

BUDU VÁM POMÁHAT

**JSEM JEDINÝ, KDO BUDE BOJOVAT
ZA ČESKÉ ZÁJMY A POMÁHAT
NAŠIM OBČANŮM.**

JSEM JEDINÝ, KDO USILUJE O MÍR.

**JSEM JEDINÝ, KDO ZASTAVÍ
BEZOHLEDNOU VLÁDU.**

**JSEM JEDINÝ, KOHO NEUPLATÍ,
NEOVLIVNÍ A NEZASTRAŠÍ.**

**JSEM JEDINÝ, KDO MÁ
ZKUŠENOSTI A ÚSPĚCHY
V BYZNYSU I POLITICE.**



Váš Andrej Babiš

AndrejBabis

andrejbabis

AndrejBabis

DLUHOPISY E-FINANCE

Investice do portfolia nemovitostí skupiny e-Finance

INVESTICE DO DLUHOPIŠŮ OD 50 000 Kč

roční výnos
inflace + 1 %

Čtyřleté proti-inflační
dluhopisy

roční výnos
10 %

Tříleté dluhopisy s výnosem
10% v prvním roce, 8% ve druhém roce,
6% ve třetím roce

roční výnos
7 %

Dvouleté dluhopisy zajištěné
zástavním právem k areálu
Zámku Račice-Pístovice

Objednávat můžete:



www.e-finance.eu



info@e-finance.eu



+420 515 555 555



Bratislavská 52, Brno

Schváleno Českou národní bankou. ČNB schvaluje prospekt dluhopisů pouze z hlediska toho, že splňuje normy, které ukládá nařízení (EU) 2017/1129. Konečné podmínky a prospekt dluhopisů schválený ČNB naleznete na www.e-finance.cz/dluhopisy-informace.

Portfolio dokončených a pronajímaných nemovitostí skupiny e-Finance, a.s. již přesahuje hodnotu 1,2 miliardy korun. Hodnota všech realitních projektů včetně těch, které jsou v přípravě a výstavbě, přesahuje hodnotu 2,2 miliardy korun.

Portfolio nemovitostí realitní skupiny e-Finance, a.s.:

- přes 1,2 miliardy Kč hodnota nemovitostí
- více než 150 bytů k pronájmu
- 4000 m² kancelářských ploch



eFi Palace Hotel, Brno,
dokončené 2 etapy



eFi Pivovar,
Brno



eFi SPA Hotel, Brno,
Nám. 28. října



Zámek Račice,
Račice-Pístovice - podzámčí



Zámek Račice,
Račice-Pístovice - předzámčí



Zámek Račice,
Račice-Pístovice - hl. budova



eFi Obchodní Galerie,
byty a kanceláře - Jihlava



eFi Obchodní Galerie, byty
a kanceláře, Jihlava - nástavba



Bytové domy Břeclav,
ul. Charvátská



Bytový dům, Brno,
ul. Holzova



Rezidence Pěkná, Brno,
nebytové prostory



eFi Mlýn, eFi Motorest
a rybníky - Hodonín u Kunštátu



eFi ApartHotel, Horní Lipová,
Lipová lázně



eFi Palace Hotel, Brno,
3. etapa, přístavba



Rezidence Bílovice,
Bílovice nad Svitavou

Již 22 let investujete s e-Finance, a.s.

www.e-finance.eu

SHIFFRINOVÁ MŮŽE VE ŠPINDLU PSÁT DĚJINY

SVĚTOVÝ POHÁR ALPSKÝCH LYŽAŘEK SE JEDE O VÍKENDU V ČESKU STRANA 14



metro

mojemetro f denikmetro

Pátek
27. ledna 2023
Č. 20
www.metro.cz
Svátek slaví: Ingrid

Volby jsou tu. Nejdřív k urně, až pak výlet!

Nový prezident. Zítřka budeme znát vítěze ostrého souboje Pavel vs. Babiš. **Jak hlasovat.** Nedorazily vám volební lístky nebo jste náhle onemocněli? Čtěte, co dělat. **Hotovo.** Někdo mohl volit už včera STRANA 7



Stopy šlechtických rodů se opět odkrývají. Tentokrát jde o Harrachy

Národní památkový ústav (NPÚ) včera netradičně ve sklárně v Harrachově na Jablonecku zahájil 13. ročník projektu Po stopách šlechtických rodů. Je věnován rodu Harrachů, kteří patřili k nejvýznamnějším šlechtickým rodům, hráli zásadní roli v českých dějinách jako vysocí představitelé státu a církve, ale také jako pokrokoví správci panství. „Cílem projektu je představit tento rod a probudit zájem veřejnosti o něj,“ řekla generální ředitelka NPÚ Naďa Goryczková. Projekt bude pokračovat dalšími aktivitami jak na objektech NPÚ, tak v dalších téměř 30 institucích, jež se k programu přidaly. ČTK

„Věřím, že antibiotika už lidé nevnímají jako svatý grál“

Česko zasáhl nedostatek antibiotik. Lidé v nich často vidí všemocnou spásu před každou nemocí. Pro tento typ léků však platí, že všeho s mírou. Milan Kolář, mikrobiolog a také bývalý děkan Lékařské fakulty Univerzity Palackého v Olomouci, patří v této problematice k předním odborníkům.

Už dětský doktor, ke kterému jsem chodil, nerad antibiotika předepisoval.

Docela bych mu rozuměl. Ale antibiotiky jsme tehdy ještě přehlčení nebyli. Vraťme se trochu do historie. Zahájení antibiotické éry medicíny je datováno rokem 1928, kdy sir Alexander Fleming popsal antibakteriální účinek plísňe *Penicillium notatum*. Nicméně prakticky tato éra začíná až rokem 1943, kdy začíná výroba a používání syntetického penicilinu, tedy v průběhu druhé světové války. To je začátek skutečné realizace antibiotické léčby. Potom se začala objevovat stále nová a nová antibiotika včetně velice účinných, ale současně takových, která ovlivňovala naši mikrobiotu, tedy mikroorganismy v lidském těle.

Stal se z nich svatý grál, lék na všechno?

Věřím, že tomu už tak není. Jak ze strany odborné veřejnosti, jsou k tomu cíleně vychováni lékaři, tak ze strany veřejnosti. Bohužel

řada generací lékařů byla tak vychovávána, nevědělo se o nebezpečích antibiotik. Až velmi často byl uplatňován názor „raději antibiotikum dejte, a když nepomůže, alespoň neublíží“. Současně byla antibiotika používána jako růstové promotory v chovech hospodářských zvířat. To však byla cesta do pekel. Antibiotika byla nadužívána, začala se přidávat dokonce do zubních past. V roce 1967, v takzvané zlaté éře antibiotik, hlavní hygienik USA W. H. Stewart dokonce prohlásil: „Knihu infekčních nemocí můžeme uzavřít.“ Vypadalo to, že antibiotika všechno vyřeší a lidské infekční nemoci již nebudou problémem. Antibiotika se dokonce přestala vyvíjet, respektive jejich vývoj byl potlačen a vědecký zájem byl nasměrován například na onkologii a kardiovaskulární nemoci. Koncem 70., a především v průběhu 80. let začalo být zřejmé, že předpokládaný soumrak bakteriálních infekcí není skutečností. Objevovaly se reinfekce známých onemocnění i nové infekční nemoci. A hlavně se objevily multirezistentní bakterie a v této souvislosti se účinnost antibiotik začala výrazně snižovat.

Jaká je jejich přizpůsobivost?

Rezistence bakterií může vzniknout už v průběhu terapie. Když bakterii vystavíme nedostatečné koncentraci antibiotika, které je poddávkovalo, tak během patnácti až dvaceti generací může bakterie vyvinout odolnost, respektive rezistenci. Ale pozor! Jedna generace je v tomto případě časový úsek pouhých dvacet minut.

Co to v praxi znamená pro lékaře?

Základ je především určit správně diagnózu, respektive bakteriální infekci a k této přiřadit optimální antibiotikum pro léčbu. Současné generace mediků jsou na lékařských fakultách již takto vychovávané.

Někdy ale může na lékaře tlačit rodič. Dejte mu antibiotika, ať je dítě rychle zdravě...

Ano, a tento tlak je někdy velmi důrazný. Nicméně je nutné stále a stále vysvětlovat, že antibiotika nejsou lékem na teplotu. Chybně nasazené antibiotikum může být



Milan Kolář má s antibiotiky bohaté zkušenosti. ARCHIV

naopak pro lidský organismus velmi nebezpečné.

Máme vůbec šanci bakteriální rezistenci vyřešit?

To je zásadní otázka. Za osmdesát let jsme naučili bakterie být rezistentní a v současné době dochází k šíření rezistentních bakterií nejen v lidské populaci, ale i u zvířat a současně jsou přítomny i v životním prostředí, například v odpadních vodách. Vyřešit bakteriální rezistenci je velmi obtížné a bezesporu to vyžaduje spolupráci nás všech, nejen lékařů či pracovníků ve zdravotnictví.

Kolik je celkové antibiotik?

V klinické praxi jsou k dispozici desítky antibakteriálních přípravků.

Jak obtížné je sledovat neustálý vývoj bakteriální rezistence?

Není to snadné, ale zcela určitě je to realizovatelné, a hlavně velmi žádoucí. Na základě stanovení nejčastějších bakteriálních původců u konkrétní infekce a jejich rezistence k antibiotikům můžeme definovat optimální an-

tibiotickou léčbu s vysokou pravděpodobností účinku a současně omezující vývoj bakteriální rezistence.

Kdybychom v tomto okamžiku na celé planetě přestali používat antibiotika, jak rychle by se vše vrátilo do starých kolejí?

Občas říkám v nadsázce medikům, že řešením by bylo, kdyby se celá lidská populace odstěhovala na Měsíc, a navíc přestala používat antibiotika. Muselo by ale současně dojít k výměně našich mikrobiomů. To je však čirá spekulace.

Pokud bychom tedy antibiotika nepoužívali, jaký by to byl problém?

Bez antibiotik se neobejdeme. Kouzlo antibiotické léčby spočívá ve skutečnosti, že je to kauzální léčba. Ostatní léčiva řeší spíše následek, nikoli příčinu. Antibiotická léčba je schopná vyléčit onemocnění likvidací bakteriálního původce. Je však nutné zdůraznit, že bakterie v našem těle potřebujeme a lidský život bez nich není možný. Bakterie bez nás přejijí, my bez nich ne. Možná je z pohledu bakterií lidská populace nevy-

znamnou epizodou v jejich životě. Nemůžeme jim konkurovat, to je jako bojovat proti přírodě, možná se můžeme rozumně dohodnout. Je vhodné připomenout, že bakterie, které představují nedílnou součást lidského těla, mohou za určitých okolností způsobit infekci, a to i velmi závažnou. Situace, za kterých se bakterie uplatní jako původce onemocnění, často vytváříme my sami. Například čím víc budeme používat umělé plicní ventilátory, tím více bude stoupat možnost rozvoje bakteriálních komplikací, jako například břišních infekcí. Možná lze vyslovit předpoklad, že řada bakteriálních infekcí je daň za současnou úspěšnou moderní medicínu.

Jak složité je edukovat veřejnost?

Lékařské fakulty už vychovávají mediky k racionální aplikaci antibiotik. Postupy správné diagnostiky bakteriálních infekcí a zásady jejich antibiotické léčby patří k základnímu vybavení každého absolventa lékařských fakult. Já osobně toto považuji za zásadní znalost pro úspěšné absolvování zkoušky z lékařské mikrobiologie. Současně je nutné využívat všechny možné prostředky, abychom seznamovali veřejnost s problematikou stoupající odolnosti bakterií k účinku antibiotik, která bezesporu podmiňuje vyšší morbiditu a mortalitu pacientů.

Ale „dr. Google“ je často pro veřejnost modlou.

Jsem optimistou a věřím, že i laická veřejnost vnímá problém odolnosti bakterií k účinku antibiotik, respektive možnost ztráty schopnosti léčit bakteriální infekce.

Co má člověk dělat, aby se antibiotikům co nejvíce vyhnul?

Každý z nás by měl být pokud možno v duševní pohodě, neměli bychom poškozovat vlastní mikrobiom. Poškozený mikrobiom je možným zdrojem nervozity. Pokud máme chuť na čokoládu, tak si ji dejme. Třeba mají chuť na čokoládu naše bakterie, tak se s nimi nehádejte a raději jim vyhovte. Věřím, že lidské zdraví začíná ve zdravém mikrobiomu. PAVEL HRABICA

INZERCE

JURIS REAL

Ihned vykoupíme,

zprostředkujeme prodej
rodinného domu, bytu nebo
chaty. Vyřešíme právní
vady, dluhy nebo exekuce.
Okamžitá výplata zálohy!
Již 23 let zkušeností.

Volejte
zdarma **800 22 33 88**

www.prodejtojinak.cz

Do konce týdne bude zataženo

Sněžit by mělo především na horách, ale také v nížinách.

rách. Bude také foukat mírný vítr.

V neděli očekávají meteorologové oblačno až polojasno, místy přechodně zataženo, sněžit bude jen ojediněle.

Přes den se teploty budou pohybovat opět od minus dvou do plus dvou stupňů a v noci klesnou na minus čtyři až minus devět stupňů Celsia, při zatažení nebo mírném vě-

tru bude kolem minus tří stupňů.

Od pondělí se začne mírně oteplovat, na horách meteorologové očekávají trvalejší sněžení, v nižších polohách

budou srážky smíšené nebo dešťové. Bude také větrno, nárazy větru se mohou v pondělí pohybovat kolem 50 kilometrů za hodinu, na horách kolem 70 km/h. **ČTK**

INZERCE

V Česku bude do konce týdne většinou zataženo, meteorologové očekávají občasně sněžení a sněhové přehánky. Na návětrí hor může dnes napadnout až deset centimetrů nového sněhu. Teploty se přes den budou pohybovat kolem nuly, v noci by v neděli mohly spadnout až k minus devíti stupňům Celsia. Na začátku příštího týdne se mírně oteplí. Vyplyvá to z týdenní předpovědi Českého hydrometeorologického ústavu (ČHMÚ).

Inverzní charakter počasí podle meteorologů končí. „Pocasi bude větrnější a na většině území zasněží. Při severním až severovýchodním větru na návětrí hor napadne až deset centimetrů nového sněhu. Naopak v závětrí našich severních a východních hor spadne nanejvýš poprašek sněhu,“ uvedl ČHMÚ na svém Twitteru.

Dnes a v sobotu bude zataženo až oblačno, jen ojediněle polojasno. Místy může slabě sněžit a ojediněle se mohou objevit i mrznoucí mlhy. Přes den bude od minus dvou do plus dvou stupňů Celsia, v 1000 metrech nad mořem zůstanou teploty kolem minus pěti stupňů.

Dál bude většinou zataženo, v závětrí severních a východních hor místy a přechodně až polojasno. Občasně sněžení meteorologové očekávají na většině území, nejvíc sněhu spadne na ho-

Hurá na lyže

Ve středisku Moninec u Sedlce-Prčice na Příbramsku mají 45 až 75 centimetrů technického sněhu. Víc lyžařů je tento týden podle spolujitele Jaroslava Krejčího i ve všední den, a to kolem dvou set. „Ještě by mohlo být méně mlhy, čekáme, až opadne, abychom mohli začít zasněžovat,“ doplnil.

- Více lyžařů během všedních dnů mají i v areálu v Chotouni u Prahy. „Jedeme v plném provozu, podmínky jsou výborné, i lidi to trochu nastartovalo,“ řekl správce areálu Jan Němeček. Na svahu leží 40 až 70 centimetrů sněhu, který je kombinací technického a přírodního. **ČTK**

Pá-Ne

super prodloužený víkend

OD 27. 1. DO 29. 1.

25 LET

NEJLEPŠÍ CENA

pro Česko



vhodné na šťávu

*** Pomeranče krvavé**
dovoz Itálie
I. jakost
1,5 kg sít
(=1 kg 29,94)

-25%

44,90



ZLATÝ SÝR
Gouda 48%/
Eidam 45%
bloček
250 g
(=100 g 19,96)

-20%

49,90



PENAM
Strouhanka
500 g
(=1 kg 47,80)

-20%

23,90



DOBŘÁ VODA
Minerální voda
ochucená
různé druhy
Max. 18 kusů
na osobu/den
1,5 l PET láhev
(=1 l 7,94)

-33%

11,90



EXCELENT 11
Pivo
světly ležák
Max. 40 kusů
na osobu/den
0,5 l vratná láhev
(=1 l 25,80)

-31%

12,90

* Tato cenová nabídka neplatí pro prodejny Ostrov, Praha-Čestlice, Praha-Hloubětín, Praha-Palmovka.

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

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

Česká Lípa, Jablonec nad Nisou, Liberec, Varnsdorf: 7.00 – 21.00 hodin

 KauflandCeskaRepublika

 kauflandcesko

 kauflandcesko

Akceptujeme tyto platební prostředky:



SUPER CENA = Mimořádná nabídka do vyprodání zásob.

Za tiskové chyby neručíme. Prodej jen v množství obvyklém pro domácnost. Všechna foto jsou pouze ilustrační. Kompletní nabídka také na www.kaufland.cz



Moje první volba



**MOBIL
.CZ**

**Datuj zdarma,
volej levně!**

 **Data zdarma
za dobití**

 **Až 1,8 GB rychlých
dat při aktivaci nové SIM**

 **Volat lze již
od 1,90 Kč/min**

Za dobití nad 200 Kč získáte 200 MB na 30 dní, za dobití nad 300 Kč získáte volné minuty, 1 GB nebo neomezené volání na čísla MOBIL.CZ, to vše na 30 dní. 1,8 GB dat získáte aktivací nové SIM, kdy k balíčku Mobilní internet zdarma získáte navíc balíček Data na měsíc. Více na www.mobil.cz

Pod vodou zkoumáme vesmír

Rodiče z něj chtěli mít sportovce nebo chemika, Aleše Svobodu ale lákalo umění a divadlo. „S jedním představením jsme dokonce hráli i ve Slovenském národním divadle. Všichni ode mě očekávali, že se budu věnovat herectví,“ říká Svoboda. K překvapení blízkých vystudoval rodák z Nitry lékařskou fakultu v Olomouci. Jako anesteziolog pracuje v pražské Fakultní nemocnici v Motole a na soukromých klinikách a jednou by se rád podíval do vesmíru.

Co láká lékaře ke hvězdám?

Práce v nemocnici sice má své kouzlo a výhody, ale neumím si představit, že budu každý den dalších 40 let dělat stejnou práci. Neustále mám potřebu se posouvat, něco zkoušet, měnit. Proto jsem si před lety dal jeden těžko dosažitelný cíl – chtěl bych se věnovat takzvané vesmírné medicíně.

Zní to jako něco ze sci-fi. O co se jedná?

To, jak žijeme, vytváří nějaké problémy, potíže a medicína to následuje, reaguje na lidskou společnost. Obrovským rozmachem automobilů vzniklo velké množství specifických zranění, která si vynutila vznik traumatologického oboru, rozmach leteckého oboru, rozmach letecké medicíny. Když vystavíte člověka specifickým podmínkám, vznikají i specifické problémy, se kterými lidé z jiných oborů nemají moc zkušeností. Většina doktorské obce nemá žádné zkušenos-

ti s tím, jak řešit problémy, které při pobytu ve vesmíru vznikají. S tím pak souvisí i prevence a celkové zavážení nových lékařských postupů a řešení problémů.

Co přesně se řeší?

Vesmírná medicína se zabývá všemi problémy, které se objeví u člověka potom, co překročí hranici 100 kilometrů od Země. Tam na člověka působí například snížená gravitace a zvýšená radiace. Při delším pobytu ve snížené gravitaci například oslabují svaly nohou, protože je astronauti nezatěžují takovým způsobem jako na Zemi.

V čem je situace tam nahoře jiná?

Když se vám něco stane ve velkém městě, do několika minut jste v nemocnici, kde je veškeré vybavení a personál. Čím dále se však nacházíte od velké infrastruktury, tím je to komplikovanější. A teď si představte, že jste stovky kilometrů od Země, kde není nic, ani vzduch. Astronauti nemají snadný přístup k velkému množství vybavení nebo přístrojové techniky, nemají ani hodně personálu, takže všechny věci tam musí být malé a lehké, protože každé kilo, které musíte odlepit od Země, je strašně drahé a ani prostoru není moc. Vše musí být jednoduché na používání a na servis.

Věnoval byste se léčení, nebo i vynálezům?

Oboje mě baví, rád hledám nová řešení, jak by se věci daly dělat efektivněji.



Aleš Svobodu láká dobrodružství.

TEREZA ŠOLCOVÁ

Naposledy jsem to zažil během covidové pandemie, která přinesla nové problémy, jež jsem předtím v takovém rozsahu a takových podmínkách nezažil. Narazil jsem třeba na to, že nešel dobře použít fonendoskop. Ale protože jsme k pacientům chodili celí zabalení v ochranných oblecích, nemohli jsme si ho dát do uší. Aby to šlo, museli bychom si v oblecích udělat dírkou, což by popíralo jejich smysl. A protože jsem byl buď v práci, nebo doma, začal jsem vymýšlet, co by se s tím dalo dělat. Hrál jsem si s kabely a vyrobil základní přístroj, elektronickou variantu, která zvukový záznam digitalizovala a já si ho potom pustil do velkých sluchátek, která jsem si dal přes oblek. A fungovalo to. Chtěl jsem něco takového pro naše oddělení koupit, ale nic podobného jsem v Evropě nenašel, v Americe sice něco bylo, ale neměli povolení na vývoz. Tak jsme prostě začali používat ten můj výrobek.

Takže jste nejen lékař, ale vlastně i vynálezce. Co dalšího ještě děláte?

Čtvrtým rokem se věnuji projektu Hydronaut v lomu Jesenný u Železného Brodu. Skupina nadšenců investovala mnoho hodin a prostředků do toho, aby vyrobila kovovou stanici, která se dá potopit hluboko pod vodu a lidé tam mohou žít. Pod vodou jsou podmínky, jež nejsou úplně běžné, je tam jiný tlak, jiné poměry plynů a můžeme tak dělat různé pokusy. Vznikají tam různé zdravotnické, technické, logistické i psychologické problémy, které se musíme naučit překonávat, tím pádem se někam posouváme a získáváme nové vědomosti. Dokážeme tam i v některých ohledech simulovat podobné podmínky, jaké jsou právě na Mezinárodní vesmírné stanici.

Jak se dá zkoumat vesmír pod vodou?

Jeden z velkých problémů cestování do vesmíru je izolace. Jsme společně

tvorové, ve městech jsme neustále vystaveni kontaktu s lidmi. A najednou vás někdo dá do prostředí, kde jste úplně sám na delší dobu. Izolace je ještě upevněná tím, že nemůžete tak jednoduše komunikovat, protože čím jste dál od Země, tím signál ze Země a zpět letí delší dobu. Mohou to být hodiny, týdny, než vám dorazí odpověď. Když budete někde mimo Zemi a rozhodnete se, že toho už máte dost, nemůžete otevřít dveře a hned se vrátit. A právě to můžeme pod vodou dobře simulovat, protože z velké hloubky nemůžeme lidi rychle vytáhnout ven, to bychom je zabili. Musíme je pomalu vytahovat, aby prošli takzvanou dekompresí, která může trvat hodiny, až dny podle toho, jak hluboko byli.

Co vás na extrémních podmínkách přitahuje?

Hodně mě baví cestování, a pro mou vlastní potřebu je proto dobré, když si umím poradit v nejrůznějších situacích. Už se třeba tolik nebojím vyrazit do míst, kam jsem se dříve bál. Zároveň chci být užitečný i lidem, se kterými cestuji. Myslím, že člověk zažije v životě nejrůznější situace. Některé dobrovolně, protože má rád dobrodružství a zážitky, jiné nedobrovolně, protože se to stalo a nemůže s tím nic udělat. To první mám rád, na to druhé bych rád uměl zareagovat.



VERONIKA REICHELTOVÁ

veronika.reicheltova@metro.cz

INZERCE

Je ve vesmíru život?

Klidně bádejte a přemýšlejte.
Od pozemských starostí jsme tu my.



Životní pojištění • Penze • Investice

Na vás záleží

Pozor, ať vám neutíká teplo. Mrkněte na dveře či topení

Není třeba vypínat radiátory a teple se oblékat i doma. Někdy stačí jen drobné úpravy v bytě nebo domě.

Když loni v září písničkář Pokáč uváděl svůj koncert v O2 areně mimo jiné slovy: „Chtěli jsme vám předvést velkou show, bohužel všechny prachy utratíme doma za topení,“ vyprodaná hala se smála. Když se ale zvýšily zálohy na energie v nových předpisech, mnohým úsměvy ztuhly.

Abychom ušetřili nějakou tu korunu, není nutné po večerech sedět téměř potmě, jen při plápolajícím plamenu svíčky, a být zabalen do dvou svetřů. Stejně tak nenechávejte nonstop svítit ve všech místnostech vašeho obydlí, nepřetápějte a zkontrolujte, zda vám těsní okna a dveře.

Nefuči vám z chodby?

„Optimální teplota v obytných místnostech by měla být 21 stupňů Celsia, v ložnici i v kuchyni klidně méně, okolo 18 stupňů. Méně totiž někdy znamená více, v tomto případě více peněz pro vás. Nárůst teploty o jeden stupeň zvyšuje spotřebu energie za vytápění až o šest procent,“ říká Zuzana Richtrová, pro-

Přálo nám počasí

Nečekaně teplý prosinec nám ušetřil výdaje za topení.

- „Spotřeba plynu v tomto období byla nižší, než bychom obvykle očekávali, a to odhadem o 15 až 20 procent. Dá se říci, že od poloviny prosince odběry postupně klesaly oproti očekávání v závislosti na stále teplejším počasí,“ uvedl člen představenstva Pražské plynárenské Petr Kovářik v rámci projektu Špion na plynoměru. **IDNES.cz**

duktová specialista společnosti Korado. A když už váš byt či dům vytopíte, nenechávejte teplo unikat případnými netěsnostmi ve dveřích a oknech.

Od vchodových dveří čekáme, že budou nejen bezpečné, nepropustí přílišný hluk, ale také budou dobře těsnit a ochrání nás před zimou. Díky dobré tepelné izolaci můžeme totiž ušetřit právě i peníze za energie. Stejně jako protihluková izolace je i ta tepelná zajištěna samotnou konstrukcí dveří, do nichž je použita speciální vnitřní výplň. „Libovolně lze kombinovat protihluk s bezpečností a tepelnou izolací, která je tam ovšem vždy, a to na libovolné úrovni dle přání zákazníka,“ vysvětluje Stani-



Citát

Tepelná izolace budov zabraňuje emisím CO₂, které poškozují klima, a také snižuje náklady na vytápění.

KLAUS HABERFELLNER, AUSTROTHERM

slav Obyt, obchodní ředitel společnosti VP trend, českého výrobce dveřních výplní.

V zimě dostávají vchodové dveře poměrně zabrat. Musí odolávat velkým teplotním rozdílům, kdy venku mrzne a uvnitř domu se topí. Veškerý materiál samozřejmě vlivem teplotních změn pracuje, rozpíná se a zase smršťuje.

„Nesprávně seřízené dveře mohou špatně těsnit, protože křídlo nedoléhá k zárubni. O vchodové dveře je nutné pravidelně pečovat, pak fungují tak, jak mají,“ říká Obyt a dodává: „V zimě je každá strana vchodových dveří vystavena extrémně odlišným teplotám a v těchto podmínkách mohou být na zřetelné změny. Je dobré ověřit, že těsnění dobře přiléhá

Dovolená, kultura, strava

Inflace a zvyšující se ceny nejen energií nutí Čechy spořit.

- Více než čtvrtina zaměstnanců výrazně omezila výdaje na dovolenou a kulturu, téměř 20 procent lidí začalo šetřit na koničkách. V důsledku vynucených úspor strádají lidé především po psychické stránce. Zhoršení psychické pohody na sobě podle Barometru zaměstnanců společnosti Up Česká republika pozoruje 44 procent z nich.

ký trh. S dobře zatepleným domem tak ušetří podle Habermannera každý. Nízkoenergetické a pasivní domy udržují v zimě teplo a v létě chlad.

Nové budovy v EU musí být tak jako tak již vždy postaveny s dobrým zateplením. „To abychom neudělali chybu a nezřekli se dobré energetické úrovně. Starší domy by měly být smysluplně dozateplené. Kromě vylepšení oken a technických zařízení budov se zateplují fasády, střechy a stropy horních podlaží,“ dodává Habermanner.

Očistěte radiátory

Pomoci si můžete i přímo v bytě či domě. Při úklidu nezapomeňte ani na údržbu radiátorů, která se možná zdá být pracná a složitá. Právě toto zanedbávání není úplně v pořádku. Kromě estetického a zdravotního hlediska se pravidelné čištění radiátoru vyplatí i z pohledu ekonomického, efektivitě vytápění a samotné životnosti radiátoru. „V okamžiku, kdy je radiátor zanesen prachem, zhoršuje se také přenos tepla, a i taková drobnost je v místnosti citelná. Jakmile prach odstraníte, proudění teplého vzduchu se zlepší, čímž lépe pocítíte tepelnou pohodu,“ říká Zuzana Richtrová. Pokud se tedy zbavíte nánosů prachu, můžete s klidem otočit termostatickou hlavicí na nižší stupeň a ušetřit. **PAVEL URBAN**

INZERCE

**TÝDENÍK
PRÁVĚ
V PRODEJI**

Z OČÍ zjistí, že přijde cukrovka

TÉMA

Přednosta oční kliniky ÚVN
MUDr. Martin Šín o novém českém patentu

Basiková a její muži: Velmi otevřená zpověď
Sex, drogy a dolary... Forejt o Harryho knize

05.01.2023 07.000 0027/18 001 www.metro.cz

TÉMA

• Cévy na sítnici: Signály chorob, které přijdou
• Cukrovka, srdce, autoimunitní nemoci, klouby...

A nové testy z krve: Pozor, v těle je nádor

Český patent: **Z očí zjistí skrytou nemoc**

SIGNÁLY NEMOCI odhalí systém Airen na oční sítnici

SLOŽITOU DIAGNÓZU díky tomu určí každý lékař

A jaké další VÁŽNÉ CHOROBY se dají z očí vyčíst

NOVÉ TESTY Z KRVE: Pozor, v těle je rakovina!

V sobotu budeme znát prezidenta

Nedorazila vám do schránky obálka s volebními lístky pro druhé kolo? Nezmatkujte. Tentokrát je dostanete až od komise ve volební místnosti.



Volíme prezidenta. MAERA

Pravidla volby prezidenta se v porovnání s prvním kolem liší jen minimálně. Dny, čas ani místo se pro každého z nás nemění. Výjimky stanoví zákon (viz box) a jsou k nahlédnutí například na webových stránkách Ministerstva vnitra České republiky.

V souvislosti s dezinformacemi o úmrtí Petra Pavla se ale nabízí otázka, jak by se volilo, kdyby jeden z kandidátů odstoupil nebo se z jiných příčin nemohl voleb zúčastnit. Odstoupení kandidáta je možné 24 hodin před zahájením voleb. I kvůli tomu, aby bylo možné urychleně dotisknout volební lístky. Náhradníkem za odstoupivšího kandidáta by byl ten, který se v prvním kole umístil jako třetí.

Volební lístky pro druhé kolo jsou vytištěny na žlutém papíře. V prvním kole byly lístky bílé. Obdobně jako při volbách do zastupitelských sborů všech úrovní se musí volič prokázat volební komi-

si ve svém okrsku platným osobním dokladem. Tím může být občanský průkaz, cestovní pas nebo pas diplomatický. Pokud budete volit mimo své bydliště na území České republiky, museli jste si v uplynulých dnech vyříditi voličský průkaz.

V případě nemoci či jiného závažného důvodu, proč nemůžete dorazit k volební urně, lze požádat komisi v místě bydliště a v místě volebního okrsku, aby vás s urnou navštívili doma. Vítězem voleb se ve druhém kole stává ten kandidát, který získá nadpoloviční počet hlasů. Pokud by oba soupeři dostali shodný počet hlasů, do deseti dnů musí být vyhlášen nový termín voleb. **PH**

Volby už běží

Zákon umožňuje volit ještě před oficiálním datem.

- Už včera začali volit čeští občané ve Spojených státech a dalších zemích. A to kvůli časovému posunu.
- V týdnu odvolili v mobilních stanovištích z auta také lidé, kteří jsou kvůli covidu v karanténě.
- Už včera směli volit lidé v obytných zařízeních sociálních a zdravotních služeb.

Volební čísla

14

V tolik hodin se dnes otevírají volební místnosti. Hlasovat bude možné až do 22 hodin. V sobotu je pak hlasování možné od 8 do 14 hodin.

1

Tolik lístků smí být v obálce, kterou vhodí občan do volební urny. Pokud vloží do obálky oba lístky se jmény obou soupeřících kandidátů, je jeho hlasování neplatné.

Krátce



Hendikepovaní jezdí i slalom. ČTK

Odkud přišel mail s informací, že Pavel zemřel?

Policie se zabývá dezinformacemi o úmrtí prezidentského kandidáta Petra Pavla, které se šíří přes e-maily a po internetu, odkazují na falešný web a údajné prohlášení jeho mluvčí. Podle médií e-mailová zpráva obsahuje falešnou citaci Pavlovy mluvčí Evy Hromádkové, podle které bývalý vysoký představitel české armády a NATO zemřel v noci na 26. ledna na „pravděpodobné selhání srdce“. Autoři je podle médií rozesílají z ruského serveru Yandex. Server Seznam Zprávy uvedl, že zpráva odkazuje na internetovou stránku. Její doména je zaregistrovaná u kanadské

společnosti Tucows, takže není z veřejně dostupných zdrojů možné dohledat vlastníka. Doménu i web provozuje společnost Njalla sídlící na karibském ostrově Nevis.

Zimní hry pro hendikepované

Několik desítek účastníků ze čtyř států se představí na zimních hrách pro hendikepované ze zemí Visehradské skupiny, které včera začaly v Lipně nad Vltavou. Sportovci pro premiérový ročník akce využijí místní Skiareál Lipno. Pořadatelé do budoucnosti plánují, že hry rozšíří i do jiných míst kraje. Akce je určena pro mládež, představí se hendikepovaní sportovci ve věku od 10 do 26 let. **ČTK**

INZERCE




VSAĎTE SI 500 Kč
ZDARMA NA VOLBY

VOLTE SRDCEM,
SÁZEJTE CHYTŘE

PREZIDENTSKÉ VOLBY
ifortuna.cz

Ministerstvo financí varuje: Účastí na hazardní hře může vzniknout závislost! Zákaz účasti osob mladších 18 let na hazardní hře.

Meta povolila Trumpovi návrat

Bývalý prezident USA uvedl, že o comeback na sociální síte nemá zájem.



Donald Trump AP

Je to více než dva roky, co společnost Meta, která mimo jiné spravuje sociální síte Instagram a Facebook, zablokovala bývalému prezidentovi Spojených států amerických Donaldu Trumpovi účty na svých sítích. Nyní uvedl vysoký manažer společnosti Nick Clegg, že se Trump může vrátit. Exprezident však o návrat na síte nijak nestojí, už dříve sdělil, že ani nemá zájem se zase připojit na Twitter.

Facebook v souvislosti s útoky na sídlo amerického Kongresu z 6. ledna 2021 Trumpovi zakázal účet na neurčito, později opatření zmírnil na nejméně dva roky.

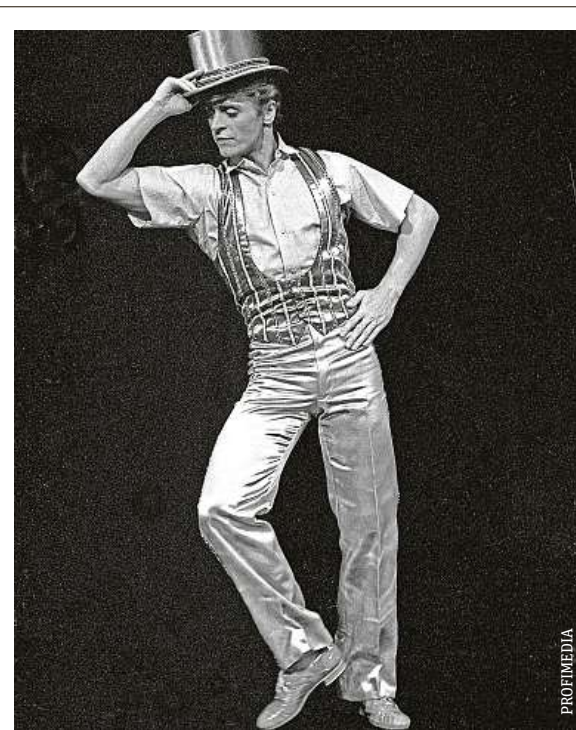
„Dospěli jsme k závěru, že případné nebezpečí pro veřejnosti se dostatečně snížilo,“ uvedl Clegg, šéfy Mety pro globální záležitosti. „V příštích týdnech obnovíme účty pana Trumpa na Facebooku a na Instagramu. Nicméně uděláme to s novými bezpečnostními pojistkami, abychom zabránili opakovanému porušení pravidel,“ dodal.

Trump reagoval záhy. „Facebook, který od vyloučení vašeho oblíbeného prezidenta, tedy mě, ztratil na hodnotě miliardy dolarů, zrovna oznámil, že obnovuje můj účet. Taková věc by se uřadujícímu prezidentovi ani niko-

mu jinému, kdo si nezaslouží pomstu, nikdy neměla stát,“ cituje Trumpa agentura AP.

Po změně vlastníka vyjádřila ochotu obnovit účet Trumpovi i sociální síte Twitter. Bývalý prezident ale dal najevo, že o návrat na tuto platformu vlastněnou miliardárem Elonem Muskem nestojí. Po vyloučení z mainstreamových sociálních sítí používá Trump jako komunikační nástroj platformu Truth Social, kterou založil poté, co mu byl zablokovan účet na Twitteru.

Televize CNN na svých internetových stránkách uvádí, že případný návrat na Facebook a Instagram by pro Trumpa znamenal přístup k významným platformám, které by mohl použít pro získávání podpory a peněz před prezidentskými volbami v roce 2024. Trump už před časem oznámil, že se bude ucházet o republikánskou nominaci. **IDNES.cz a ČTK**



PROFIMEDIA

Baryšnikov slaví 75 let

Americký tanečník, choreograf a herec ruského původu Michail Baryšnikov dnes slaví 75. narozeniny. Stal se jedním z nejznámějších emigrantů z bývalého Sovětského svazu a legendou 20. století. V současnosti je považován za žijícího klasika světového baletu. Na snímku z roku 1979 je při představení v newyorské Broadwayi. **ČTK**

Krátké

Vracení migrantů

Evropská unie chce efektivněji a rychleji vracet odmítnuté žadatele o azyl do zemí jejich původu. Ministři vnitřní záležitosti členských zemí včera debatovali o tom, jak v době rostoucího počtu migrantů míří-

cích do Evropy přesvědčit africké či asijské země k lepší spolupráci při návratech jejich občanů. Unie v tom má rezervy a může na třetí země přitlačit, prohlásila před jednáním eurokomisařka Ylva Johanssonová i několik ministrů.

Oltář? A co byty?

Lisabonský starosta Carlos Moedas čelí kritice kvůli tomu, že jeho úřad utratil více než pět milionů eur (118,8 milionu korun) za stavbu oltáře, u něhož bude papež František sloužit mši během letošních

Světových dnů mládeže. V portugalském hlavním městě se budou konat od 1. do 6. srpna. Starosta Moedas uznal, že jde o „velmi nákladný projekt“. Tisíce lidí starostu, v minulosti eurokomisaře, kritizují. „Pokud by bytová krize byla oltář pro Světo-

vé dny mládeže, byla by už vyřešená,“ napsal na Twitteru levicový politik Fabian Figueiredo. „Problémem není nedostatek peněz, ale výdajové priority,“ dodal. Ceny nájmu v Lisabonu od roku 2017 stouply podle statistického úřadu o 53 procent. **ČTK**



Austrálie. Lidé vyšli do ulic

Tisíce lidí včera v řadě australských měst vyšly demonstrovat za práva domorodých obyvatel. Manifestují u příležitosti Dne Austrálie, který připomíná výročí začátku britské kolonizace. Demonstranti ale tento den označují za Den invaze a protestují proti diskriminaci domorodých obyvatel Austrálie, informuje agentura Reuters. Někteří si barevně pomalovali obličej, často v černo-červeno-žlutých barvách vlajky původních obyvatel. Podle části obyvatel Austrálie by se dnešní den neměl vůbec slavět, nebo by se měl přejmenovat na Den invaze. **ČTK**



2x PROFIMEDIA

Slovensko. Začala jednání o datu voleb

Slovenský parlament včera začal jednat o zkrácení svého stávajícího volebního období a o termínu předčasných voleb jako o řešení politické krize po prosincovém pádu menšinové vlády premiéra Eduarda Hegera. Poslanci rozhodli, že o termínu voleb budou hlasovat v úterý. Koalice i opozice se liší v názoru, kdy by Slovinci měli opět přistoupit k volebním urnám. Dosluhující premiér Eduard Heger dříve řekl, že původní koalice, kterou loni opustila liberální strana Svoboda a Solidarita, podpoří konání voleb 30. září. Část opozice naopak požaduje volby už před letními měsíci. V řádném termínu by Slovinci o novém složení sněmovny rozhodovali v únoru příštího roku. **ČTK**

ROZDÁVÁME ZDARMA 1000 BALENÍ

Nového regenerátoru sluchu, který bojuje s hluchnutím a šuměním v uších už za 4 minuty

TOTO NENÍ OMYL - ČTEŠ DOBŘE

Pokud jste se narodili v letech 1920 až 1990 a:

- stále si myslíte, že ostatní nemluví výrazně,
- nestíháte s rozhovorem, když více osob mluví najednou,
- máte problém se slyšením hlasů žen a dětí,
- stále hlasitěji nastavujete TV nebo rádio,
- slyšíte šumění, syčení nebo pištění v uších,
- stále častěji prosíte, aby se někdo opakoval,

...přijměte svůj sluchový zesilovač, doporučený pro všechny typy sluchových problémů. Specialisté to považují za skutečný hit. Jedná se o první takový regenerátor, který bojuje jak s pokročilou hluchotou, tak s tinnitem za pouhé 4 minuty.

1000 balení této inovativní receptury na opravu sluchu právě opouští sklad. Každý z nich obsahuje maximální dávku složek, které opravují sluchový nerv a obnovují dokonalý sluch již od první aplikace. Výrobek můžete používat v jakémkoli věku a pro jakýkoli typ sluchového postižení. Tyto regenerátory sluchu rozdáváme ZCELA ZDARMA - kdo dřív přijde, je dřív na radě - každému, kdo zavolá do **14.02.2023**. Jediné, co musíte udělat, je potvrdit datum narození ústně po telefonu. Nemusíte zasílat žádná písemná potvrzení.

Specializovaný regenerátor obnovuje správné vedení sluchových vzruchů a regeneruje poškození sluchového nervu – což má okamžitě za následek dokonalý, silný a čistý sluch. Zároveň tlumí fantomové skřípání, zvuky a praskání, které vznikají ve vnitřním uchu. Již po 4 minutách zapomenete na praskání vrtání, zvonění a cvakání. Místo toho si začnete užívat celou škálu čistých venkovních zvuků. Přímo u ucha uslyšíte jak zpěv ptáků za oknem, tak šepot vnoučat.

Důsledné používání formule obnovující maximální kvalitu sluchu vám přinese další změny k lepšímu: 1. Obnovte bubínek až o 86 % - zastavíte další hluchotu. 2. Zlepší se práce sluchových kůstek – v důsledku toho se zbavíte tinnitu. 3. Podpoří obnovu buněk hlemýžďových vlásků. To je důležité, protože bez těchto malinkých „vlásků“ v uchu je člověk hluchý jako sloup! Odborný tisk informuje, že použití tohoto zesilovače sluchu je nejjistější cestou, jak se vyhnout takovým nebezpečným onemocněním, jako jsou: náhlá hluchota, progresivní stařecká hluchota nebo rostoucí tinnitus. Riziko vzniku těchto neduhů se díky kúře snižuje až 180krát.

A víte, co pro vás bude největší odměnou? Vaše vztahy s lidmi se zlepší. Skončí neustálé žádaní partnera, aby řekl něco hlasitěji. Nikdo na vás nebude křičet, že sledujete televizi příliš nahlas.

Na úřadě nebo na poště konečně všemu pochopíte a bez problémů vyřídíte své záležitosti. Uděláte to rychle, efektivně a bez překlepů. Co potřebujete vědět: pravidelné osobní nebo telefonické rozhovory jsou klíčem k zastavení nebo dokonce zvrácení hluchoty. A tento revoluční regenerátor sluchu vám to umožní na 100 %.

K vytvoření takového fenomenálního vzorce, který okamžitě obnoví celý rozsah sluchu, byly použity nejnovější úspěchy v technologii a laryngologii dostupné na globálních trzích. Zesilovač obnovuje tkáň a nervy, které budují celý sluchový systém na buněčné úrovni, a proto po první aplikaci začnete slyšet 7x hlasitěji, silněji a čistěji. A s každým dalším dnem se účinky kumulují a konsolidují, což vám poskytne senzační sluch a zbaví vás hyperakuzie a nepříjemného tinnitu.

Proč rozdáváme posilovače sluchu, které opravují ztrátu sluchu a šumění v uších za 4 minuty, za 100% ZDARMA?

Nejsme charitativní instituce. Jako profesionálové nabízíme přípravu nejvyšší kvality a jsme si jisti: jakmile se tato akce vrátí, peníze dostane na veřejnost, objednávky od zákazníků k nám budou proudit z celé země.

Poznámka: V současné době je na trhu mnoho padělků inovativní receptury pro regeneraci sluchu. **Nesmí se zaměřovat s naším originálním přípravkem**, který okamžitě odstraňuje tinnitus a obnovuje vynikající kvalitu sluchu. Požadovaného výsledku zvrácení hluchoty a tinnitu lze dosáhnout pouze použitím originální receptury.

NEČEKEJ! S této příležitostí je možné využít pouze do 14.02.2023 roku

Inovativní regenerátor sluchu, který bojuje se všemi problémy se sluchem, nebude k dostání v žádné prodejně ani v lékárně. **ROZHODUJE PRAVIDLO „KDO PRVNÍ PŘIJDE, TEN LEPŠÍ“.** Doporučujeme vám, abyste si pospíšili a ihned zavolali na číslo **465 719 947**, abyste to stihli, než dojdou zásoby ZDARMA.

Volejte: po-pa 8:00 - 20:00 sob: 8:00 - 16:00.

Běžně místní spojení bez příplatku

DŮLEŽITÉ! Limitem je jedno balení preparátu na domácnost.



Praha uctí starý londýnský punk



Pražská show proběhne 16. března v rámci série Rock for People Concerts. RFP

Jako první pankáči v Londýně vydali v roce 1976 singl. Nyní jsou zpět. Damned.

V srdcích punkových a gothic rockových fanoušků je už zase pořádně horko. Čtyřicet sedm let od roku 1976 se zakládající členové The Damned – Dave Vanian, Rat Scabies, Captain Sensible

a Brian James – vydali na comebackové turné. Průkopníci punku zahrají 16. března také v Praze, ve smíchovském klubu MeetFactory.

Učili se od sebe navzájem – Sex Pistols, The Damned i The Clash – zvedli v sedmdesátkách vlnu zájmu o „hudbu bez budoucnosti“ a dotáhli to nejdál s jedenácti vydanými deskami, kdy poslední vyšla v roce 2018.

Na Evil Spirits se čekalo dlouhých 10 let, album bylo nahráno v New Yorku producentem Tonyem Viscontinim

známým například spoluprací s Davidem Bowiem. Do hudebního světa přinesli The Damned hity jako Neat, Neat, Neat, také New Rose, který později převzali Guns N' Roses, dále Life Goes On, Love Song a Smash It Up.

Fanoušci se mohou těšit na další album, jehož vydání se chystá na letošní rok. Začátkem března vyrazí pětičlenná sestava na dvouměsíční evropské turné, které čítá téměř třicet zastávek, mezi nimiž nebude chybět ani naše Praha. **PETR HOLÉČEK**

Muriel. Kdo má nejlepší komiks?

Šestnáctý ročník komiksových cen Muriel zná nominace v osmi soutěžních kategoriích včetně Ceny Magnesia za nejlepší studentský komiks.

Vítěze vyhlásí moderátor a komiksový kreslíř Tomáš Chlud 21. února ve 20 hodin v pražském kině Edison Film Hub. Přímý přenos ze slavnostního předávání cen si fanoušci českého komiksu mohou pustit na webu ČT art.

Odborná porota vybrala ty nejlepší ze 39 přihlášených prací. Poprvé v historii cen Muriel se letos výrazněji prosazují komiksy pro děti. To potvrzuje i oblíbený komiksový román Prašina, který získal nejvíce nominací.

Dalším nepřehlédnutelným momentem je návrat světa Foglarových Rychlých šípů. Jednak si porota všimla brilantní kresby Jiřího Gruse, který v souborném vydání příběhů kreslených Markem Čermákem doplnil osm nových podle nedokončených Foglarových scénářů, mezi krátkými příběhy pak figuruje prequel k jedné z nejznámějších kapitol seriálu Rych-

lé šípy, který vypráví o dvou nejvýraznějších dívkách hrdinek seriálu, Podkově a Haha Bimbí. Jeho autorkou je Kateřina Čupová, nazvala jej Podkova potkává Haha Bimbí a vyšel ve třetím čísle nově vydávaného časopisu Rychlé šípy.

Ceny Muriel vyhlašuje Česká akademie komiksu, která byla založena v červnu roku 2018, aktuálně má 77 členů a jejím předsedou je historik Pavel Kořínek. **HOP**



Vyhraje Prašina? METRO



Portmonka

TVOJE DIGITÁLNÍ PENĚŽENKA NA VSTUPENKY

NYNÍ NA



Stáhnout v





PRO ZÍSKÁNÍ APLIKACE NASKENUJTE QR KÓD

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, palác koruna, Praha 1

Práce - nabídka

• SOŠP PROFIT Praha 3 přijme ihned učitele/ku EKO předmětů, Šj a Mat v lib. komb. od 28.8.2023. Po domluvě i dříve. CV mail: kasajova@skola-profit.cz

Auto-moto - poptávka

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



Krátce

Floex vydal novou desku

Včera vyšlo nové album Tomáše Dvořáka aka Floexe. Shoulders of Giants je soundtrack ke stejnojmenné hře nezavislého newyorského herního studia Moving Pieces Interactive.

„I když deska vznikla původně jako soundtrack, vnímám ji jako plnohodnotný titul fungující sám o sobě. Je to možná celkovým stylem, který je energetičtější než mé předešlé soundtracky,“ říká hudebník. **HOP**

“Teploty nízké, inflace vysoká, ceny v dm stabilní”

Na dm dlouhodobé ceny
se mohu spolehnout



babylove
Premium Jumbopack
pleny maxi
84 ks

319 Kč

3,80 Kč za 1 ks

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 12.08.2022 319 Kč
21.07.2022 329 Kč



VEGAN

od 6 měsíců



VEGAN

babylove
Sensitive
vlhčené ubrousky
4 x 80 ks

119 Kč

0,37 Kč za 1 ks

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 10.10.2022 119 Kč

od 10 měsíců



BIO

babylove
bio mléčná kaše
s krupicí
600 g

89⁹⁰ Kč

14,98 Kč za 100 g

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 27.05.2021 89,90 Kč
26.03.2020 99 Kč

babylove
podložky na přebalování
10 ks

69⁹⁰ Kč

6,99 Kč za 1 ks

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 12.08.2022 69,90 Kč
21.07.2022 74,90 Kč



babylove
mléčná výživa malých dětí
v prášku
konvenční 3
500 g

129 Kč

25,80 Kč za 100 g

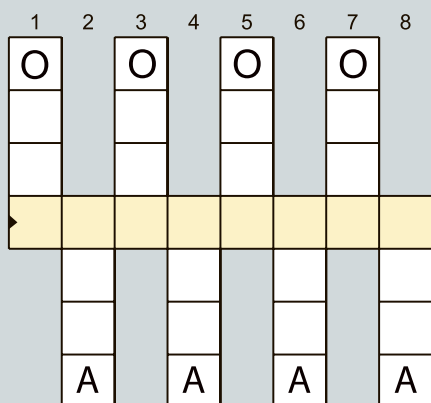
▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 12.08.2022 129 Kč
27.05.2021 139 Kč

Sudoku

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

Luštěnka

- | | |
|------------------------|-------------------|
| 1. tekutý omáček | 5. podzimní setba |
| 2. automobily (hovor.) | 6. Irka (sloven.) |
| 3. vařené vepřové maso | 7. část odvětví |
| 4. malá oka | 8. knihy na fotky |



Napište svou bublinu



„To je praděda. Kdysi našťval kouzelníka.“
MAREK KRÁČMAR
Facebook

Počasí

DNES	ZÍTRA	NEDĚLE	PONDĚLÍ
-1/3 °C	-1/3 °C	-1/3 °C	2/6 °C

Teplotní rekordy: ↓ -21,6 °C (1830) ↑ 13,3 °C (2016) Bio: ❤️❤️❤️



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

TV tipy

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>16.30 Kam uhnout očima Drama (ČR, 1977)</p> <p>17.30 AZ-kvíz</p> <p>18.00 Události v regionech</p> <p>18.25 Kde domov můj?</p> <p>19.00 Události</p> <p>19.56 Branky, body, vteřiny</p> <p>20.05 Losování Sportky a Šance</p> <p>20.15 Kukačky 2 (2/13)</p> <p>21.10 Všechnopárty</p> <p>22.05 Hercule Poirot</p> <p>22.55 Hercule Poirot</p> <p>23.50 AZ-kvíz</p> <p>00.15 Toulavá kamera</p> <p>00.45 Objektiv</p> <p>01.15 Dobré ráno</p> <p>03.50 Zahradna je hra</p> <p>04.10 Chalupa je hra</p> <p>04.35 Bydlení je hra</p>	<p>16.00 Koncentrační tábor Ravensbrück</p> <p>17.00 Konference ve Wannsee</p> <p>17.50 Má šťastná hvězda</p> <p>18.45 Planeta pokladů</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Manželé z roku II Dobrodružná komedie (Fr./It./Rumun., 1971)</p> <p>21.45 XXL Komedie (Fr., 1997)</p> <p>23.25 Letecké katastrofy</p> <p>00.10 Tajemství 2. světové války</p> <p>01.00 Fargo IV (4/11)</p> <p>02.00 Tajemství železnic</p> <p>02.25 Hranice dokořán – Rozmówki polsko-českie</p>	<p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.30 Na lovu III</p> <p>18.30 Ulice (4410)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Harry Potter a Ohnivý pohár Fantasy (VB/USA, 2005)</p> <p>23.20 Kazišuci Komedie (USA, 2018)</p> <p>01.20 Kriminálka Miami IV (10)</p> <p>02.20 Novashopping</p> <p>02.50 Krok za krokem VII</p> <p>03.10 Na lovu III</p> <p>03.55 Víkend</p> <p>04.30 Ordinace v růžové zahradě (27)</p> <p>05.20 Novashopping</p>	<p>15.50 Policie v akci</p> <p>16.50 Policie v akci</p> <p>17.50 Prostřeno!</p> <p>18.55 Hlavní zprávy</p> <p>19.40 Krimí zprávy</p> <p>19.55 Showtime</p> <p>20.15 Máme rádi Česko</p> <p>22.00 Jak se stává sen – extra</p> <p>23.10 Ano, šéfe!</p> <p>00.30 Policie v akci</p> <p>01.30 Námořní vyšetřovací služba XII (20) Za dobrý skutek. Krimiseriál (USA, 2014)</p> <p>02.25 Policie v akci (16) Krimiseriál (N, 2007)</p> <p>03.25 Návrat komisaře Rexe X (1) Krimiseriál (Rak./It., 2009)</p> <p>04.25 Jak se stává sen</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 1CHARTED</p> <p>11.00 Užít Dubaj</p> <p>11.10 Óčko hity</p> <p>15.00 Hitrádio desítky</p> <p>15.50 Óčko hity</p> <p>17.00 Novinky</p> <p>Nové klipy na jednom místě</p> <p>18.00 Užít Dubaj Krásy Dubaje, adrenalin a gastro zážitky s Andreou Bezděkovou a Vildou Šírem</p> <p>18.10 Óčko hity Klipy nonstop</p> <p>22.00 O black list party Páteční moshpit s O BLACK selekcí</p> <p>0.00 Óčko flirt Proud klípů se vzkazy diváků</p>

TEREZIE TOMÁNKOVÁ

MODERÁTORKA PARTIE NA PRVĚ



Sloupek

ŽIVOT PŮJDE DÁL

Dnes je svátek demokracie. Dnes jsou volby, zítra to skončí. Budeme znát jméno nového prezidenta. Skončí hádky, sázky i šílená kampaň, kterou tento týden prezident nazval občanskou válkou svého druhu. Má pravdu. Jde o hodně. Jde o hodně i nám? Společnost je rozdělená a po kampani zůstane ještě víc. Když se ale v neděli, a je jedno, koho volíte, probudíte, život půjde dál. Nic se nezmění. Nám zůstane stejně drahý, jídlo v obchodech nezlevní, problémy pořád budou žádat řešení. Občas mám strach, jestli to všichni vědí. Očekávání jsou velká, do prezidenta si mnoho lidí projektuje obraz spasitele, všemocného muže a někteří kandidáti k tomu sami přispívají svými sliby. O tom, že odvolají vládu, že zastaví zdražování, že zařídí mír, a hlavně spojí rozdělenou společnost. K tomu

poslednímu. Je to nereálný slib. Společnost rozdělená je a zůstane. Přímá volba prezidenta tomu výrazně za těch deset let pomohla. Je to personální, dvoukolová volba a kampaň mezi prvním a druhým kolem opravdu při-

Citát

Děkuji vám, že jste to vydrželi. A při volbě vám přeji šťastnou ruku.

pomíná občanskou válku, kdy se nenávisť dostává mezi přátele, manžele, prarodiče a vnuky. A není v silách žádného politika společnost spojit. Mohou ale svým přístupem přispět k tomu, aby povolební kocovina nebyla příliš velká a ta frustrace se nepřelila jinam. Každopádně vám děkuji, že jste to vydrželi. Pokud jste sledovali předvolební debaty, že jste to přežili. A při volbě vám přeji šťastnou ruku. V sobotu budeme vědět. Já budu sedět od rána v našem zpravodajském studiu CNN Prima News a budeme pro vás sčítání hlasů sledovat. Půjde to rychle, kandidáti už jsou jenom dva. Ale hlavně vám v sobotu přineseme dva silné, neopakovatelné politické příběhy. Příběh vítěze a příběh poraženého.

Anketa

f Když se řekne Rychlé šípy, vybavím si...



Aleš Metlický
... příběhy, které si i po letech rád přečtu.



Karel Strobl
... Bratrstvo kočičí pracky.



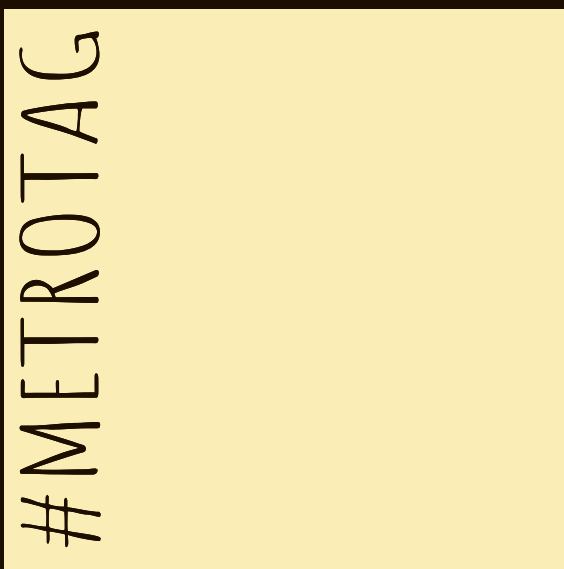
Jaroslava Pitařová
... partu kluků prožívajících krásné dětství.

@mojemetro



je místo na váš vzkaz! Do žlutého rámečku napište přání, vyzvu nebo něco namalujte. Vytvor vyfotejte 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!

Jmenuje se Adélka, je jí pět let a už to dotáhla až do nejčtenějšího deníku v Praze. Adélčin obrázek želvy nám poslala její teta Ludmila. My tleskáme malé kreslířce za super obrázek a její tetě za nápad, jak využít #metrotag. Chcete se také dostat do Metra? Návod najdete níže.



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

Dopisy a vzkazy

Stromovka

Obnovu tramvajové tratě Výstaviště – Královská Obora by vítalo plno starších lidí, kteří by se tak dostali k obnovované Šlechtově restauraci. Pro handicapované občany je takto centrum Stromovky nedostupné. Za Rakouska-Uherska se na méně pohyblivé občany myslelo více. Tramvaj třeba jezdila i na Staroměstské náměstí, do roku 1960. Právě tento rok byl mezníkem, kdy vedení Prahy vymýšlelo tuto dopravu z centra. Vrcholem bylo zrušení tramvají na Václaváku. Plno handikepovaných lidí pak již nikdy nevidělo Můstek a Příkopy. A z centra se stalo rejdiště krimiživlů. Do Královské obory přijela poslední tramvaj 28. 9. 1941. Zastavení provozu tak měly na svědomí válečné události. Prakticky tak dosud platí protektorátní nařízení o zrušení této tratě z válečných ekonomických důvodů.

MARTIN KUBÍK, PRAHA 4

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

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

Řešení sudoku

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

Řešení luštěnky

JAROMÍRA

Komiks. V sobotu 28. a v neděli 29. ledna Divadlo S+H hraje Hurvínkův popletený víkend





Fotbalová liga se vrátí do zajetých kolejí

Příští ročník fotbalové ligy začne o víkendu 22. a 23. července. Podzimní část bude mít 19 kol a skončí 17. prosince. Jarní fáze odstartuje 10. února 2024 a nadstavbová skupina o titul vyvrcholí 26. května. O dohodě ligových klubů včera informovala Ligová fotbalová asociace, která řídí nejvyšší soutěže. V aktuální sezoně skončila kvůli netradičnímu zimnímu termínu mistrovství světa podzimní část první ligy už v polovině listopadu, od příštího ročníku se ale rozpis vrátí do obvyklé podoby. Souběžně s nejvyšší soutěží začne během čtvrtého červencového víkendu i druhá liga. Také Fotbalová asociace ČR včera oznámila dva termíny. Šlo o data přátelských utkání české reprezentace. S Černou Horou se Češi utkají 20. června, Maďarsko pak vyzvou 10. září. Ostatní zápasy v tomto roce budou soutěžní v rámci kvalifikace o postup na mistrovství Evropy 2024. První zápas je na programu 24. března. Česká reprezentace v Praze vyzve Polsko. Ve skupině ještě narazí na Albánii, Faerské ostrovy a Moldavsko.

ČTK

Anglie. Přestupy za obrovské cifry

Anglické fotbalové kluby loni poprvé v historii utratily během roku za nové hráče přes dvě miliardy dolarů (43,7 miliardy korun) a počet mezinárodních transferů se dostal v mužské a ženské kategorii na rekordní hodnoty. Oznámila to světová federace FIFA. V mužském profesionálním fotbalu se loni uskutečnilo 20 209 mezinárodních

transferů. Představuje to nárůst 11,6 procenta oproti roku 2021 a je to i více než v roce 2019 před pandemií. Ze 2943 transferů, které zahrnovaly poplatky, bylo sto nejlukrativnějších zodpovědných za téměř polovinu celkového objemu financí. Nejvíce utrácely anglické kluby, které za hráče vydaly rekordní 2,2 miliardy dolarů. ČTK

Finále žen. Sabalenková a Rybakinová

Běloruská tenistka Aryna Sabalenková zdolala na Australian Open Magdu Linetteovou z Polska 7:6, 6:2 a probodovala se do grandslamového finále. Světová pětka vyřadila přemožitelku Karolíny Plíškové. V boji o titul zítra vyzve Jelenu Rybakinovou z Kazachstánu, která zvítězila nad jinou Běloruskou Viktorií Azarenkovou 7:6, 6:3. ČTK

Box

57

Přední česká profesionální boxerka Lucie Sedláčková se 25. března utká v anglickém Telfordu s domácí Raven Chapmanovou o světový pás organizace WBC v pérové váhové kategorii do 57 kg. Následně se chce osmadvacetiletá sportovkyně vrátit mezi amatéry a pokusit se kvalifikovat na olympijské hry v Paříži 2024. ČTK

Krátce

Nesmí závodit

Keňská běžkyně Betty Wilsonová nesmí kvůli dopingu a následnému pokusu o podvod pět let závodit. Sankce platí zpětně od loňského 14. října, odkdy měla Wilsonová provizorně zastavenou činnost. Jednatřicetiletá vytrvalkyně odevzdala po závodě v září 2021 vzorek pozitivní na syntetický kortikosteroid triamcinolon acetonid. Látka může být užívána jen na základě terapeutické výjimky. Při vyšetřování případu vyšlo najevo, že Wilsonová poté předložila zfalšovanou lékařskou zprávu, která ji měla ospravedlnit.

Vyvedli fanoušky

Organizátoři Australian Open nechali ve středu vyvést z areálu čtyři fanoušky, kteří si do Melbourne Parku přinesli zakázané ruské vlajky a vyhrožovali ochrance. Uvedli to pořadatelé a policie. S muži s ruskými vlajkami a skandujícími proruská hesla se v areálu fotil otec srbského tenisty Novaka Djokoviče Srdjan. ČTK

Špindl se těší na rekord Američanky Shiffrinové

Světový pohár alpských lyžařek pokračuje o víkendu na českém území.

Špindlerův Mlýn se možná zapíše zlatým písmem do dějin lyžování. Američanka Mikaela Shiffrinová totiž bude o víkendu útočit na rekord Ingemara Stenmarka, který vyhrál ve Světovém poháru celkem 86 závodů. Shiffrinová jich má aktuálně o dva méně.

Sedmadvacetiletá hvězda už je nejúspěšnější ženou, když se osamostatnila od krajanek Lindsey Vonnové. Pro dorovnání švédské legendy ze 70. a 80. let minulého století musí ale v Krkonoších vyhrát oba slalomy.

„Technicky to možné je, ale uvidíme, jestli dokážu na ty dva závody přetavit energii do svých slalomových lyží,“ řekla Shiffrinová. Vyrovnání rekordu ve Špindlerově Mlýně by mělo svou symboliku, neboť právě v areálu Svatý Petr si budoucí suverénka odbyla v březnu roku 2011



Mikaela Shiffrinová je favoritkou na vítězství. AP

jako patnáctiletá debut ve Světovém poháru. „Je to pro mě mimořádné místo, takže se tam opravdu těším,“ dodala Američanka.

V celkovém hodnocení Světového poháru, které může ovládnout popáté v kariéře, má Shiffrinová náskok už 611 bodů, ale na českém území jí jde o jinou metu.

Fanoušci, kterých bude ve Špindlerově Mlýně každý víkendový den zhruba deset tisíc, se ale těší i na další elit-

ní lyžařky. Hlavním lákadlem bude soubor Shiffrinové s Petrou Vlhovou ze Slovenska. Organizátoři akce, která do České republiky zavítá po čtyřech letech, zároveň věří, že se ve slalomu bude dařit také domácí Martině Dubovské.

„Jsme šťastní, že můžeme zažít tato jména, vidět je a vnímat emoce, které nám dávají. Mikaela a Petra jsou v současnosti to nejlepší, co ženské světové lyžování nabí-

Kdy se co jede

Po oba dny se bude ve Špindlerově Mlýně závodit ve slalomu dopoledne, druhá kola jsou na programu lehce po poledni.

- Sobota: 9:30 a 12:30

- Neděle: 9:15 a 12:15

- Pokud nemáte vstupenky a nebudete na místě, můžete závody Světového poháru sledovat v přímých přenosch na ČT sport.

zí. Myslím si, že jejich soutěžení a rivalita nabídnou výjimečné okamžiky,“ řekl v týdnu prezident Svazu lyžařů České republiky David Trávníček.

Start Vlhové ve Špindlerově Mlýně navíc stejně jako v roce 2019 přiláká i řadu lyžařských fanoušků od našich východních sousedů. Pořadatelé si ale také pochvalují, že připadl v posledních dnech snů a může se jet v příjemných podmínkách. PUR a ČTK