



XIAOMI 13 řada

CO-ENGINEERED WITH 

Mistrovské dílo



Předobjednejte
nyní a získajte
DÁREK za 3 799 Kč +
BONUS 1 500 Kč
xiaomi Instant Photo Printer 1S

 **YouTube Premium**

Získejte **Youtube Premium**
na **3 měsíce*** spolu
s Xiaomi 13 řadou

 **Google One**

Získejte **2TB prostoru**
na **Google One na 6 měsíců****
spolu s Xiaomi 13 a 13 Pro

Nabídka platí u vybraných prodejců na koupi Xiaomi 13 a Xiaomi 13 Pro od 27. února do 12. března 2023 nebo do vyprodání zásob za pomoci promočního kódu XIAOMI13 na bonus 1 500 Kč. Pro více informací a registraci pro získání dárku navštivte www.xiaomipromo.cz a před koupi konzultujte s oficiálním prodejcem. Obrázky pouze pro demonstrační účely. *Pouze pro nové uživatele. Kompletní podmínky: <https://www.mi.com/global/service/support/youtube-premium.html>. Pouze pro demonstrační účely. **Pouze pro nové uživatele Google One. Lze kdykoli zrušit.

Hodte starosti za hlavu

Suchá a drsná pokožka? Konopka vše napraví!

Suchou pokožku poznáte na první pohled – nevypadá zdravě a na dotyk působí jako drsný papír. Navíc je doprovázena šupinatěním a nepříjemným pnutí, v extrémních případech i tvorbou prasklin. Se suchou pokožkou na ruce, chodidlech či jiných částech těla se můžete potýkat nejen v zimních měsících. Co ale s tím?

Konopná mast **Konopka** obsahuje pouze přírodní složky. V jejím složení s certifikací CPK bio hraje hlavní roli 50 % konopného oleje doplněného o bambucké máslo, sójový olej, včelí vosk a šalvěj. Konopka vytváří na povrchu pokožky prodyšnou ochrannou vrstvu, která brání jejímu vysušování a vzniku prasklin. Je kompatibilní s kožními lipidy, a proto hloubkově hydratuje a obnovuje přirozenou kožní bariéru. Zároveň Konopka oslabenou pokožku regeneruje a zklidňuje, právě proto je vhodná i pro atopiky a lupenkaře. Nespolehejte se na vazelínu či jiné přípravky vyráběné z ropy, pouze Konopka kůži opravdu rozumí.



Vyzkoušejte i další přípravky konopné péče Cannaderm dostupné v lékárnách a zdravých výživách.



Zase VŠÍ? Zlikvidujte je dvojitou silou!

Zjistili jste, že má vaše dítě opět vši? Nepodléhejte panice a zlikvidujte je rychle a účinně!

Efektivní řešení naleznete v lékárně! Vyzkoušejte zdravotnický prostředek **LiQuido DUO Forte šampon na vši + sérum** – dvojitý zásah proti vším a hnidám v podobě šamponu a séra na vlasy, které působí na veš třemi mechanickými účinky (2x dušení, 1x liQuidace). LiQuido DUO FORTE obsahuje unikátní komplex přírodních silic a olejů, jejichž kombinace a účinné látky vytváří nepříznivé podmínky pro existenci, růst a množení vši. Zároveň je šetrný a dobře snášený citlivou pokožkou. Mohou ho tak používat malé děti i alergici.

DÁREK NAVÍC:

ČEPICE A HŘEBÍNEK pro efektivnější odstranění hnid a vši.

STRES ÚNAVA Síla HOŘČÍKU z MRTVÉHO MOŘE zbaví únavy a stresu!

Se stresovými situacemi se setkáváme dennodenně. Často s sebou přináší únavu, nervozitu, a dokonce i ztrátu koncentrace. Nedovoľte, aby vás stres a vyčerpání dále ničily. Spolehněte se na sílu hořčíku z Mrtvého moře.

Vyzkoušejte **Magnezum Dead Sea** z prémiové řady Da Vinci Academia. Tento jedinečný doplněk stravy se vyznačuje **unikátní kombinací přírodního hořčíku z Mrtvého moře (Dead Sea) a vitamínů B6 a B12**, díky které budete lépe zvládat únavu a vyčerpání. Hořčík rovněž přispívá k normální nervové a psychické činnosti. Jeho pravidelný přísun vám proto pomůže dokonaleji zvládat stres, nervozitu, navíc podpoří vaši koncentraci. Přispívá také ke správné činnosti svalů, takže se již nebudete muset bát křečí při náročnější fyzické aktivitě. K dostání v lékárně.



Návaly horka? Pocení? Pomoc, menopauza!

Pozorujete na sobě poslední dobou návaly horka, nadměrné pocení, změny nálady, nespavost, zhoršení libida nebo přibírání na váze? Může za tím být menopauza, které se obává každá žena ve středním věku. Máme pro vás ověřené řešení z lékárny, jak s projevy menopauzy zatočit jednou provždy!

Nenechte se dále týrat menopauzou a vyzkoušejte **Elli MenoOsteo FORTE** nabízející komplex důležitých látek pro ženy v menopauze i po ní. Díky extraktu z jetele lučního pomáhá udržovat klidný a pohodlný přechod. Extrakt ze šištic chmele otáčivého zase napomáhá ženám vyrovnat se s návaly horka, pocením, neklidem či podrážděností. Doplněk stravy obsahuje také vitaminy D3 a K2 a vápník, který je potřebný pro zdravé kosti.

Z BONDOVEK V BRITÁNII VYMIZEL RASISMUS

YDAVATELÉ UPRAVILI PROSLULÉ KNIHY IANA FLEMINGA STRANA 9

LIDL DRTÍME CENY!
NA MINIMUM!

SUPER CENA!
100 g
11.90
cena platí pro
max. 10 ks/nákup

NABÍDKA ZBOŽÍ PLATÍ OD PONDĚLÍ 27. 2. DO 5. 3. 2023
NEBO DO VYPRODÁNÍ ZÁSOB.

INZERCE

metro

Pondělí
27. února 2023
Č. 41
www.metro.cz
Svátek slaví: Alexandr

mojemetro | denikmetro

Díky medaili má lehčí přístup k surovinám

Sushi. Kuchař Richard Tomáš uspěl na prestižní soutěži v Japonsku. **Rýže.** Její teplota má být stejná jako lidského těla. **Češi.** Mají pokrm ze země vycházejícího slunce rádi. **Filozofie.** Tomáše ta východní baví STRANA 2



Matějská pouť se rozběhla, nabízí sto atrakcí, zatím moc neprálo počasí

Během posledního únorového víkendu byl v areálu holešovického výstaviště v Praze zahájen další ročník tradiční matějské poutě. Lidé se mohou pobavit u zhruba stovky atrakcí, cena za nejdražší je asi 200 korun. Pouť potrvá do 10. dubna. Víkendové počasí zatím návštěvě příliš nenahrávalo. Dnes je zařeno. Od úterý do pátku mohou zájemci dorazit od 13 do 21 hodin, o víkendu je otevřeno od 10 do 22 hodin. V Národní knihovně jsou první informace o pouti již z roku 1595. Podle provozovatelů se letos slaví 60. výročí v Holešovcích.

MET

Českého mistra světa v sushi baví japonská filozofie jídla

Minulý měsíc se stal jako úplně první Čech mistrem světa v přípravě sushi. Richard Tomáš získal na soutěži World Sushi Cup Japan zlatou medaili a porazil tak kuchaře z jedenácti zemí. Tomáš vaří v pražské restauraci Yamato, která se specializuje na japonskou kuchyni. „Toto prvenství mi přináší určité uznání, a to nejen mezi Japonci a japonskými mistry, ale obecně ve světě sushi,“ říká pro deník Metro.

Věřil jste si, že letošní ročník japonské soutěže vyhraje?

Po mém minulém úspěchu na této soutěži, což bylo třetí místo v roce 2019, jsem samozřejmě určité naděje měl. Každý ročník je ale trochu jiný, soutěž je rok od roku náročnější, jsou vždy trochu upravená pravidla a talentovaných kuchařů přibývá. Ačkoliv jsem se důkladně připravoval, tak jsem nevěděl, v jaké kondici a s jakými dovednostmi a nápady přijedou ostatní. Ale samozřejmě jsem si to přál.

Co pro vás vítězství znamená a co vám přinese?

Být mistrem světa je obrovský úspěch a člověka to neskutečně naplní. Otevírají se



Zajíc, symbol roku 2023

vám nové pracovní možnosti, příležitost stát se něčím mentorem a pomáhat dalším kuchařům v jejich růstu. Také máte snazší přístup k dodavatelům surovin, což je, ač se to možná nezdá, velmi důležité, jelikož u nás jsou zdroje oproti zbytku světa dosti omezené.

Vzpomenete si, kdy jste poprvé ochutnal sushi?

Bylo to v roce 2006, kdy jsem měl možnost pomáhat při přípravě sushi na školní akci. Tenkrát jsem se se spolužákem přihlásil jako dobrovolník, jelikož mě lákalo vyzkoušet si něco, k čemu jsme neměli běžně přístup, a o sushi se toho tenkrát obecně moc nevědělo. Tam jsem si ho zkusil poprvé připravit a zároveň ochutnat.

Čím jste chtěl být jako dítě? Bavilo vás vaření?

Od malička jsem velmi rád jedl a pletl se v kuchyni, hlavně u babičky, která mě vlastně přivedla k základům vaření. V dětství jsem měl takové podobné sny jako většina malých kluků. Ale jinak jsem se vždy chtěl věnovat vaření, dokonce i na maškarní jsem šel převlečený za kuchaře.

Jaká byla vaše cesta do restaurace Yamato?

Ve světě sushi se pohybuji už 16 let. Prvních osm let jsem pracoval v různých pražských restauracích a zároveň cestoval po světě a zdokonaloval se ve vaření. V roce 2015, když jsem zrovna pracoval v Norsku, jsem dostal kontakt od své kamarádky na Marka Horu, šéfkuchaře naší restau-

race, měli jsme spolu video pohovor a já jsem se vrátil zpět do Česka. Nyní už jsem v Yamatu osmým rokem.

Co vás na japonské kuchyni baví?

Je to určitě pestrost a rozmanitost chutí, balanc, vyváženost, smysl pro detail nebo široká škála surovin, které u nás nejsou běžně k dostání. Baví mě ale i japonská kultura a historie, přístup Japonců k surovinám nebo filozofie jejich jídla.

Jaký mají Češi vztah k japonským pokrmům?

Rekl bych, že velice kladný. A zájem o sushi i japonskou gastronomii obecně stále stoupá. Nejen díky větším možnostem cestovat, ale také díky dostupnosti informací, například na sociálních sítích.

S jakými největšími mýty o sushi se setkáváte?

Sushi je často vnímáno jako studený pokrm, což není tak úplně pravda, protože by se mělo konzumovat ideálně ihned po jeho výrobě. Teplota rýže, která má být stejná jako teplota lidského těla, je pro chuť zásadní. Pokud je rýže studená, tak se mění její chuť a tedy i chuť samotného sushi. Další mýtus, se kterým se často setkávám, je, že by se nemělo jíst sushi rukama, ale pouze hůlkami. Pravdou ale je, že v japonské kultuře je konzumace rukama považována za projev úcty ke kuchaři. A ještě s jedním častým tvrzením si dovoluji nesouhlasit, a to, že se po sushi hubne. Je to obecně po-



Kuchař a jeho kreativní mísa sushi

2x ARCHIV RICHARDA TOMÁŠE

měrně kalorické jídlo, a to hlavně kvůli rýži a jejímu ochucení, i kvůli množství tučných ryb a mas, které člověk zkonsumuje.

Když se řekne sushi, spousta Čechů si představí rolku s rýží a rybou, zabalenou v řase, druhů je však mnohem více. Jak se v nich lépe orientovat?

V Japonsku je nejpobulárnější nigiri, což je zjednodušeně řečeno váleček rýže s plátkem ryby. Dále je to hosomaki, což je tenká rolka plněná rýží a rybou nebo zeleninou. Tradiční jsou japon-

ské futomaki, které jsou velké a plněné více surovinami. Další uramaki, známější jako kalifornské rolky, jsou obrácené, tedy mají rýži navrchu a řasa je schovaná uvnitř. V Japonsku existují ještě další tradiční styly sushi, které u nás nejsou tak populární, například temaki – kornoutek z řasy naplněný rýží a rybou nebo zeleninou nebo temari sushi, což jsou kuličky z rýže a dalších surovin. A mnoho jiného...



VERONIKA REICHELTOVÁ
veronika.reicheltova@metro.cz

INZERCE



H₂ WORLD
HEALTH & BEAUTY



PATENTOVANÉ
TECHNOLOGIE

Urychlete svou regeneraci.

Sleva 15 % s tímto kupónem

H2síla15

Slevový kupón můžete uplatnit v našem e-shopu na produkty H2 Forte a Vodíkové láhve.

Alco Halento



Zjistěte více
informací...

www.H2World.cz

Povinné ručení znovu zdražilo

Levněji už nebude. Hlavně pro nejtypičtější auto v České republice.

Ceny pojištění odpovědnosti z provozu vozidla, takzvané povinné ručení, v letošním únoru pokračovaly v dalším růstu.

Průměrná cena povinného ručení dosáhla 6744 korun, za tuto částku bylo možné podle Broker Consulting POVIndexu sjednat povinné ručení pro vůz Škoda Octavia 1,6 TDI, 85 kW, což je typický automobil v českých domácnostech. Od ledna povinné ručení zdražilo o 49 korun, proti loňskému únoru o 278 korun. V příštích měsících se očekává další růst cen.

Ceny povinného ručení rostou šestý měsíc v řadě. Podle odborníků je to zejména důsledek zdražování energií, materiálu a práce. Vzhledem k hospodářskému vývoji se očekává, že zdražování bude pokračovat.

„Během roku lze očekávat nárůst až šest procent. Celkové ochlazení ekonomiky, zdražování energií, materiálů a lidské práce v tuzemsku nadále přetrvává a s tím souvisí mimo jiné i nárůst ceny u náhradních dílů vozidel. Ten se poté promítá v cenách pojištění u jednotlivých pojišťoven,“ popisuje analytik nezávislého pojištění společnosti Broker Consulting Jiří Váchal.

Přes nárůst hodnot v posledních měsících stále platí, že dlouhodobě měřené hodnoty POVIndexu byly nejvyšší v době počátků měření v roce 2019. V září 2019 byla

průměrná cena povinného ručení 7716 korun. Hodnoty POVIndexu jsou dlouhodobě vyšší v Praze než ve zbytku republiky. Únorová hodnota indexu pro hlavní město je 7395 korun. V menších městech je povinné ručení zhruba o tisíc korun lacinější. Jako příklad lze jmenovat například středočeský Benešov, kde únorová hodnota POVIndexu činí 6093 korun.

Povinné ručení v ČR poskytuje 12 pojišťoven. Většina z nich sazby stanovuje podle věku a místa bydliště řidiče, stáří vozidla, objemu a výkonu motoru, počtu ujetých kilometrů a dalších kritérií. Pořízení povinného ručení je ze zákona povinné pro všechny majitele vozidel. Musí je mít každý dopravní prostředek, kterému byla přidělena registrační značka nebo technický průkaz. **ČTK**

Krátce

Pozor na laviny

Lavinové nebezpečí v Krkonoších po silném sněžení stoupl ze druhého na třetí stupeň z pětibodové škály. Při třetím stupni je lavinové nebezpečí znač-

né a túry terémem vyžadují velkou opatrnost. Situace na horách při třetím stupni je označována za velmi zrádnou. Na hřebenech hor napadlo o víkend téměř 30 centimetrů sněhu. **ČTK**

Číslo dne

2,895

Tolik bilionů korun je český státní dluh. Do této výše se dostal na konci roku 2022. Bylo to asi o 400 milionů korun víc než v roce 2021. **ČTK**



Češi protestovali proti válce na Ukrajině

Nejen Praha, ale i další města a místa v České republice si připomněla, že v pátek uběhl rok od ruské agrese proti Ukrajině. V Praze si tisíce lidí připomněly první výročí ruského vpádu na Ukrajinu v sobotu v podvečer. Průvodem šli z Letné k ukrajinské ambasádě, kde se na závěr konal koncert. Mezi řečníky vystoupil i zvolený prezident Petr Pavel, v projevu přirovnal ruského prezidenta Vladimira Putina k nacistickému vůdci Adolfu Hitlerovi. Smutné výročí si připomněly také severočeské Litoměřice i nedaleká Roudnice nad Labem. Také v Brně se sešli lidé k pietnímu shromáždění na Dominikánském náměstí (viz foto). V řadě měst byla setkání doprovázena videomappingem. **PH**



Moje první volba



**NABÍDKA
PLATÍ OD 27. 2.
DO 28. 2. 2023**

*** Rajčata Cherry keřík**
dovoz Itálie
I. jakost
500 g balení
(=1 kg 109,80)



-38%

89,90

54,90



OLMA
Mléko čerstvé
tuk 1,5 %
1 l PET láhev

CHLAZENÉ
POTRAVINY

-32%

33,90

22,90



VESEKO
Hotové
jídlo
různé druhy
400 g
(=100 g 9,98)

VŽDY LEVNĚ

pouze

39,90

Kaufland
Card



**BOŽKOV
REPUBLICA**

Lihovina

38%

Max. 5 kusů na osobu/den
0,7 l láhev
(* = 1 l Kč 399,86/A: 428,43)

VŽDY LEVNĚ

Card **pouze**
279,90

pouze
299,90

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

Panely na střeše ušetří pro firmy třeba i třetinu energie

Firmy začínají být „rozmazlené“. Není to zvyklost. Technický vývoj a energetická drahota je nutí hledat moderní a úsporná sídla.

Představa, že založíte firmu, a pokud významně nerozšíříte činnost, doklepete to ve stejné kanceláři až do důchodu, je mylná. Haly, sklady, kancelářské a výrobní komplexy budou vyrůstat stále. Zastarávající infrastruktura nutí podnikatele hledat modernější stavby a prostory.

Typickým jevem doby je budování elektrosítí například pro dobíjení aut na elektřinu. Nemusí to každému vonět, ale pokud zákazníkovi

nabídnete parkovací místa i s nabíječkami, vytváříte si nezanedbatelné plusové body. Důraz se klade čím dál tím víc na energetický provoz nemovitosti, který značně ovlivňuje ziskovost a přežití v náročném období.

Investice jdou většinou na úspory energií

Hled po technologiích omezujících spotřebu energií, potvrzují i nedávný průzkum mezi členy Svazu průmyslu a dopravy. Nejčastějším řešením boje s vyššími náklady za energie jsou právě investice do úspor energie, a to až téměř sedmdesát procent.

Z těch pak firmy z šedesáti procent hodlají instalovat vlastní fotovoltaické elektrárny, měnit osvětlení za úspornější, modernizovat otopnou soustavu a instalovat tepelná čerpadla. Pokud je nájem modernější a úspornější nemovitosti příliš nákladný, podni-

katelé hledají právě cesty k úsporám a energetické soběstačnosti. Například turnovská tiskárna Unipress v současnosti instaluje na tovarní halu přes 650 solárních panelů.

„Návratnost celé investice předpokládáme do pár let v závislosti na ekonomické situaci. Při roční spotřebě 818 megawatthodin nám solární panely ušetříme asi třicet procent celkové spotřeby,“ říká David Svoboda, ředitel tiskárny Unipress Turnov.

Hledáme pluskové a taky prémiové áčko

Nejen mezi developery, ale i mezi nájemci komerčních nemovitostí se proto prosazuje pojmenování „prémiové průmyslové prostory“. V nejlepší kategorii A+ se pohybuje ty, které splňují kategorii BREEAM. „To je standard postupů v oblasti navrhování budov s důrazem na trvalou

Téměř tisícovka

900

Tolik metrů čtverečních průmyslových ploch připadá v Česku na jednoho člověka.

1,2

V loňském roce bylo ve výstavbě více než 1,2 milionu metrů čtverečních průmyslových ploch.

Hladové firmy

Myslete, že podnikatelských nemovitostí je v Česku moc?

- Poptávka po volných objektech je vyšší než nabídka.
- Prázdná nejsou ani dvě procenta podnikatelských objektů a komerčních ploch.
- Čekací doba na pronájem většího podnikatelského objektu není v Česku momentálně kratší než šest měsíců.

udržitelnost, který se stal praktickým měřítkem k popisu vlivu budovy na životní prostředí,“ upřesňuje Matěj Indra, vedoucí oddělení průmyslových a logistických nemovitostí 108 Agency.

V souvislosti s uvedeným trendem se proměňuje i průmysl, který produkuje infra-

strukturu a vybavení pro moderní podnikatelské nemovitosti. „Jen v poslední době se staví celá řada závodů, které souvisí s proměnou energetiky a dopravy,“ komentuje proměny průmyslové výroby i výstavby Petr Narwa, šéf Transaction & Consulting Services. **PAVEL HRABICA**

INZERCE

Špičková kvalita za skvělou cenu!

Navštivte náš showroom v Praze!

Nepál Originál Exclusive
200 x 140 cm
Vyrobeno z vysokohorské himálajské vlny

CENA PO SLEVĚ
9 900,-
PŮVODNÍ CENA: 16 093,-

Kazák Exclusive Pákistán
247 x 82 cm
Velmi oblíbený koberec s kavkazskými geometrickými vzory. Dlouhá životnost

CENA PO SLEVĚ
29 900,-
PŮVODNÍ CENA: 41 500,-

Mír Premium Indie
180 x 125 cm
Vysoce kvalitní koberec z novozélandské vlny. Nekonečný vzor

CENA PO SLEVĚ
11 900,-
PŮVODNÍ CENA: 17 061,-

Hamedan Super Írán
198 x 133 cm
Nomádky koberec vyráběný tradičními kočovnými kmeny

CENA PO SLEVĚ
9 900,-
PŮVODNÍ CENA: 32 912,-

Ardekan Premium Írán
294 x 194 cm
Velmi oblíbený tradiční koberec. Vysoce kvalitní. Životnost 70-100 let

CENA PO SLEVĚ
29 900,-
PŮVODNÍ CENA: 36 300,-

Buchara Exclusive Pákistán
cca. 160 x 90 cm
Původně turkmenský vzor. Vysoce kvalitní vlna s hedvábným leskem

CENA PO SLEVĚ
7 500,-
PŮVODNÍ CENA: 11 800,-

Isfahán Figural Írán
140 x 80 cm
Velmi kvalitní vzácný koberec z výběrové vlny

CENA PO SLEVĚ
59 900,-
PŮVODNÍ CENA: 115 700,-

Bakhtiar Exclusive Indie
202 x 142 cm
Velmi oblíbený kazetový vzor. Kombinace vlny a hedvábí

CENA PO SLEVĚ
39 900,-
PŮVODNÍ CENA: 65 824,-

100% ruční práce
100% přírodní materiály

Objednejte si svůj oblíbený koberec telefonicky, e-mailem nebo na našich webových stránkách a my vám ho doručíme zdarma!

DOPRAVA ZDARMA

www.carpeteria.cz

Nabídka platí od 27. do 29.3.2023 nebo do vyprodání zásob. Chyby v tisku vyhrazeny.

info@carpeteria.cz
www.carpeteria.cz
+420 244 400 909

Nádražní 39/76 150 00 Praha - Smíchov
Zastávka tramvaje a autobusu "Na Knížecí"
500m od metra "Anděl"

Po - So: 10:00 - 19:00 h.
Ne: 11:00 - 17:00 h.

Petice s deseti tisíci podpisy: Vyzvedněte těla odbojářů

Praha 8 chce, aby pozůstatky bojovníků proti totalitním režimům

nebyla ve společném hrobu na Dáblíckém hřbitově.

Petice k žádosti o nalezení a vyzdvižení těl národních hrdinů a odbojářů proti totalitním režimům z neoznačených masových hrobů Dáblíckého hřbitova v Praze 8 stále běží na vazmesihrdinu.cz. Pod peticí je aktuálně téměř deset tisíc podpisů.

„Naše petice vznikla z obavy o osudy ostatků stovek našich hrdinů, jejichž těla byla během období německé okupace a komunismu naházena do hromadných hrobů Dáblíckého hřbitova. Najdeme zde doktora Lyčku, štábního kapi-



Dáblícký hřbitov PRAHA 8

tána Morávka, tetu' Moravcovou, Zelenku Hajsského, Zdenku Mašínovou či Závěše Kalandru a další. Navíc zde leží pomíchání se zrádci Čurdou, Gerikem, Emanuelem Moravcem a vrahy K. H. Frankem či Daluegem. V místě jsou také s největší pravděpodobností pohozena těla sedmi statečných z kostela sv. Cyrila a Me-

Otisk také v kultuře

Petra Klabouchová, jejíž román U severní zdi je inspirován osudy politických vězeňkyň z 50. let minulého století, nechtěla psát jen o zločinech komunismu. Příběh v knize, jejíž vydání bude 23. března součástí Velkého knižního čtvrtku, postavila na reálných faktech příběhů vězeňkyň a jejich dětí, které buď skončily v systému, nebo mrtvé v hromadném hrobu obětí komunistického režimu v rohu Dáblíckého hřbitova.

• Hlavní postavou knihy je člověk, který si nese jizvy ve srdci a na duši z minulosti a nikdy nedokázal odpustit zločin, který ho připravil o rodinu. Některé oběti komunistického a nacistického režimu se podle autorky nedočkaly satisfakce ani po roce 1989.

• „Podařilo se mi mluvit s mužem, který má na Dáblíckém hřbitově pravděpodobně po-

hřbeného bratra, který zemřel při neasistovaném porodu ve věznici na Pankráci, a on byl velmi zklamaný. Představoval si, že přijde nějaká spravedlnost a tresty, toho se však nedočkal. Některé ženy zase i po sametové revoluci žily ve stále nuzných podmínkách, třeba i proto, že léta strávená ve vězení se jim nezapočítala do důchodu, takže ta hořkost v nich zůstala,“ doplnila Petra Klabouchová. ČTK

toděje,“ vysvětluje Michal Švarc, spoluiniciátor petice a zastupitel městské části Prahy 8, na jejímž území Dáblícký hřbitov leží.

„Tento hřbitov totiž sloužil během naší pohnuté historie jako místo k bezcitnému odkládání pozůstatků nepřátel a obětí obou totalitních režimů, které ovládly naši

vlast. Chceme pro ně dosáhnout důstojného pohřbení. Dlužíme jim to. I proto jsem rád, že se naše snaha setkala s pochopením u pana premiéra Fialy, který spolu s námi považuje za velkou historickou křivdu, že dodnes nemají tito hrdinové důstojné hroby,“ dodává starosta Prahy 8 Ondřej Gros.

Premiér Petr Fiala se nedávno setkal se členy petičního výboru – Jaroslavem Čvančarou, Pavlem Černým a Ondřejem Věchým. Na své sociální síti poté napsal příslib, že v rámci Úřadu vlády vznikne skupina složená z odborníků, historiků a zástupců veřejných institucí, jejímž úkolem bude tuto křivdu napravit. MET

INZERCE



PRO KAŽDÉHO,
KDO RÁD 5G

PRO TELEFONY
SE CHODÍ K NÁM

Redmi 10 5G
128 GB

499,-

TARIF NEOMEZENĚ 3XL S VÝHODOU



V eShopu
výhodněji!



Platí do konce února při uzavření nebo prodloužení Účastnické smlouvy na tarif Neomezeně 3XL s výhodou na dva roky a jejím dodržení. Nabídka platí do vyprodání zásob. Více na www.t-mobile.cz/telefony

Rok od krachu Sberbank: Lidé nepřišli o úspory jen díky pojištění vkladů

Před rokem došlo v podstatě ze dne na den k pádu Sberbank CZ. Po ruském vpádu na Ukrajinu si z ní začali lidé, firmy a samosprávy hromadně vybírat peníze, což banka neustála.

Sberbank své pobočky veřejnosti uzavřela v pátek 25. února loňského roku. Hned v pondělí vydala Česká národní banka oznámení, že Sberbank už nedokáže dostát svým závazkům – tedy že zkrachovala.

Co se však stalo s úsporami, které měli lidé v bance uloženy? Díky funkčnímu systému zákonného pojištění vkladů a rychlé reakci Garančního systému finančního trhu lidé o své peníze v bance

nepřišli. Garanční systém se totiž stará o to, aby v případě krachu banky, družstevní záložny nebo stavební spořitelny dostali lidé zpět své vklady – a to až do výše ekvivalentně 100 000 euro, což je aktuálně asi 2,36 milionu korun.

Peníze doma za sedm pracovních dní

Výplaty náhrad vkladů z padlé Sberbank začal Garanční systém finančního trhu lidé o své peníze v bance

120 tisícům klientů banky 9. března loňského roku, tedy již 7 pracovních dnů po pádu banky. „Nejvíce klientů přišlo pro náhradu vkladů v prvních dnech po jejím zahájení. Hned ve středu 9. března to bylo 13 348 klientů, následující den 7 971, v pátek 11. března pak 6 301 klientů. Během března si pro náhradu vkladů přišly na pobočky Komerční banky, skrze které jsme výplatu realizovali, zhruba dvě třetiny klientů padlé banky,“ vypočítává Renáta Kadlecová, výkonná ředitelka Garančního systému finančního trhu.

Přestože šlo o doposud nejvyšší výplatu vkladů z padlé banky v historii českého systému pojištění vkladů,

proběhlo vše bez větších problémů. „Vše velmi ulehčuje

POJIŠTĚNÍ VKLADŮ

- Vzniká automaticky a bezplatně založením finančního produktu
- Jistí vklady až do výše 100 000 euro
- V případě pádu finanční instituce získají lidé náhradu už za 7 pracovních dní

Více informací na www.garancnisystem.cz

to, že je způsob výplaty náhrad velmi jednoduchý a pro klienty

banky nenáročný. Stačí, když se s dokladem totožnosti dostaví na pobočku vyplácející Komerční banky. Tam jim po ztotožnění pracovník přepážky vklady ze zkrachovalé Sberbank buďto vyplatí v hotovosti, nebo převede na nový účet. Takže lidé nemusí o nic žádat ani dokládat žádné dokumenty,“ uvádí Renáta Kadlecová.

Dnes, rok od začátku výplat náhrad vkladů, vyplatil Garanční systém přes 25 miliard korun vkladatelům z řad běžných občanů, firem a samospráv. „Pro náhradu vkladů si zatím nepřišlo zhruba 34 tisíc klientů banky. Ti mají čas až do roku 2025. Rada z nich ale nejspíš ani nedorazí – spousta klientů banky měla na účtech zůstatky v řádu haléřů nebo jednotek korun. A těm se nevyplatí si pro náhradu vkladů do banky zajít,“ popisuje Renáta Kadlecová.

Pojištění vkladů – automatické a bezplatné

Jistota, že o úspory lidé neprijdou, se netýkala jen klientů padlé Sberbank. Platí pro všechny, kteří mají své peníze uloženy v bankách, družstevních záložnách nebo stavebních spořitelnách. Pojištění vkladů totiž vzniká automaticky – při založení běžného, spořicího nebo termínovaného účtu, stavebního spoření a dalších vkladových produktů. A týká se i starších produktů – například vkladních knížek.

Pokud dojde k pádu finanční instituce, Garanční systém finančního trhu zašle jejím klientům doporučený dopis, kde je informuje o výši jejich vkladů a výši náhrady, na kterou mají nárok. Z dopisu se klient dočte i to, kdy a kde si může pro výplatu náhrady vkladů dojet.

Výplata náhrad začíná 7 pracovních dnů od oznámení ČNB o pádu finanční instituce. Trvá pak tři roky – lidé tak nemusí nikam spěchat. Na pobočce vyplácející banky obdrží 100 % pojištěných vkladů až do výše ekvivalentu 100 000 euro. Buďto je můžou získat v hotovosti, anebo jim je pracovník přepážky převede na nový účet.

„Pojištění vkladů znamená jistotu, že lidé o peníze v případě pádu finanční instituce neprijdou. Není tak nutné mít celoživotní úspory schované doma ve skříni nebo pod matrací a obávat se zlodějí,“ uzavírá Renáta Kadlecová.

Tajenkou je název jednoho z pojištěných finančních produktů

	ČÁST KABÁTU	ANGL. OSVOJIT SI	REPTÁNÍ		INICIÁLY PŘIDALA	SNAD	ŽIDOVSKÝ DUCHOVNÍ	OSOBNÍ ZÁJMENO	ANGL. VELKÝ	ČÁSTICE	TOPINKA
OBYVATEL KÁRIE				ANGL. PROVAZOLEZEC							
JUGOSLÁVSKÉ SÍDLO				DRUH KLAVÍRU PŘEDLOŽKA							
NÁŠ SOCHAŘ				ROZHL. SPOL. BAŠUTSKA A BRITSKÉHO HONDURASU ZN. RUSKÝCH LETADEL				SPZ SANKT GOAR (NĚMECKO)			
Tajenka 1								TANEC	AFRICKÉ JEZERO	ČLEN SENÁTU	
BIČ BOŽÍ							ŠUSTĚNÍ HODNĚ				
	NADŠENÍ	MNOHÉ	PLANETKA	NEDŮVĚRIVÝ APOŠTOL (PODLE BIBLE)		PLANETKA ZABARVENÍ HLASU					ZN. POČÍTAČOVÝCH HER
Tajenka 2					ČÁST HLAVY (MN. Č.)						
ITAL. ŘEKA					STÁT SPRÁVOVANÝ EMIREM						
NÁHLE					MOJE INDONÉS. OSTROV			BASKICKÁ TERORIST. SEPARATISTICKÁ ORGANIZACE			
(UMĚLECKÝ) SOUBOR								PRIMITIVNÍ PĚLAVIDLO			
NÁZEV HLÁSKY T			PŘÍTMÍ					PLANETKA			

Zajímá vás něco o zákonném pojištění vkladů? Kontaktujte nás!

Garanční systém finančního trhu, Týn 639/1, Praha 1 | E-mail: info@gsft.cz | www.garancnisystem.cz | Fb: facebook.com/gsfz | Twitter: twitter.com/gsfz

S důchody neustoupíme, řekl Stanjura

Jednání o vládním návrhu budou zřejmě dlouhá, exministryně Schillerová si do Sněmovny vzala spacák.

chodů poznamenala, že je k problému potřeba přistoupit systémově. „Dramaticky se nám navýšil poměr průměrného důchodu k průměrné mzdě. Neříkám, že si to důchodci nezaslouží. Jen

říkám, že na to nyní stát nemá peníze,“ komentovala Zamrazilová s tím, že je potřeba upravit valorizační vzorec: „Je potřeba systémová změna.“ Podle Zamrazilové důchodci nebyli zasaženi

inflační vlnou, protože dostali plně kompenzace.

„V dubnu 2021 jsem před inflací varovala. Neříkala jsem to nahlas, protože mi to nepříslušelo. Na vládě jsem o tom ale mluvila velice na-

hlas,“ doplnila dále viceguvernérka centrální banky, která současně odmítla, že by kroky centrální banky v měnové politice vedly k vyšší inflaci a vyšším inflačním očekáváním. **ČTK**

INZERCE

Ministr financí Zbyněk Stanjura v pořadu Otázky Václava Moravce obhajoval chystanou novelu, kterou dojde ke snížení mimořádné valorizace. Ministr také zdůraznil, že vláda návrh nestáhne. Opozice varuje před peklem. „Není na místě vykopávat příkopy mezi mladou a starou generací,“ komentovala exministryně financí Alena Schillerová. Ke spornému vládnímu návrhu na snížení červnové valorizace důchodů se Sněmovna sejde zítra. Exministryně financí Alena Schillerová již na sociální síti zveřejnila video, ve kterém si do Sněmovny nese spacák.

Rychlejší schvalování

Vláda chce novelu schválit ve stavu legislativní nouze, který vyhlásila šéfka dolní komory Markéta Pekarová Adamová z TOP 09 na žádost vlády a jenž má umožnit rychlejší schvalování. Opozice již varovala, že vládu čeká peklo. „Nemáme čas, když to stáhneme, tak prohloubíme schodek,“ řekl Stanjura, který současně odmítl, že by s novelou vláda čekala na nového prezidenta. „Jsme připraveni s opozicí jednat. Návrh nestáhneme,“ zdůraznil ministr financí. Ten současně uvedl, že nepředpokládá, že by žádal o zvýšení letošního rozpočtu. Podle něj se do něj vejde i případná valorizace důchodů, pokud neprojde návrh na její snížení.

„Je to výsledek toho, že vláda s námi dlouhodobě nemluví. To nejsou změny na dva a půl roku, které možná zbývají této vládě. Jsou to změny, které jsou na delší dobu. Po volbách tady může být jiná vláda, kterou možná budeme sestavovat my,“ reagovala v diskusi Schillerová. Ta také podotkla, že nechce být zlá.

Na její slova reagoval i Stanjura. „My s vámi můžeme mluvit až se domluvíme uvnitř koalice. Debatujeme materiál, se kterým přijdeme za opozicí, ale nejdříve o něm musíme debatovat mezi sebou,“ řekl šéf státní kasy.

Systémová změna

Viceguvernérka centrální banky Eva Zamrazilová v diskusi ohledně valorizace dů-

OD PONDĚLÍ
27. ÚNORA

DRTÍME CENY!
NA MINIMUM!



75% OBSAH MASA

PIKOK
DUŠENÁ ŠUNKA
STANDARD
100 g e

75% masa

DELKÁTIVÉ CHŮTĚ

SUPER CENA!

100 g

13.90

cena platí pro max. 10 ks/nákup

EIDAM
bloček, 30 % t. v s.



SUPER CENA!

100 g

11.90

cena platí pro max. 10 ks/nákup

VEPŘOVÁ ŠUNKA STANDARD
krájená



SUPER CENA!

30 g

3.90

cena platí pro max. 10 ks/nákup

TWIGGY MÜSLI TYČINKA
různé druhy, 100 g = 13 Kč



SUPER CENA!

50 g

2.20

KAISERKA SVĚTLÁ S MAKOVÝM POSYPEM
český modrý mák, pšeničné pečivo, 100 g = 4,40 Kč



Nabídka zboží platí od 27. 2. do 5. 3. 2023 nebo do vyprodání zásob. Chyby v tisku vyhrazeny. Ceny jsou bez dekorace. Lidl si vyhrazuje právo změn v balení a variantě nabízeného zboží. Odběr možný jen v obvyklém množství.

E-shopů je víc navzdory době

Nákupní chování zákazníků se po pandemii znovu proměňuje.

Propad, vystřízlivění. Taková slova se objevovala na začátku letošního roku při bilančování odvětví e-commerce za ten loňský. Vždyť obrat e-shopů skončil dvanáct procent pod úrovní roku 2021. A co dále vyplývá ze shrnutí vývoje české e-commerce, který přinesl nákupní rádce Heureka.cz a Asociace pro elektronickou komerci? Nejsilnější segment, tedy elektronika, na celkovém obratu mezitím opět mírně klesl a snížil se i celkový počet e-shopů.

Stále jsou ale segmenty, kde se dařilo i loni. Ať už jde o hobby, dům a zahradu, nebo udržitelné zboží. Podle nedávného průzkumu Fashion (Re)search společnosti Glami vykázalo v oblasti módy 47 % e-shopů růst tržeb.

A jak se zdá z prvních týdnů letošního roku, tak zle to zase nevypadá, byť na pozoru se on-line prodejci mít musí.

Plníme si sny

Nový rok v e-commerce se zatím nese ve znamení masivního přívalu nových e-shopů. Od ledna přibýlo o třicet procent více internetových obchodů než za stejné období loni. Nejoblíbenější kategorie jsou už tradičně oblečení, doplňky, potraviny a vybavení domácnosti.

Novinku hlásí například platforma Dáme jídlo, která doposud zajišťovala rozvoz jídla a potravin. Od února spustila novou službu Dáme rozvoz. Ta zajistí doručení zásilky do pár desítek minut.

I přesto, že oblast nakupování a objednávání na internetu čeká spíš stagnace, Češi

mají chuť prorazit s novými nápady, jak vyplývá z analýzy společnosti Upgates, dodavatele e-shopových řešení.

„Lidé mají na počátku roku větší motivaci plnit si podnikatelské sny a založení e-shopu je nejsnazším krokem na jejich cestě za úspěchem, nebo přinejmenším alespoň za přivýdělkem z zaměstnání či rodičovské dovolené. Ostatně i takové menší bokovky časem mohou přerůst ve zdárné projekty,“ uvádí Martin Pech, obchodní ředitel Upgates. První rok provozu obvykle přežije devět z deseti e-sho-

pů. „V on-line podnikání lidé vidí spolehlivý zdroj vedlejších příjmů a díky velmi nízkým měsíčním nákladům v řádu stokorun je poměrně snadné elektronický obchod provozovat,“ vysvětluje Pech.

Do hry vstupuje také nová generace. V Česku je nejvíce mladých podnikatelů do 25 let za posledních pět let. Počet byznysmenů ve věku 18 až 20 let se oproti roku 2017 zvýšil o 46 procent. Svůj podíl na tom mají i vzdělávací programy určené středním školákům. „Poptávka škol po vzdělávacích programech

v podnikavosti se za posledních deset let zdvojnásobila. Jen letošní školní rok vzniklo na středních školách v Česku rekordních 270 studentských firem. Přitom studenti, kteří programy projdou, mají dvakrát vyšší šanci, že vlastní byznys po škole skutečně založí,“ uvedl Martin Smrž, ředitel nevládní organizace Junior Achievement, která se věnuje vzdělávání v podnikavosti na českých školách.

Impulzivní nákupy ubývají

Ze sondy, kterou mezi klienty realizoval fintech

Skip Pay, vyplynulo, že mezi českými zákazníky zásadním způsobem klesá hned několik důležitých parametrů. Od nového roku se o více než polovinu snížila cenová impulzivita – tedy zájem o impulzivní nákup zboží jen na základě atraktivní ceny. Snížila se i chuť utrácet, a to o 35 procent.

Zhruba jedenapůlkrát stoupla míra rozvažování – oddálení nákupu, opakované ověřování ceny a parametru zboží, než dojde k samotné transakci. Jinými slovy – stačí silný negativní ekonomický impulz a trh se může začít propadat.

Právě větší opatrnost zákazníků je nový element, se kterým by se měli obchodníci naučit rychle pracovat. Dotkne se hlavně provozovatelů e-shopů. V minulosti totiž podobný trend vedl k výraznému přelivu zákazníků zpět do kamenných obchodů. To může letos očekávat především segment módy nebo sportovního vybavení, které mají zákazníci větší potřebu „osahat“. A pokud je cena dobrá, rovnou ho koupí. Zdaleka nejlepší situaci tak podle Richarda Kotrlíka, výkonného ředitele Skip Pay, budou mít prodejci, kteří disponují kombinací prodeje a e-shopů.

„Opět se vrací doba, kdy se kamenné prodejny v řadě případů stávají showroomy. Zákazníci si zde vyzkouší zboží, které později klidně koupí na e-shopu. Ve výhodě jsou tak běžní obchodníci, kteří si v době lockdownů vybudovali e-shopovou infrastrukturu,“ uvádí Kotrlík. „Ti ostatní pak musí hledat cesty, jak zákazníka na prodejní ploše neztratit.“

INZERCE

99 Co je lepší než výhodný nákup? 66

Díky lahodnému kakaovému krému si na sušenkách pochutnají děti i dospělí. Ideální svačinka do školy, nebo jako drobný pamlsk ke kávě.

BIO
VEGAN

dmBio
špaldové sušenky
330 g

59⁹⁰ Kč
18,15 Kč za 100 g

V DLOUHODOBÁ CENA
od 01.04.2020 59,90 Kč

VŽDY VÝHODNĚ

dm

ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

Moje dm-app
dm.cz

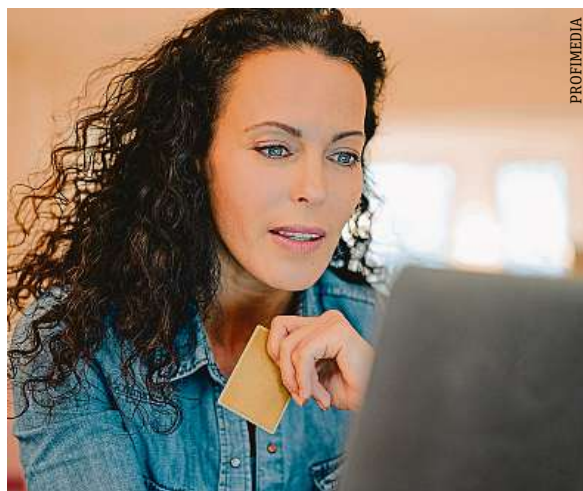
Co zdrazuje zboží?

48

Energetická krize a inflace vyvolané ruskou invazí na Ukrajinu zatopily i e-commerce segmentu. On-line obchody s módou se ve 48 procentech podle výzkumu společnosti Glami potýkaly se zvýšenými náklady na reklamu, 56 procent e-shopů hlásilo zvýšené ceny materiálu a nájemného. Dalších 35 procent dotázaných obchodníků zmiňovalo nižší marže kvůli nutnosti nabízet větší slevy, třetinu e-shopů trápila větší konkurence. PUR

Kartou

Počet platebních transakcí u obchodníků dosáhl loni podle Sdružení pro bankovní karty 2,302 miliardy, zatímco v roce 2021 to bylo 1,851 miliardy. Objem platebních transakcí u obchodníků stoupl na 1,548 bilionu korun ve srovnání s předloňskými 1,235 bilionu Kč. Počet platebních transakcí v e-shopech stoupl o 56 milionů na 357 milionů, jejich objem o 80 miliard na 389 miliard korun. Počet e-shopů akceptujících karty vzrostl o 2300 na 19 800. ČTK



PROFIMEDIA

Zákaznické benefity

Co rozhoduje o nákupu v případě, kdy zákazníci vybírali mezi e-shopy se srovnatelným hodnocením i cenou?

- Z průzkumu fintechu Skip Pay jsou na prvních místech cena za dopravu (75 procent dotázaných) a rychlost doručení (68 procent).
- Do nejlepších pěti benefitů se pak zařadila ještě garance okamžité výměny, platba až po převzetí a rozbalení nebo delší čas na vrácení. Následují možnosti platebních metod včetně odložení.

Z bondovek zmizel rasismus

Nová verze knih bude dostupná od dubna.

Poté, co v literárním světě vyvolalo kritiku přepsání knih britského spisovatele Roalda Dahla do jazyka bez výrazů, které mohou být některými považovány za urážlivé, se podobné úpravy dočkaly i romány Iana Fleminga o Jamesi Bondovi. Britští vydavatelé knih o slavném agentovi nechali vypracovat revidova-

nou verzi, která neobsahuje například rasistické narážky. Aktualizovaná verze bondovských románů bude dostupná od dubna, kdy mají být vydány k příležitosti 70 let od vydání první knihy ze série s názvem Casino Royale.

Každá kniha bude opatřena doložkou, která podle deníku The Daily Telegraph zní: „Tato kniha byla napsána v době, kdy výrazy a postoje, které by moderní čtenáři mohli považovat za urážlivé, byly běžné. V tomto vydání byla provedena řada aktualizací tak, aby se co nejvíce při-

blížila původnímu textu a době, v níž se odehrává.“

Z knih bylo téměř úplně odstraněno slovo nigger (negr), které je v anglofonních zemích z úst bělochů považováno za vážnou rasistickou urážku. Fleming, jehož bondovky vycházely v letech 1951 až 1966, tento výraz používal běžně. V románech byl nyní nahrazen například neutrálním black man (černoch). Nejde ale o jediné změny. Například v knize Žít a nechat zemřít z roku 1954 Bond popisuje Afričany, kteří obchodují se zlatem a diamanty,

jako „chlapy, kteří docela dodržují zákony, až na to, když se moc napijí“. V aktualizované verzi o nich hovoří pouze jako o „chlapcích, kteří docela dodržují zákony“. Úpravy amerického vydání Žít a nechat zemřít schválil sám Fleming, který zemřel v roce 1964.

Jiná scéna v knize, odehrávající se během striptýzu v harlemském nočním klubu, původně zněla: „Bond slyšel, jak publikum funí a chrochtá jako prasata u koryta. Cítil, jak jeho vlastní ruce svírají ubrus. V ústech

měl sucho.“ Pasáž byla přepsána na: „Bond cítil elektrické napětí v místnosti.“

Společnost Ian Fleming Publications Ltd uvedla, že přezkoumala původní text a rozhodla se, že nejlepší bude následovat Fleminga. V knize Žít a nechat zemřít proto provedla změny, které spisovatel před smrtí autorizoval v americkém vydání.

V několika dalších knihách, včetně románů Thunderball (1961), Velmi důvěrné (1960) a Goldfinger (1959), byla odstraněna etnika určitých postav. **ČTK**

INZERCE

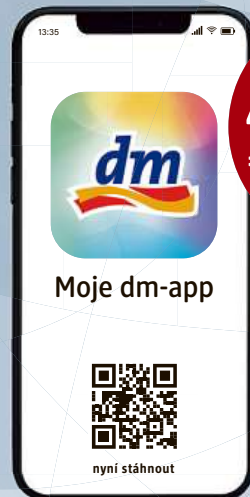


Uplavala

Mladá kareta obecná přežila plavbu napříč Atlantikem, dorazila na břeh Irska, kde ji našla tamní rodina. Želva měla potlučené tělo, byla dehydrovaná, podchlazená a mořští ptáci se jí chystali vyklouvat oči. Ve věku necelého roku už za sebou měla měsíce dlouhé putování napříč Atlantickým oceánem plným nástrah. Karety obecné kladou vejčka v jihovýchodní části Spojených států, převážně od Severní a Jižní Karolíny po Floridu. Podle odborníků se nejspíš vyhlíhla na některé z floridských pláží v létě loňského roku. Až se zotaví, poputuje do teplejších vod u Kanárských ostrovů. **ČTK**

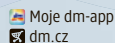
„Moje dm, s tebou si nákupy užívám“

Stáhněte si nyní aplikaci Moje dm, nechte se inspirovat, objevujte novinky a usnadněte si nakupování.



400 BODŮ
= 100 Kč SLEVA*

* Po stažení aplikace Moje dm, registraci a následném propojení s vaší active beauty kartou získáte eKupon na 400 extra bodů. eKupon lze aktivovat a uplatnit měsíc po stažení aplikace. eKupon lze uplatnit pouze jednou. eKupon lze kombinovat s produktovými kupony a eKupony, nelze kombinovat s kupony, eKupony či aktivitami na celý nákup. Sbíráni a uplatnění bodů se nevztahuje na nákup dárkových a předplacených karet, vratné obaly, na počáteční kojeneckou měřičnou vzhůru dle zákona č. 40/1995 Sb., o regulaci reklamy, a na potraviny pro zvláštní lékařské účely dle nařízení Komise v přenesené pravomoci (EU) č. 2016/128.



dm
ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

Krátko

Nehoda v Itálii

Nejméně 45 lidí, včetně žen a dětí, zahynulo při ztroskotání lodí s migranty na jihu Itálie. Počet však zřejmě nebude konečný. Zatím se podařilo najít 80 přeživších, podle různých informací mohlo být na palubě 120 až 250 lidí. Loď ztroskotala poblíž přímořského letoviska v provincii Crotone na východním pobřeží Kalábrie.

Vzpourní žáci

Britští středoškoláci zorganizovali sérii protestů kvůli novým pravidlům nošení školních uniforem a zákazu používání toalet během vyučování. Žáci se povzbuzovali na sociální síti TikTok, kde sdíleli i videa ze svých protestů proti pravidlům. Nutnost využívat toalety pouze během přestávek se stala důvodem protestních akcí ve školách v Leedsu a dalších městech. **ČTK**

Nebe. Ve Walesu je hodně tmavé

Ostrov Bardsey, který leží asi tři kilometry od pobřeží poloostrova Llyn na severu Walesu, se stal prvním místem v Evropě, které získalo mezinárodní certifikát pro oblast s velmi tmavou noční oblohou mimořádně vhodnou pro pozorování hvězd. Ostrov, kde žije pouze jedenáct stálých obyvatel, se tak připojil k 16 dalším odlehlým místům na planetě, kde je kvůli téměř nulovému světelnému

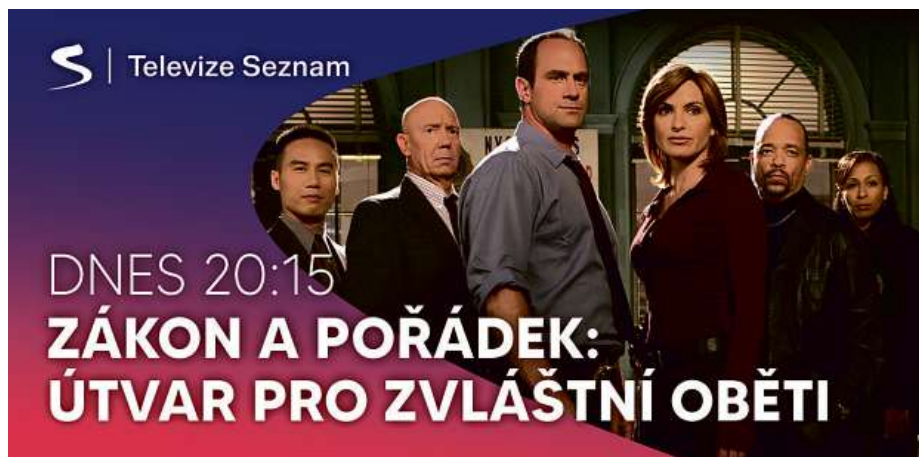
smogu v noci obzvlášť hustá tma. Uznání tento ostrov, ve velštině známý jako Ynys Enlli, získal od Mezinárodní asociace pro tmavou oblohu, která hodnotí kvalitu tmy podle míry světleného znečištění. Mezi nejtmaší místa na Zemi podle ní patří například také tichomořské Pitcairnovy ostrovy, observatoř v severním Chile nebo rezervace Medicine Rocks v americké Montaně. **ČTK**

Vysílají živě

Během noci sedí na mostě ve městě Kuej-lin na jihu Číny asi dvě desítky mladých Číňanů, kteří si privydělávají živým vysíláním na internet. V řadách jen pár metrů od sebe posedávají osvěceni kruhovými lampami, vykládají do mikrofonů či zpívají. Dělejí to každou noc a doufají, že svými přenosy přilákají pozornost sledujících na síti Douyin, která je čínskou verzí TikToku. Diváci totiž mohou své oblíbence finančně podpořit. **ČTK**



INZERCE



Krátce

Mad zabodoval

Koprodukční film české režisérky Michaely Pavlátové *Moje slunce Mad* dostal prestižní cenu francouzské filmové akademie César za nejlepší celovečerní animovaný film. Snímek, který vznikl v česko-francouzsko-slovenské koprodukci, porazil ve své kategorii například film Mikulášovy patálie: Jak to celé začalo režisérů Amandine Fredono-

vé a Benjaminu Mas-soubrea, který pracuje s populárními motivy kreslíře Jeana-Jacques Sempého. V předloze pro vítězný film je podle režisérky Pavlátové vše, co pro svůj snímek hledala – silný ženský příběh, složité vztahy, dobrodružství, ale i humor. Snímek vznikl na motivy novely Frišta novinářky Petry Procházkové. Animovanou formou pro dílo zvolila proto, že je jí blízká. **ČTK**

More Miko. Probud'me v sobě sílu

V novém dokumentu podniká kamionák cestu za záchranu sirotků.

Časoběrná filmová pout' režiséra Robina Kvapila s názvem *More Miko* mapuje podle autorů prostřednictvím hlavního hrdiny Jaroslava Míka svědomí českého národa, do kin vstoupí 9. března.

Společně s ním, řidičem kamionu, Romem, aktivistou, otcem, manželem a člověkem, který se nebojí pomáhat, se vracíme do doby před šesti lety, kdy česká vláda po chemických útocích v Sýrii nechtěla přijmout několik desítek dětí z řeckých utečenec-kých táborů.

Kvapil ve svém nejnovějším dokumentu nabízí portrét člověka, který bere spravedlnost do vlastních rukou, sleduje jeho snahu těmto dětem pomoci. Lidskost a neústupnost jsou Mikovy zbraně při vyjednávání s politiky. Podle tvůrců zůstává otázkou, proč jeho snahám stojí v cestě.



Jaroslav Miko se sirotky z uprchlických táborů. ARTCAM FILMS

Přesně si pamatuje první impulz, který ho přesvědčil, aby nějakým způsobem pomohl. „Byl jsem tehdy na cestě do Holandska a během nějaké pauzy sjížděl Facebook, kde jsem narazil na video, jak na zemi leží chlapec ve věku mého nejmladšího syna, třese se a špatně dýchá. Z úst mu šla pěna... Musel šlepnout. Pořád jsem pak na toho kluka myslel. A zároveň na svoje děti. Bylo mi zle. Zapadl jsem na kávu do jednoho bistra. Tam mne pozorovala malá

černošská holčička, muselo na mě být vidět, že jsem hodně smutný. Přišla ke mně a donesla mi obrázek se sluníčkem a postavíčkami. Dojalo mě to. Zároveň jsem cítil naději, já vím, že to zní pateticky, ale já jsem v podstatě dost cítit, ucítil jsem potřebu něco dělat. Jenže co, když jsem jen kamionák? Založil jsem na Facebooku skupinu *Syrské děti do Česka* a přibývalo lidí, kteří to cítili stejně jako já.“ říká zakladatel i další iniciativy Češi pomáhají, kamionák Jaroslav Miko.

„V Česku tou dobou probíhala hysterie z migrantů, kterou někteří amorální politici podněcovali, a mně to přišlo celé neskutečné. Všechny tyhle skutečnosti vedly k tomu, že jsem založil iniciativu Češi pomáhají, a začali jsme vyvíjet občanský tlak na českou vládu, aby přijala z řeckých uprchlických táborů alespoň dětské sirotky,“ říká hlavní hrdina snímku o tom, jak to celé začalo.

Cílem filmu je přesvědčit politiky, abychom po letech děti přijali. Doposud se tak totiž nestalo. „Byla to doba, kdy Miloš Zeman billboardem se sloganem *Zastávím migraci* vyhrál prezidentské volby. Doba, která ukázala za mě, zatím, největší dno duše českého národa – nechotu pomoci padesáti sirotkům. V tom se zjevil Jaroslav Miko – ne reprezentant pražské kavárny, ne intelektuál, ale člověk z pracující třídy, který seděl v kriminále, příslušník menšiny, reprezentující přesně ty postoje, které bychom měli zastávat a které by mohly to naše české svědomí zachránit. Přišlo mi to neuvěřitelné. Hned jsem mu zavolaal a začal

Čtyřletá mise

20

Přes tolik tisíc kilometrů tvůrci během čtyřletého natáčení procestovali. Mimo jiné točili také na půdě českého a Evropského parlamentu, v romských osadách na východním Slovensku či v uprchlických táborech v Řecku. **MET**

li jsme natáčet,“ vzpomíná režisér Robin Kvapil. „Každopádně ten boj za přijetí dětí ještě neskončil, my se nevzdáváme a věříme, že to dopadne dobře!“ dodává Kvapil.

„Díky našim apelům na řeckou vládu, schůzce s jejich velvyslancem v Praze, zaslala řecká vláda písemnou žádost o věcný členství státům Evropské unie o pomoc s humanitárním přesídlením dětí bez doprovodu z tamních uprchlických zařízení. Do současnosti bylo již několik tisíc těchto dětí přestěhováno do více než deseti evropských zemí a získaly novy bezpečný domov. Tím to ale nekončí.“ uzavírá Miko. **IVETA BENÁKOVÁ**

Jakubisko. Odešel neobyčejný tvůrce

Jako na geniálního filmového režiséra vzpomínají na Juraje Jakubiska jeho kolegové z kulturní obce. Pro režiséra Jiřího Stracha to byl mistr imaginace, obrazotvornosti, fantazie a neskutečné filmařiny. Pro herce a režiséra Jiřího Mádlu, který hrál v *Jakubiskově* velkofilmu *Bathory*, bylo natáčení velkým zážitkem, je rád, že se s ním pracovně potkal. Generální ředitel Národního filmového archivu (NFA) Michal Bregant podotkl, že Juraj Jakubisko patřil mezi klíčové osobnosti československé nové vlny.

Herečka Magda Vášáryová České televizi řekla, že Jakubisko byl perfekcionista a natáčení s ním bylo psychicky velmi namáhavé.

Juraj Jakubisko, rodák z východního Slovenska, který žil léta v Praze, zemřel v pátek ve věku 84 let. Patřil k nejznámějším slovenským tvůrcům a přezdívalo se mu „Fellini východu“. Během své kariéry natočil několik desítek hraných i dokumentárních filmů.

Strach se s Jakubiskem potkal v 90. letech na pražské FAMU, kde studoval a Juraj Jakubisko učil. „Oni si mě tam

pak nechali jako odborného asistenta do roku 2002, takže jsme vlastně tři roky byli kolegové na katedře, což byl fantastický čas a pro mě další doktorát,“ řekl. Zpráva o úmrtí ho velmi zasáhla. „Odešel jeden z mých vzorů filmařiny a odešel filmař, který se narodil ve středoevropském prostoru jednou za 100 let,“ dodal.

„Byl to režisér, který velmi zásadním způsobem zasáhl do mého života, i když jsem s ním točila jen dva filmy,“ uvedla Vášáryová. Práce s Jakubiskem byla podle ní velmi náročná, byl „mimořádně“

stále nespokojený s výkony herců. S režisérem natáčela v době vpádu vojsk Varšavské smlouvy do Československa a byla při tom, když mu jeho vzor Federico Fellini z Říma volal, aby přijel, že mu v Itálii zajistí práci.

S Jakubiskem natočila v roce 1969 i film *Vtáčkovia*, sirotky a blázní, podle ní si ho komunisté vybrali jako film, který nesmí už nikdy vzniknout. Kvůli tomuto snímku vyloučili Vášáryovou na rok z vysoké školy. „Tím skončila nějaká moje akademická kariéra socioložky,“ dodala. **ČTK**



Juraj Jakubisko

ČTK

🌿 Kořeny ti dávají zabrat? 🌿 Bolí a otékají kolena? 🌿 Trhá páteř při každé změně počasí?

BOŽÍ PANACEUM NA BOLEST

Uhasí bolesti svalů a kloubů za 7 minut



Zázračná formule sv. Rocha odstraňuje intenzivní bolest jakéhokoli původu již po 1 použití!

Vynikajícím výzkumníkům se podařilo znovu vytvořit prastarou, mimořádně účinnou recepturu, která odstraňuje bolest, záněty, modřiny, otoky a degeneraci kloubů již od první aplikace – podle původní, dochované receptury z 15. století. Seznamte se s fenomenálním analgetickým a protizánětlivým koncentrátem, který vás okamžitě zbaví bolestí, ztuhlosti kloubů, svalových kontraktur a všech nemocí – důvěřujte receptu nemocničních mnichů a brzy získáte sílu a mimořádnou energii do života.

Původní receptura této zázračné masti vznikla v 15. století v Římě – sv. Rocha – patrona lékárníků, nemocných a ochrnutých lidí. Postavilo na nohy lidi trpící artritidou (doslova!), stejně jako vójáky, kteří utrpěli vážná zranění během bitev. Svátý. Sám Roch byl poutníkem, který se s putovní holí dostal z rodného Montpellier v jižní Francii do věčného města Říma. Bolesti kloubů, otoky nohou, svalové křeče, přetížení páteře – které sám zažil – mu pomohly přiblížit se lidem trpícím degenerací a ochrnutím. Po měsících získávání rostlinných extraktů, surovin, bylinných extraktů a vytváření prozdravotních směsí s Božím vedením vytvořil fenomenální recept, který odstraňuje bolest a ztuhlost kloubů a snižuje otoky a bolesti svalů – jehož uklidňující účinek byl cítit po pouhých... 7 minutách.

Za 7 minut se degenerace začnou obracet a bolesti svalů a kloubů jsou „vypnuty“

To, co se právě chystáte číst, vám pomůže pochopit, jak Boží dar uzdravování ovlivnil recept, který možná brzy budete mít ve svých rukou. Božská „sedmička“ není náhoda. 7 je číslo Boží. Za 7 dní Bůh stvořil svět. V roce 7 př. n. l. Ježíš se narodil, bylo ustanoveno 7 smrtelných hříchů, 7 svatých svátostí a andělské číslo 7 rezonuje s vibrační víry a spirituality. Ve starých spisech lze nalézt poznámky mnichů doprovázejících sv. Rocha, který na něm potvrdil milost Božího uzdravení.

Zázračný analgetický a protizánětlivý koncentrát, který během 7 minut zmírňuje i chronické, silné bolesti kloubů a svalů, byl tehdy považován za důkaz existence péče vyšších sil, jejichž spojením s hmotným světem

**Efektivita prokázána
99/100 lidmi ↓**

**Svátý. Rocha zmírňuje bolesti
zad, zmírňuje ischias, ztuhlost
a degeneraci kloubů.**

**Získejte svůj balíček
za 0 CZK**

**Ulevíte si i od té
nejvytrvalejší bolesti**

Přírodní rostlinné extrakty a látky s nejsilnějšími analgetickými, protizánětlivými, antihemoragickými, antibakteriálními, antivirovými, relaxačními, anestetickými a regeneračními vlastnostmi, uzavřené ve formě koncentrátu pronikajícího přímo do hlubokých tkání pokožky - jsou absolutně nejvíce silná zbraň proti bolesti, artritidě, RA nebo neuralgii. Mast díky flavonoidům a esenciálním olejům hřeje a znecitlivuje, snižuje svalové napětí, brzdí degenerativní procesy a odstraňuje motorický diskomfort již od první aplikace.



Heřman Péro - expert
MedicReporters v oblasti traumatologie

byl sv. Roch. A právě tento vzorec si nyní může najít cestu do vaší domácí lékárníčky.

Nechte se obklopit ochranou sv. Rocha a používejte zklidňující mast, kdykoli jste nemocní

Ortopedi a traumatologové se shodují: modernizovaný analgetikum-protizánětlivý biokoncentrát je v současnosti nejúčinnějším prostředkem pro úlevu od bolesti svalů, kostí a kloubů pro mimonemocniční použití. Výzkumy potvrzují, že mast nanesená na bolavé místo okamžitě znecitlivuje nervová zakončení, zlepšuje mikrocirkulaci krve a aktivuje procesy rychlé regenerace poškozených tkání. Proto všechny záněty, bolesti, hematomy, otoky, brnění nebo necitlivost v kloubech zmizí po prvním použití této úžasné formule. A to bez zatěžování žaludku chemikáliemi a dalšími prášky.

Recept mnichů vám poskytne pohodlí, které si zasloužíte

Dost utrpení a života v bolesti. Už nemusíte bojovat se ztuhlostí a pocitem zablokovaných kloubů, revmatickými bolestmi, migrénami, otoky – sáhněte ještě dnes po zklidňující masti nemocničních mnichů a osvobodte se od intenzivní bolesti jakéhokoli původu za 7 minut. Nečekejte - poslední bezplatná balení koncentrátu proti bolesti jsou již na českém skladě!

Mast proti bolesti od mnichů:

- 🌿 **Ulevuje** od únavné bolesti šíje, páteře, kolen, ramen - za pouhých 7 minut
- 🌿 **Zmírňuje** degeneraci, RA (revmatoidní artritidu), artritidu, ischias, bolesti kořenů, kontraktury a svalovou ztuhlost
- 🌿 **Odstraňuje** otoky, hematomy a záněty po pohmožděninách, výronech a úrazech
- 🌿 **Uvolňuje** napětí v těle a prohřívá bolavé svaly a klouby
- 🌿 **Odstraňuje** migrény, neuralgie, křečové žíly, otoky a pocit „těžkých“ nohou

Boží jiskra sv. Rocha † Starověký lék na bolest a artritidu

Uzdravená svědectví:

„Kvůli paralyzující bolesti v kolenou jsem sotva chodila, pohybovala jsem se o berlích. Tuto mast používám na nohy 3 dny a nyní mohu koleno ohýbat hladce a bez bolesti! Je to skutečný zázrak! Otok kotníku je také pryč, nohy neotékají, jsou lehké - a zítra jdu na dlouhou procházku s vnoučaty.“
- Danička, 61 l.



„Jedna aplikace a chronická bolest v bedrech byla pryč. Páteř není ztuhlá a bolavá a mohl jsem se vrátit do práce na dvorku.“ - Karel, 53 l.



Zázračná analgetická a protizánětlivá mast St. Roch pouze nyní k vyzvednutí za 0 Kč!

**Prvních 100 lidí kteří zavlaží do 17.03.2023
obdrží 100% NÁHRADU VÝROBCE!**

Zavolejte: 296 186 651

POSPĚŠ SI!

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

Sudoku

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

Luštěnka

Doplňte podle legendy vodorovně a svisle stejná slova. Tajenka je vodorovně i svisle.

1. náš sousední stát
2. měst kolem
3. slovenský okres
4. tajenka
5. kachní samice
6. jm. režiséra Vávry

	1	2	3	4	5	6
1						
2						
3						
4				L		
5						
6						

INZERCE

Týdenní horoskop

27. 2. – 5. 3. 2023

 BERAN 21. 3. – 20. 4. Zjistili jste, že potřebujete provětrat šatník, ale i celá vaše domácnost by potřebovala pořádnou reorganizaci. Vrhnete se na to!	 VÁHY 23. 9. – 23. 10. Merkur vás trochu potrápí! Na pozoru byste měli být ve finanční sféře, která není příznivě nakloněna investicím a horlivým nákupům.
 BÝK 21. 4. – 21. 5. V práci to vře mezi vámi a vedením, které neví, kdy přestat s rýpavými poznámkami na vaši osobu. Měli byste to raději zavčas utnout.	 ŠTÍR 24. 10. – 22. 11. Jste aktivní jedinec, kterého rozhodně nezastaví špatné nebo chladné počasí. Zejména vaše psychické zdraví vám za to poděkuje.
 BLÍŽENCI 22. 5. – 21. 6. V rámci svého zdokonalování jste se rozhodli udělat ve svém životě restart. Snažte se věnovat sami sobě, i svému tělu dáváte péči.	 STŘELEC 23. 11. – 21. 12. Nepodceňujte podrobné prozkoumání výrobku, ale ani samotného prodejce zboží, které chcete mít. S nekvalitními praktikami se roztrhl pytel!
 RAK 22. 6. – 22. 7. Váš milostný vztah už je natolik zatížen minulostí a nevráživostí, že zřejmě není možné v něm pokračovat. Bude to velký krok.	 KOZOROH 22. 12. – 20. 1. Někdo z rodiny vás poprosí o radu, a i když se snažíte poradit, jak nejlépe umíte, stejně budete obviněni, že se až moc staráte.
 LEV 23. 7. – 22. 8. Už dlouho přemýšlíte o tom, že potřebujete velkou revizi ve vašich přátelích. Ne všichni jsou k vám totiž upřímní a neumí podržet.	 VODNÁŘ 21. 1. – 20. 2. Úplně zbytečně se tento týden strhne rozmiška mezi vámi a někým z rodiny. Jde vlastně jenom o to, že jste se špatně pochopili.
 PANNA 23. 8. – 22. 9. Mars je v negativní kvadratuře s vaším znamením, což se projeví zejména v pracovní sféře. Neshody budete mít zejména s vedením!	 RYBY 21. 2. – 20. 3. Milostné vztahy zažívají přetřesy a vy byste se tomu měli postavit čelem a urychleně najít řešení, které by vyhovovalo oběma stranám.







PŘEČTI SI SVŮJ ŽIVOT!
Poradkyně Helga ti sestaví podrobný horoskop na míru. Pošli SMS ve tvaru **11KLM** a text na **904 30 46**



POCHYBUJEŠ O JEHO VĚRNOSTI? TEĎ UŽ NEMUSÍŠ!
Jsem tu pro tebe a prozradím ti, jak to je. Zavolej mi na **906 70 30 35** nebo piš SMS na číslo **904 30 55** s kódem **47ZRD** a svůj dotaz!

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

Počasí

DNES  1/5 °C	ZÍTRA  1/5 °C	STŘEDA  2/6 °C	ČTVRTEK  4/8 °C	PÁTEK  3/7 °C
--	---	--	---	---

Teplotní rekordy: ↓ -17,5 °C (1947) ↑ 15,5 °C (2019)

Bio: ❤️❤️❤️

TV tipy

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
				
<p>15.50 Zavolejte porodní sestřičky (3/6)</p> <p>16.45 Na cestě po Rajastánu</p> <p>17.15 AZ-kviz</p> <p>17.40 Černé ovce</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>20.10 Místo zločinu</p> <p>České Budějovice (9/13)</p> <p>22.00 Dobré ráno, Brno! (8/8)</p> <p>22.35 Hnízdo (9/12)</p> <p>23.40 Hercule Poirot</p> <p>00.25 AZ-kviz</p> <p>01.00 Rajské zahrady</p> <p>01.20 Z metropole,</p> <p>Týden v regionech</p> <p>01.45 Kalendářium</p>	<p>16.15 Dobrodružství vědy a techniky</p> <p>16.45 Berlín 30. let očima diplomatů</p> <p>17.40 Letecké katastrofy</p> <p>18.25 Mistři medicíny II</p> <p>18.55 Jiří Menzel očima Jiřího Suchého</p> <p>19.10 Do divočiny!</p> <p>19.25 Československý filmový týdeník 1973 (1450/2379)</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Zlatokopové z Arkansasu Western (N/It./Fr., 1964)</p> <p>21.45 30 minut po půlnoci Drama (USA, 2012)</p> <p>00.20 Úctyhodní lidé</p>	<p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.30 Na lovu III</p> <p>18.30 Ulice (4431)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Specialisté (193)</p> <p>21.25 Specialisté (137)</p> <p>22.30 Kriminálka Las Vegas IX (16)</p> <p>23.25 Kriminálka Miami VI (3, 4)</p> <p>01.20 Kriminálka Las Vegas IX (16)</p> <p>02.00 Střepiny</p> <p>02.25 Na lovu III</p> <p>03.10 Volejte Novu</p> <p>03.40 Ulice (4431)</p> <p>04.25 Ordinace v růžové zahradě (48)</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 Dobré zprávy (18) Získej svého náměstka. Komedialní seriál (ČR, 2023)</p> <p>21.35 V. I. P. vraždy (4) Detektivní seriál (ČR, 2016)</p> <p>23.00 Polda (8) Detektivní seriál (ČR, 2016)</p> <p>00.00 Ano, šéfe!</p> <p>01.15 Policie v akci</p> <p>02.15 Námořní vyšetřovací služba XIII (17)</p> <p>03.10 Policie Hamburk II (16)</p> <p>04.20 Policie Hamburk II (17)</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 1CHARTED</p> <p>11.00 Óčko hity Největší hity z českých a světových hitparád i nejsledovanější hudební videoklipy z YouTube</p> <p>14.00 Novinky</p> <p>15.00 Óčko hity Největší hity z českých a světových hitparád i nejsledovanější hudební videoklipy z YouTube</p> <p>22.00 NAKED ATTRACTION FINLAND Seznamka na tělo</p> <p>22.30 Best of DRIVE Nemainstreamová hudba, extrémní sporty, lifestyle</p> <p>23.00 Óčko flirt Proud klipů se vzácky diváků</p>

Zhluboka dýchat. Wieliczka je místem pro poznání i uzdravení



V dole se nachází i socha papeže Jana Pavla II.

4x METRO

Nejen muzeum

125

Tolik metrů pod zemí se nachází ozdravovna pro pacienty s respiračními chorobami. Ta slouží i k přespaní těch, kdo si tu léčí problémy s dýcháním. Léčebný pobyt (deně kolem šesti hodin) může být až třítydenní. Vlhkost vzduchu s koncentrací soli je kolem sedmdesáti procent.



Unikátní podzemní doly na sůl jsou památkou UNESCO.

Na srdce jsou Poděbrady, na plíce je solný důl kousek od Krakova.

Výlet do podzemního muzea je jako cesta z Prahy do Průhonice. Wieliczka se nachází pár kilometrů na jihovýchod od

města. Stojí za návštěvu, obzvláště v parných letních dnech dá těm, kdo nejsou tepломilní, možnost zchladit se v přibližně 14 stupních Celsia, které vládnu téměř všem prostorám pod zemí. Pochopitelně se vyplatí, právě v parném letním počasí, přibalit na výlet do Wieliczky alespoň mikinu. Solné doly, které jsou v současnosti nejen tu-

ristickou atrakcí, ale i léčebnou respiračních chorob (viz box), patřily k rodinnému stříbru polských panovníků už od 13. století.

Užitek měl ze žadaného nerostu nejen Krakov, jenž byl až do konce 16. století hlavním městem království. Ze soli byla celá královská pokladna, protože slaná pochutina i užitečný konzervační

prostředek v jednom představovala téměř třetinu státních příjmů.

Labyrint chodeb, kde se sůl dobývala, dosahuje neuvěřitelných 300 kilometrů a nejhlubší sloje jsou 320 metrů pod povrchem. Poslední vozíky nerostu odtud vyvezli „solníci“ v devadesátých letech minulého století. Důl byl postupně upraven pro

prohlídky a lze v něm spatřit asi tři a půl kilometru chodeb a podzemních domů. Pokud se pro vstup rozhodnete, počítejte s několika stovkami schodů. Jednotlivé trasy jsou až 3,5 kilometru dlouhé, ale systém výtahů mezi patry umožňuje návštěvu i vozíčkářům. Wieliczka je památkou UNESCO od roku 1978. **PAVEL HRABICA**



Velikost podzemní kaple ohromí každého návštěvníka.

Wieliczka a ostatní

Návštěva solných dolů ve Wieliczce bývá obvykle jen součástí pobytu v Krakově a jeho okolí.

- Krakov stojí aspoň za třídení pobyt. Na královském zámku Wawelu můžete vidět slavný obraz Dáma s hranostajem od Leonarda da Vinciho.
- Po Spielbergově oscarovém filmu Schindlerův seznam se stala turistickou atrakcí továrna Oskara Schindlera v krakovské Květné ulici.
- Na cestě autem z Česka do Krakova se můžete zastavit například ve Wadowicích, kde lze navštívit rodný dům papeže Jana Pavla II.



Prohlídka dolu je fyzicky náročná.

INZERCE

KURZ PRO ŽÁKY 5., 7. A 9. TŘÍD V MF DNES OD 13. 3. DO 8. 4.



PŘEDPLATNÉ 4 TÝDNY JEN ZA 470Kč

PŘIJÍMAČKY NA STŘEDNÍ ŠKOLY

DNES
Objednávejte na www.mfdnes.cz/prijimacky nebo na 225 555 522

Krejčíková se vrací do formy

Česká tenistka ovládla prestižní turnaj v Dubaji.



Barbora Krejčíková

Další jízdy Čechů

Kateřina Siniaková na turnaji v Mériďe zůstala před brannými finále, když podlehla Italce Camile Giorgiové 5:7, 6:7.

• Jiří Lehečka si v Dubaji finále také nezahrál. Proti Andymu Murraymu z Velké Británie sahal po vítězství, ale neproměnil pět mečbolů a prohrál nakonec 0:6, 6:3 a 6:7. **ČTK**

Parádní jízda. Barbora Krejčíková porazila v sobotu ve finále tenisového turnaje v Dubaji světovou jedničku Polku Igu Šwiątekovou 6:4, 6:2 a získala na silně obsazené akci kategorie WTA 1000 první letošní titul. Dvojnásobná vítězka předloňského Roland Garros smetla trojnásobnou grandslamovou šampionku za hodinu a 32 minut. Při deváté finálové účasti na okruhu vybojovala šestý triumf ve dvouhře. Krejčíková věří, že je po vítězství v Dubaji na správné cestě zpět mezi absolutní elitu. Bývalá světová dvojká, která loni laborovala se zraněným loktem a zápěstím, porazila v jednom týdnu čtyři soupeřky z první desí-

ky žebříčku a triumf završila výhrou nad Šwiątekovou.

„Minulý rok byl opravdu těžký. Zvláště když jsem byla tak dlouho mimo hru. Do konce sezony jsem se nemohla vrátit do své hry a pak se na konci zase zranila,“ řekla Krejčíková, jež kvůli zranění lokte nehrála od února do května. Na podzim sice ovládla turnaje v Tallinnu a Ostravě, poté ale musela kvůli bola-

vému zápěstí vynechat účast na finálovém turnaji o Pohár Billie Jean Kingové v Glasgow. „K tenisu jsem se vrátila až o Vánocích. Byl to tedy začátek roku dostala. Cítila jsem ale, že když budu hrát, trénovat a zůstanu zdravá, mohu dosáhnout velkých věcí. Jsem šťastná, že jsem tady vyhrála. Věřím, že se vrátím tam, kam patřím,“ řekla Krejčíková. **ČTK**



Švédám se v Planici dařilo

Běžkyně na lyžích Kateřina Razýmová skončila třináctá ve skiatlonu na mistrovství světa v Planici a zaznamenala nejlepší výsledek na vrcholné akci v kariéře. Druhá česká reprezentantka Kateřina Janatová obsadila 33. místo. Zvítězila Švédka Ebba Anderssonová (na snímku). Mužský skiatlon ovládli tři Norové, Čech Adam Fellner byl 21. Věra skončily Adéla Nováková a Janatová sedmé ve sprintu dvojic a vylepšily o příčku umístění z předloňského šampionátu v Oberstdorfu. Luděk Šeller a Michal Novák obsadili deváté místo. Zlato vybojovali Norové a Švédky. **ČTK**

Krátce

Překonal sebe

Armand Duplantis překonal na halovém mítinku v Clermond-Ferrand vlastní světový rekord ve skoku o tyči výkonem 622 centimetrů. Švéd vylepšil absolutní maximum o jeden centimetr.

Pěnička zesnul

Ve věku 53 let zemřel bývalý fotbalista Martin Pěnička. O úmrtí někdejší-

ho obránce informovala na webu Slavia, s ním získal v roce 1996 mistrovský titul a o rok později vyhrál pohárovou soutěž.

Gasparini má titul

Hnědáček Gasparini vyhrál ocenění pro nejlepšího koně roku 2022. Vítěz zářijového St. Legeru a čtyřletý hřebec ze stáje Tippler Group, s r. o., majitele Petra Karlíka předčil v hlasování Ponntose. **ČTK**

Fotbal. Liga dál beze změn

Fotbalisté Plzně zvítězili ve 21. kole první ligy doma nad Libercem 2:1. Devátý Slovan nevyhrál v nejvyšší soutěži potřetí za sebou. Viktorii poslal do vedení po dvaceti minutách Jan Kopic při jubilejním 300. utkání v nejvyšší soutěži. Na začátku druhého poločasu odpověděl Lubomír Tupta, ale dvacet minut před koncem rozhodl střídající Jhon Mosquera gólem proti bývalému týmu. Plzeň v lize porazila Liberec počtvrté v řadě a zůstala druhá.

Tři body na Viktorii dál ztrácí Sparta, která vyhrála ve Zlíně 3:2. Pražané vedli po 50 minutách už 3:0, dvakrát se prosadil Tomáš Čvančara, domácí stihli jen snížit.

Tabulku vede Slavia, která porazila 2:0 Slovácko. Obě branky dal Peter Olayinka. Domácí udělali radost kouči Jindřichu Trpišovskému, který trénoval 250. ligový zápas.

Fotbalisté Bohemians 1905 remizovali s Brnem 1:1. Pražany poslal pět minut po pauze do vedení střídající Erik Pre-

kop, ale v 70. minutě srovnal 14. gólem v sezoně nejvyšší soutěže lídr střelecké tabulky Jakub Rezníček.

Mladá Boleslav remizovala s Českými Budějovicemi 2:2, stejně jako včera Olomouc s Pardubicemi. Bod Hanákům zajistil až v osmé minutě nastavení z penalty Mojžíř Chytil. Jablonec rozstřel Teplice 4:1 i díky dvěma góly Václava Sejka.

Duel Ostravy s Hradcem Králové skončil po uzávěrci tohoto vydání. **PUR a ČTK**

INZERCE

Portmonka

TVOJE DIGITÁLNÍ PENĚŽENKA NA VĚRNOSTNÍ KARTY

TESCO Tesco Clubcard

dm dm drogerie

Lidl Plus

BILLA BILLA

Dr.Max Dr.Max

PENNY PENNY Market

PRO ZÍSKÁNÍ APLIKACE NASKENUJTE QR KÓD

Google Play

App Store

Auto-moto - poptávka

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

metro

NEZAPOMEŇTE, JSME I ONLINE. METRO.CZ

metro