vede k jeho absolutnímu nedostatku.

Pokud tuto chybu zapříčiní genetická informace, mluvíme o cukrovce dědičné. Druhý typ, neboli diabetes získaný, postihuje více dospělé pacienty, v minulosti to bylo záležitostí téměř výhradně osob starších 45 let. V současné době ho však mají čím dál mladší lidé a výjimkou nejsou ani děti. Strmě totiž stoupá procento dětí s nadváhou.

„Nešvary moderní doby, jako je stravování ve fast foodech a nedostatečná fyzická aktivita, vedou k necitlivosti tkání v těle vůči inzulínu,“



Inzulínové pero PROFIMEDIA.CZ

upozorňuje lékař Marek Antoš z laboratoře Synlab.

Protože cukrovka neboli, poznat ji u dětí nebývá vůbec jednoduché. Napovědět můžou typické příznaky – pečli-

vě sledujte, jak děti pijí a močí. Se zvýšenou hladinou cukru v krvi totiž ledviny produkují mnohem více moči a organismus si žádá častější doplňování tekutin. Děti, které již přestaly používat plenu, se mohou začít znovu pomočovat. U kojenců může být moč lepkavá a světle žlutá. Dalšími příznaky jsou ubývání či přibývání na váze, únava nebo opakované kožní infekce a plísňe. „Zůstává-li tento stav nerozpoznán po delší dobu, nemocné dítě může náhle upadnout do bezvědomí a ocitnout se v bezprostředním ohrožení života. Výjim-

kou není ani poškození zraku, ledvin nebo cévního systému,“ varuje Antoš. Nejvíce pak ukáže rozbor moči a krve, konkrétně hladina glukózy. „Základem léčby cukrovky prvního typu jsou pravidelné injekční aplikace inzulínu. Děti jistě ocení inzulínová pera, díky nimž je aplikace do podkoží snazší a méně bolestivá. Dále je nutné pravidelně měřit hladinu cukru v krvi pomocí glukometru,“ vysvětluje lékař Antoš. Glukózu v krvi lze měřit také speciálními hodinkami, které dítě kontrolují non-stop. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

INZERCE

Trpíte cukrovkou 2. typu a onemocněním srdce?

Vyzkoušejte jinou možnost léčby.

Zapojte se do některé z klinických studií a podílejte se na vývoji léku, který může zlepšit kvalitu života vám nebo i ostatním pacientům. Klinické studie jsou nezbytné pro pokrok medicíny a příchod nových inovativních léků na trh. Nyní hledáme možnosti moderních způsobů léčby pacientů s cukrovkou 2. typu a onemocněním srdce.

Máte možnost získat prvotřídní péči odborníků, kteří si na vás

udělají dostatek času. Výhodou jsou i časté a podrobné testy, které mohou včas odhalit případné zdravotní problémy. Na klinice



působí tým vysoce kvalifikovaných lékařů a zdravotních sester, který pacientům zajišťuje komfort a profesionální přístup obvyklý

v oblasti privátní zdravotní péče. Osobní přístup, ať už se jedná o usměvavou tvář na recepci, přátelský rozhovor se sestrou či bezplatné občerstvení, je základem pro pohodu a zdraví pacientů. Objednejte se na cílenou lékařskou konzultaci na klinice Synexus.

Synexus je mezinárodní síť klinik specializujících se na klinické studie. Naším posláním je neustálý rozvoj medicíny. Spolu vyvíjíme léky budoucnosti.

www.lekybudoucnosti.cz

Nehlaste se všichni

Máte cukrovku 2. typu a onemocnění srdce? Tak se ozvěte.



Jen pár z vás má možnost zapojit se do klinické studie a získat prvotřídní péči odborníků, kteří si na vás udělají čas.

Náš studijní tým vás na základě poskytnuté zdravotní dokumentace vyšetří a navrhne vhodnou klinickou studii. Pro účastníky ve studii je veškerá péče zdarma.

Volejte zdarma

800 022 536

nebo navštivte www.lekybudoucnosti.cz

Spolu s vámi vyvíjíme léky budoucnosti.

SYNEXUS

Nemovitosti - poptávka

Koupím ihned rod. dům nebo pozemek v Praze a okolí.
Financování mám zajištěno, hotovost. Právni vady nevadí, dluhy a exekuce uhradím.
Realitní kanceláře prosím nevolejte.
Kontakt: 725 719 745

Koupím chatu, chalupu do 50 km od Prahy,
v dobrém i špatném stavu. Děkuji za nabídku.
Tel.: 725 911 070

• Koupím byt nebo dům v Praze, zaplatím požadovanou cenu a nechám bydlet nebo dožít. Vše na dohodě 777603019.

• PENÍZE IHNEDE za nemovitost v Praze pro firmy z Evropské unie. Děkuje. Tel: 602212121

Výměny
• Zajistíme výměnu vaší nemovitosti rozdíl ceny doplatíme, vybrat si můžete i z našich nemovitostí, které vlastnime 774335503.

Práce - nabídka

• Ziskejte až 1.200 Kč za dvě hodiny. Staňte se dárce plazmy! Pomáhejte. www.caraplasma.cz Praha 1, Jungmannova, linky metra A a B. Udělejte to.

• Lůžkové zdrav. zařízení P 3 přijme: pomocnou sílu do kuchyně, údržbáře, švadlenu. Tel.: 602142636, 8-15 hod.

• BS přijme strážné a psovody pro objekty v Praze. Možno též jako brigáda, DPP, DPČ, vhodné i pro SD, ID. Tel.: 728360589

• Elektromechanik, Říčany u Prahy, svoz M Opatov, do 28. tis. mzda/měs. + bonusy 20. tis., praxe nutná! Ubytování, zálohy. Volejte: 725426038

• AMBOSELI s.r.o. přijme zaměstnance na pozici popelář v Praze – HPP, DPČ, možnost pravidelných záloh a ubytování. Bezplatná linka 800100166

• Brigáda na POKLADNĚ, odměna 140 - 150 Kč/hod dle lokality, zálohy druhý den, praxe není nutná. Tel.: 222534534, www.credittech.cz

• NABÍZÍME 145 Kč/HOD za pultový prodej lahůdek, zálohy. Práce v týdnu nebo jen víkendy. Nástup ihned. Více na tel.: 222534534, 777335756

Nemovitosti - nabídka



Společná realitní a advokátní kancelář

JURIS REAL spol. s r.o.

ihned vykoupí či zprostředkuje prodej rodinného domu, bytu, chaty, pozemku. Vyřešíme právní vady, dluhy, exekuce i privatizaci. Okamžitá výplata zálohy.

Tel.: 777 306 103

www.vykuppraha.cz

• Brigáda pro každého, 140 - 154 Kč/hod za vybalování a doplňování zboží, směny noční/denní, prodejny po celé Praze a okolí. Tel: 222534534, 777335756

• Hledáme brigádníky na dopék pečiva. NABÍZÍME 145 - 154 Kč/HOD, zálohy, praxe není třeba. Práce v týdnu nebo jen víkendy. Více na tel.: 222534534

• Přijmeme mladé kolegy do skladu v Praze Modleticích. Noční směny, týdenní zálohy, možnost ubytování, bonusy ... Více informací na čísle 739220120.

600 Kč* ZA KAŽDÝ ODBĚR DARUJ KREVNI PLAZMU A ZÍSKEJ FINANČNÍ NÁHRADU
- pomůžete zachránit lidské životy
- pravidelná kontrola zdravotního stavu
metro HRADČANSKÁ
*dle § 32 ods. 2 zákona č. 373/2011 Sb.
www.unicaplasma.cz
tel.: 220 515 464

Děkanát 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy přijme
PRACOVNÍKA/PRACOVNICE ÚDRŽBY KLIMATIZACE
v jednosměnném provozu pro budovy fakulty v Praze 2.
Požadujeme odb. způsobilost v elektrotechnice dle vyhl. č.50/1978 Sb.(§6).
Nástup dle dohody.
Kontakt ing. Hyřová, tel.: 725 184 602.

Čerpací stanice TOMEGAS
Plzeňská ul., Praha 5
Přijme obsluhu na HPP (POKLADNÍ) 22.000-25.000 Kč/měsíc pouze pro zájemce s invalid. důchodem / ZPS tel.: 727 871 595

• Tajemník Městského úřadu Čelákovice vyhledává výběrové řízení - VEDOUcí odboru správy majetku a investic. Více www.celakovice.cz.

• Půjčovna stavebních strojů na Praze 10 přijme servisní techniky, montéry výtahu, řidiče, strojníky. Nástup možný ihned. Tel.: 606631354

• ÚMČ Praha 22 přijme referenta/ku odboru realizace staveb a na odbor výstavby. Nabízíme nadstandardní podmínky. Více informací na www.praha22.cz

TOP security s.r.o. přijme

Strážné pro objekt Praze 1 NABÍZÍME:
• Platové ohodnocení 90,- až 110,- Kč/hod.
• Odměny
• Zaškolení, profesionální oblek
• V případě OZP (pracovní pozice podporována 2.000,- Kč/měs)
POŽADUJEME:
• Čistý trestní rejstřík
• Certifikát strážného výhodou
• Nástup prosinec/leden 2019

KONTAKT:
tel.: 284 683 801, 604 299 622
800 110 707
spevakova@topsecurity.cz

• Casino v Praze 1 přijme krupiera/ku, barmanku. Kariérní růst, zaškolíme, 22000 Kč a víc. Čistý TR. CV: dp-vaclavak@casinohappyday.cz, tel. 601520700

PŘIJMEME VÁS JEŠTĚ DNES
STRÁŽNÉ a DETEKTIVY
• HPP, DPP od 85 - 150 Kč/h
• PRÁCE V PRAZE A OKOLÍ
• TÝDENNÍ ZÁLOHY
• SOLIDNÍ UBYTOVÁNÍ
Volejte zdarma 800 600 333
www.adamsecurity.cz

SEZONNÍ PRÁCE PO CELÉ PRAZE!
VYBERTE SI TU SVOU VÝDĚLEK 120-160 Kč/hod.
Další bonusy a výhody dle pozice.
Pozice v logistice, výrobě, nebo třeba v tiskárně.
Neváhejte, volejte ZDARMA
800 14 16 18!

POKLADNÍ DOPLŇOVÁNÍ ZBOŽÍ 149 Kč/HOD
PRODEJNY PO CELÉ PRAZE NÁSTUP IHNEDE
Kontakty: 222 534 534
brigada@credittech.cz
www.credittech.cz

m2c
25 000 Kč jen za 15 směn!
Bezpečnostní pracovník Praha
Volejte zdarma: 800 111 112

• Hotelová škola Radlická přijme aprobovaného učitele/učitelku předmětu český jazyk a literatura, dále vrátného/vrátanou do vstupní recepce školy a noční recepční/recepčního pro hotel Matura (pozn. nepravidelné směny, vhodné pro studenty/studentky). Zájemce prosíme o zaslání svého životopisu na novotnym@hs-radlicka.cz.

• Přijmeme pracovníky na raní úklid admin. prostor a soc. zázemí. Vinohradská, Praha Český rozhlas od 5,00 hod., cca na 2 hod., Po-Pá, Tel. 725861568

• 95 - 100 Kč/hod. Na prestižní objekt hledáme ženy na pozice recepční. Požadavky: základy PC. Zálohy po odprac. týdnu. Nástup ihned. Tel. 773933123

• NABÍZÍME 149 Kč/HOD za práci v potravinách - kombinovaná pozice, prodejny po celé Praze, nástup ihned. Více na tel.: 222534534, 777335756

• ZŠ v Praze 10 - Hostivař přijme od 15.1.2020 učitele/ku na 1.st. Možnost ubytování. Tel. 274016523, 603436284, e-mail: reditel@hornomep.cz

Bezpečnostní agentura přijme: zaměstnance (ČID, PID) pro ostrahu objektů v Praze bez možnosti ubytování
Požadujeme: trestní bezúhonnost
Nabízíme: dobré mzdové podmínky, příplatek za vlastního psa
Info: po-čt 9.00-15.00 hod.
Tel.: 222 780 671, 737 337 088

SSI GROUP
přidejte se k nám.
Lidé jsou základem naší společnosti.
Přijímáme **PRACOVNÍKY OSTRAHY** (vhodné i pro OZP)
- Nadstandardní hodinová mzda
- Dlouhodobá spolupráce
- Týdenní výplata záloh
Bezplatná linka 800 100 187
www.ssi.cz

NOVÁ PRÁCE V DOBROVÍZI
Výdělek od 30 000 Kč/měs. 12 000 Kč za doporučení jídla a pití v práci zdarma práce jen 4 dny v týdnu
Navíc doprava zdarma! VOLEJTE ZDARMA 800 70 70 70!

Čerpací stanice TOMEGAS Jižní spojka Praha 10 přijme:
OBSLUHU NA HPP 17 000 - 18 000 Kč/měsíc pouze pro zájemce s inval. důchodem/ZPS
Tel.: p. Dubský 727 871 595

• Přijmeme pracovníky úklidu a ostrahy. Úklid za 15 650 Kč měsíčně, ostraha za 81-125 Kč/h. Nutný čistý TR. Volejte 720665191.

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

• Základní škola Litvinovská 600, Praha 9 přijme na plný úvazek kvalifikovanou kuchařku a pomocnou sílu. Požadujeme čistý trestní rejstřík a potravinářský průkaz. Nabídky na sj.litvinovska6@seznam.cz, tel.: 702026099.

• NADSTANDARDNÍ VÝDĚLK! Hledáme kartáře i astrologu na ŽL pro naše Call centrum! Celá ČR, práce z domu, vlastní PC a internet. Volejte ihned 800700702

• Gymnázium na Praze 4 přijme kuchařku na HPP. Nástup 1.12.2019. Vyučení není podmínkou. ctvrtcekova@gymnazium-opatov.cz, T.: 77871388

• Sparkys hračky přijme vedoucí, zástupkyně, prodavačky - Praha. Stravenky, příplatek, slevy. Životopisy na e-mail: hkozakova@sparkys.cz, tel.: 737279629

• Přijmeme strážné, detektivy pro ostrahu butiků s módním oblečením. Práce s kamerovým systémem. Možnost plánování směn, 110 - 130 Kč/hod., možnost vyplácení mzdy po odpracované směně. Odměny za odhalení krádeže. Nástup možný ihned. Možnost zajistit ubytování. Čistý TR. V případě zájmu tel. 777100360

• Obchodní akademie, Praha 10, Heroldovy sady 1, přijme od 1. 1. 2020 školníka/ci. Služební byt v budově k dispozici. Kontakt 271742313.

• Přijmeme technika údržby pro technickou správu objektu v centru Prahy, HPP, vyhl. 50§6, dovolená 25 dní, stravenky. Životopisy na mail: kart@kart.cz

• Dobře finančně ohodnocená, klidná práce - vrátnice. Praha a okolí. Více info zdarma na čísle 800100923.

• Úklidová firma přijme zaměstnance na DPP. Úklid směnu před domovem pro seniory Novovysočanská ul, Praha 9. Kontakt: 602258452

Bezpečnostní pracovník (m/ž) Praha
až 165 Kč/hod
Možnost záloh mzdy před Vánoci
Náborový příspěvek pro OZP 5 000 Kč
Volej zdarma **800 111 112** | **www.m2c.eu**

FINANČNĚ ATRAKTIVNÍ PRÁCE V BEZPEČNOSTNÍ SLUŽBĚ
Nabízíme:
• PRÁCI VE VAŠÍ LOKALITĚ
• SLUŽEBNÍ VÝSTROJ
• ZÁLOHY NA MZDU
• MOŽNOST UBYTOVÁNÍ
• PRÁCE NA HLAVNÍ PRACOVNÍ POMĚR, DOHODU, MOŽNOST BRIGÁD
• MOŽNOST ZHOTOVENÍ ZBROJNÍHO PRŮKAZU
Nabízené pozice:
• Detektiv
• Strážný průmyslových areálů
• Recepce
• Vedoucí směny
• Strážný na retailových prodejnách
VOLEJTE ZDARMA 800 108 111
Email: nabor@abasco.cz

Ostatní

Pomáháme Vám již od roku 1992.
VLASTNÍ OBŘADNÍ SÍNĚ.
ZVÝHODNĚNÉ CENY POHRŮBÍ!

TEL.: **603 551 034** (sjednání Praha 3, 4 a 8)
733 120 411 (sjednání u Vás doma, pouze Praha)
603 551 038 (NON-STOP služba Praha)
603 551 032 (sjednání Roudnice nad Labem, NON-STOP služba)

Působíme v Praze, Roudnici nad Labem a blízkém okolí. e-mail: pax@pax.cz www.pax.cz

• Staro-ž. nábytek a velkou KNIŽNÍ POZŮSTALOST koupim za solidní cenu. Knihovnu, křesla, stůl, lampu, zajím. obraz aj. pro styl. čítárnu. T. 603478873

Práce - nabídka

• Společnost zabývající se správou nemovitostí přijme údržbáře. Požadujeme: 5 let praxe ve všeobecné údržbě, vyučení, manuální zručnost, ŘP sk. B. Svět CV zasíláte na mail: renata.vancurova@pragueinvest.est.eu, nebo volejte na tel. 605229023.

• ZŠ Vybíralova, Praha 9 přijme kvalif. vyučujícího 1. i 2. stupně, AP a uklízečku do ŠI. Tel.: 724957016, email: reditel@zsvybiralova.cz

• Hledáme zručného údržbáře pro práci v bytových objektech. Nabízíme práci na HPP, nástup ihned, plat 23-25 tis. Kč. T.: 602617335, M: pitrova@avema.cz

• Všeobecná fakultní nemocnice v Praze, Klinika dětského a dorostového lékařství přijme Sanitáře/ku. Nástup 1. ledna 2020. Kontakt: Bc. Jana Pyskatá, e-mail: Jana.Pyskata@vfn.cz. Kompletní znění inzerátu naleznete na: www.vfn.cz, kariéra.

• Hledám malíře restaurátorské práce na obrazech s vlastním atelierem. Odměna dohodou. Kontakt: manvel4@seznam.cz, tel. 721235964

• ZŠ Praha 8 trasa metro B přijme pracovníka na úklid. Částečný úvazek. Nástup ihned. Kontakt tel.: 606424570 do 16,00 hod.

• Přijmeme pracovníce na vnitřní úklid Salmovského a Schwarzenberského paláce. Út-ne od 6:00 do 9:30 hod., 8 000 Kč. Nástup možný ihned. Tel. 737501615.

• Přijmeme na dlouhodobou brigádu strážné a recepční (zákl. PC) - možno i důchodce, objekty v Praze, denní/noční směny. Tel. 602281773, po-pá, 7-13 h.

• Přijmeme pracovníci/ka na odpovědný úklid kanceláří, Novodvorská - Praha 4, 5x týdně. Od 17:00-19:00 hod. Plat 4700 Kč/měsíc. Kontakt: 733606620

• Chcete být součástí české vydavatelské firmy s 25letou tradicí? Přijďte rozšířit náš úspěšný tým a prodávejte inzertní plochy v naší vydávaných tiskových produktech. Nabízíme nadstandardní provize 25 - 27,5% z obratu (obvyklý výdělek 40 - 80 tis. Kč měsíčně), práci v místě bydliště, služební auto a další benefity. Životospis zasíláte na e-mail: manager@kompakt-cr.cz nebo volejte na tel.: 325613594.

Finance - nabídka

www.andel-pujcky.cz
 Banka vám nepůjčí? My ANO!
 Tel.: 609 643 591
Půjčka od 20.000 Kč do 300.000 Kč
 osobní výstřední výše výše od 10 minut od žádosti
 půjčujeme zaměstnancům, důchodcům, živnostníkům
Správně vedené práce jako vstání zlaté pro společnost Profi Credit Czech, a.s.

• Oddlužíme Vaši nemovitost, vyplatíme dluhy, zástavy, exekuce, odkup nemovitosti. Bydlíte dál ve svém. T: 776062620, T: 775429002

Pronájmy - poptávka

• Mladý lékař nekuřák hledá pronájem nebo koupi bytu v Praze. Tel. 777749085

• Hledám pronájem bytu pro 2 os. - menší do 15 tis, větší do 20 tis. Potřebuji: centrum do 30 min., čisto, dobrý stav, dlouhodobě. RK nevolat. 605845088

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

• Pronajímáme bez rizika! Pro manažery firem s rodinami hledáme pěkné byty v Praze. Garantujeme 100% platbu nám. BEZ PROVIZE! T. 605993268

Auto-moto - poptávka

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

Knihy a časopisy

KNIHY A NÁBYTEK z pozůstalosti koupím. Přijedu - odvezu.
 Volejte prosím na tel.: 739 519 629 nebo pište na e-mail: jcortes@atlas.cz

• KNIHY! Solidní ceny za Vaše knihy. Starší i úplně nové. Odvoz zajištěn. Dále koupím křesílka, stůl, lampu, obraz aj. pro styl. čítárnu. T. 603478873

Byty - poptávka

Koupím jakýkoliv byt v Praze jako investici pro děti.
 Právní vady, exekuce nejsou překážkou. Záloha a platba ihned. V bytě můžete dále bydlet. RK nevolat. Tel.: 601 522 292

• PROSÍM SPĚCHÁ, koupim byt pro rodiče v Praze. Tel: 702044164

• Hledáme byty do DV, OV před Privatizací i smlouvu u majitele. Mohu nechat v bytě bydlet. Záloha i hotovost, dluhy uhradím, právní servis. T. 725805115

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

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

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

Služby - nabídka

• Sauna, solárium, masáže u O2 arény opět v provozu, čas neomezen, 16-22 hod., více info o slevách: 722323242, www.sauna-praha9.cz

Starožitnosti

KNIHY A NÁBYTEK z pozůstalosti koupím. Přijedu - odvezu.
 Volejte prosím na tel.: 739 519 629 nebo pište na e-mail: jcortes@atlas.cz

Až 250 000 Kč za starožitnosti do roku 1980 sklo, porcelán, obrazy, nábytek a jiné zajímavosti PORADÍM tel.: 603 505 686

• STAROŽITNÍK koupí: obrazy, knihy, grafiku, sklo, porcelán, hodiny, šperky, mince. Děkuji za nabídky, starožitník Dynt. Tel. 702756100

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

• Koupím obrazy českých a zahraničních malířů - krajinky, portréty atd. Kontakt: e-mail: manvel4@seznam.cz, tel. 721235964

• KNIHY! Solidní ceny za Vaše knihy. Starší i úplně nové. Odvoz zajištěn. Dále koupím křesílka, stůl, lampu, obraz aj. pro styl. čítárnu. T. 603478873

• Solidní sběratel koupí: veškeré starožitnosti od houslí, hodin, šperků, obrazů, sošek až po nábytek. Solidní jednání, platba v hotovosti. 604806535

• Koupím staré pivní lahve a sklenice s nápisy pivovarů. I jednotlivé kusy. Sběratel. Tel.: 732170454

Byty - nabídka

• Prodej dr. dvougeneračního 4+1/L, Praha 6 - Repy, 97m2, 2x zděné jádro, plastová okna, super místo i vybavenost, u TRAM, cena 3.700.000 Kč s možností výměny za Váš byt, volejte 777060126

• Prodej dr. bytu 4+1/L, po rekonstrukci, 95 m2, P-9, Č. Most, cena 3 mil. Kč. Nebo výměna za jiný byt nebo RD, volejte 777060126.

• Prodám byt v osobním vlastnictví 2+1 66 m2, ulice Reznická 1741/21, Praha 1 - Nové Město. Výborně dispozičně řešen. Skvělá investice. Tel. 731698871.



Intimní

vertikální žaluzie, sleva 30%
ŽALUZIE, ROLETY
SÍTĚ PROTI HMYZU
 staré žaluzie na protiúčet

sleva 15% z ceny zakázky na plastová a eurookna
sleva 50% z ceny montáže šliníkových žaluzií

261 26 38 47
 261 26 04 16
 777 03 80 01
 www.gato.cz
 Jihlavská 611
 Praha 4

E.M.A. Europesro, PO Box 14, Praha 05, 110 05, tech. zaj. Materna, od 18let, 15ms 50Kč, 1min/80Kč v DPH, max. délka hovoru 15 minut, www.ema.bz, www.platniblem.cz



• **SEX! SEX! SEX!** Pomiluj ženu z Prahy, vybrat si můžeš sám! Stačí poslat SMS ve tvaru 89VDA a text na 909 15 50



• **Rok po smrti manžela se cítím zase jako znovuzrozená.** Vím, nejsem žádná krásavice, ale mám jiné přednosti! Zašlu foto! Marta 72. Vytoč 909 80 50 40 nebo pošli SMS na 909 15 45 s kódem 38LAH a tvůj text!

NEZAPOMEŇTE, JSME I ONLINE. METRO.CZ

metro

Krátko

Proti Slovákům

Čeští tenisté se premiérově v Davisově poháru utkají se Slovenskem. Ke kvalifikačnímu utkání o postup na finálový turnaj v Madridu 2020 pojede tým kapitána Jaroslava Navrátila na půdu soupeře. Hrát se bude v Bratislavě 6. a 7. března.

Sáblíkové 50

Po viróze a tréninkovém výpadku dokázala rychlobruslařka Martina Sáblíková vyhrát na Světovém poháru v Polsku závod na 3000 metrů. Světová rekordmanka jela 200. individuální závod SP a v elitním seriálu si připsala jubilejní padesátý triumf.

Abraham končí

Motocyklový jezdec Karel Abraham opouští královskou kategorii silničního MS MotoGP. Měl sice na příští rok platnou smlouvu se stáji Reale Avintia Racing, tým mu ji ale vypověděl. Devětadvacetiletý závodník naznačil, že je to konec kariéry. **ČTK**

Basket. Miliony přijdou i od státu

Stát by mohl podpořit organizaci mistrovství Evropy basketbalistů v roce 2021 částkou 77 milionů korun, celkové předpokládané náklady jsou 166 milionů. ME v basketbalu uspořádají vedle Česka také Gruzie, Německo a Itálie. V pražské O2 Areně se odehraje základní skupina, vyřazovací fáze se uskuteční v Německu. Kromě

77 milionů od státu Česká basketbalová federace žádá 21 milionů korun od Prahy. Zbytek peněz by na ME měl jít ze vstupného, sponzoringu a zdrojů české federace.

Čeští basketbalisté se nyní soustředí na střední los olympijské kvalifikace, pro který jsou ve druhém koši. Turnaje o postup do Tokia se budou hrát v červnu. **ČTK**

Liga. Sparta, Slavia i Plzeň berou jen bod

Fotbalisté Sparty remizovali v 17. kole Fortuna ligy doma s Českými Budějovicemi 3:3, když třikrát dotahovali. Ztrátu si připsala také vedoucí Slavia, která hrála v Olomouci 0:0, celý druhý poločas ale hráli Pražané o deseti.

Plzeň zaváhání nevyužila, remizovala na hřišti Karviné 1:1. Západočesí prohrávali od 16. minuty a alespoň bod jim

po přestávce zajistil Krmenčík. Opava porazila třetí Mladou Boleslav 1:0, stejným výsledkem Bohemians 1905 zdolali Příbram. Liberec si zastřílel proti Zlínu, který porazil 5:0. Ostrava šla v Teplicích do vedení po sporné penaltě, Severočesí ale vyrovnali na konečných 1:1. Kolo dohrají dnes od 18 hodin Slovácko s Jabloncem. **ČTK**



Dubovská

Senzační deváté místo obsadila slalomářka Martina Dubovská (na snímku) v závodu Světového poháru ve finském Levi. Předtím byla nejlépe osmnáctá. Vítězkou se v Levi stala Američanka Mikaela Shiffrinová. **AP**

Atletika zas řeší Rusy. Měnili šéfy

Světová antidopingová agentura WADA možná obnoví suspendaci ruské agentury.

Vedení světové atletiky zastavilo proces, na jehož konci má být navrácení členství Rusku. Funkcionáři tak učinili v reakci na poslední případ, v němž byla pět ruským činovnikům včetně bývalého předsedy svazu Dmitrije Šljachtina zastavena činnost kvůli zakrývání dopingu. Ruská atletika je v trestu od listopadu 2015 kvůli systematickému dopingu v zemi. Vybraní reprezentanti mohou na mezinárodních soutěžích závodit jako neutrální sportovci.

Šljachtin a čtyři další vrcholní ruští funkcionáři podle zprávy Komise pro bezúhonnost atletiky paděli doklady, aby se vyhnuli dopingovému trestu pro výškaře Danila Lysenka. Předloňský vice mistr světa byl spolu s trenérem Jevgenijem Zagorulkem suspendován rovněž.

Šljachtin v sobotu odstoupil z funkce předsedy svazu. Jeho vedení poté rozhodlo, že jeho pravomoci převezme do-

Vítězem Kipchoge

Keňský maratonec Eliud Kipchoge je podruhé v řadě nejlepším světovým atletem roku.

- Mezi ženami zvítězila v Monaku mistryně světa v běhu na 400 metrů překážek Dalilah Muhammadová z USA.

Tretra bude v květnu

22. 5.

V tento den se uskuteční příští rok Zlatá tretra jako součást World Athletics Continental Tour, druhé nejvýznamnější série mítinků.

savadní místopředsedkyně Julia Tarasenková.

Kontrolní komise, která se zabývá podezřením na manipulaci s daty moskevské laboratoře, doporučila Světové antidopingové agentuře WADA, aby obnovila suspendaci ruské agentury. Výkonný výbor WADA se bude zprávou zabývat na zasedání 9. prosince v Paříži, a pokud se doporučením bude řídit, hrozí Rusku vyloučení z olympijských her v Tokiu v příštím roce. **ČTK**

Salátová mísa. Pro domácí Španěly

Španělští tenisté slaví šesté daviscupový titul. V novém modelu soutěže využili v Madridu domácí prostředí a ve finále porazili Kanadu 2:0 na zápasy. Vítězný bod přidal první hráč světa Rafael Nadal výhrou nad Denisem Šapovalovem 6:3, 7:6. První bod favoritům zajistil Roberto Bautista, který tři dny po smrti svého otce porazil Felixe Augera-Aliassimea 7:6 a 6:3. Zápasem Španělů s Kanadany skončil premiérový finálový turnaj Davisova poháru v Madridu, který nahradil dosavadní tradiční model soutěže. Během týdne hrálo o trofej 18 týmů, mezi které se čeští tenisté letos nekvalifikovali. Španělsko získalo „salátovou mísu“ po osmi letech. Rekordmany soutěže jsou Spojené státy americké s 32 tituly, trofej ale tenisté USA zvedli nad hlavu naposledy v roce 2007. **ČTK**



Španělé slaví. **AP**



V Praze triumfovali Maher a Labuť

Vítězem parkurové Super Grand Prix při Prague Playoffs se stal Brit Ben Maher s koněm Explosion W (na snímku). Vítěz dlouhodobé části seriálu jako jediný v pražském finále zajel obě kola čistě. Super Cup včera družstev vyhráli Shanghai Swans. Druzi byli Monaco Aces, třetí obhájci Madrid in Motion. Parkurová série Global Champions vyvrcholila za rok znovu v pražské O2 Areně, konkrétně od 19. do 22. listopadu 2020. **ČTK**

BLACK FRIDAY

SEPHORA

AŽ

-60%

NA VYBRANÉ
PRODUKTY

A NAVÍC JEŠTĚ OBJEVTE NAŠE
DÁRKOVÉ SETY ZA VÝHODNÉ CENY



SEPHORA COLLECTION
MY MASK-CRAZY KIT

190 Kč
hodnota setu
625 Kč*



ESTEE LAUDER
DAYWEAR STARTER SET

790 Kč
hodnota setu
1 549 Kč*



benefit
Honk If You're HOT!

1 300 Kč
hodnota setu
3 250 Kč*



Anastasia Beverly Hills
Undressed Lip Set

1 290 Kč
hodnota setu
3 210 Kč*

Nabídka je platná od 25. 11. do 1. 12. 2019 v kamenných prodejnách Sephora a na www.sephora.cz

*Celková cena při nákupu produktů samostatně. Speciální cena setu se nedá kombinovat s jinými akcemi a slevami.



KFC[®]

KYBLÍK

PRO JEDNOHO

Best of KFC[®]

KENTUCKY KUŘE

2 HOT WINGS

45 g BITES

BĚŽNÉ HRANOLKY



99 Kč