

HOSTY PRO KONCERT V O2 ARENĚ DÁL TAJÍ

CHCI BÝT MĚNĚ NERVÓZNÍ, ŘÍKÁ V ROZHOVORU BEN CRISTOVAO STRANA 10



metro



Úterý, 27. září 2022

Č. 185, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Jonáš

mojemetro | denikmetro

„Šetřím. Domů se teď chodím pouze vyspat“

Úsporný život. Strach z vysokých účtů vede Čechy k energetické vynalézavosti. **Voda.** Na mytí rukou stačí jen studená. **Svícení.** I domácnosti přecházejí na čidla. **Elektrické spotřebiče.** Pračky více odpočívají STRANA 5



Památník

Na počest policistů zemřelých ve službě vybudoval Liberec v centru města za 3,4 milionu korun netradiční památník, odhalen byl včera. Ve skleněném válci je vsazená jablona. Vyrytá jsou na něm také jména 11 padlých policistů z druhé světové války, kteří sloužili v Liberci do roku 1938 a pak museli odejít do vnitrozemí po záboru pohraničí fašistickým Německem. „Památník je věnovaný i policistům, kteří zemřeli ve službě v dobách míru,“ řekl Jiří Zavoral, zástupce Nezávislé odborové organizace Policie ČR Liberec, která vznik památníku iniciovala. **ČTK**

INZERCE

AŽ HO UVIDÍŠ, BUDE POZDĚ.

ÚSMĚV

V KINECH OD 29. ZÁŘÍ



Kauza Čapí hnízdo. Co řekli u soudu svědci?

Případ pokračuje u soudu. Podle jednoho ze svědků měl být areál původně soukromým sídlem Babiše.

Bývalý zaměstnanec banky HSCB Filip Koutný u soudu vypověděl, že Čapí hnízdo mělo být původně privátním projektem Andreje Babiše, což se údajně dozvěděl od finanční ředitelky holdingu Agrofert Petry Procházkové.

„Původní informace, kterou jsem od paní Procházkové i od svých kolegů vyzouměl, byla, že projekt začal jako soukromé sídlo pana Babiše a postupem času se rozrostl na poněkud dramatickou velikost. Tuším, že celkové financování z banky HSBC přesáhlo 450 milionů ko-

run,“ řekl Koutný. Procházková mu podle jeho slov také řekla, že jde o Babišovu „srdceční záležitost“. Pokud by za projektem nestál Agrofert, nebyl by podle Koutného realizovatelný. Po jeho výpovědi na policii banka s Koutným rozvázala pracovní poměr.

„Nejsem úvěrář, nicméně odborný názor je, že projekt byl nefinancovatelný, mimo záruku v plné výši, neodvolatelnou a bezpodmínečnou,“ odpověděl Koutný na otázku soudce, zda by byl úvěr schválen v případě, kdy by za něj Agrofert neručil. Procházková by měla před soudem vypovídat tento týden. Koutný také řekl, že jediným klientem Farmy Čapí hnízdo měly být společnosti ze skupiny Agrofert.

Bývalý generální ředitel české pobočky HSBC František Kopriva u soudu řekl, že měl informace o tom, že projekt patřil k Agrofertu. Pavel

Šlancar, další z bankéřů HSBC, soudu popsal schůzku, na níž se možný úvěr pro Farmu Čapí hnízdo řešil, jednal na ní s Procházkovou. O vztazích mezi Čapím hnízdem a Agrofertem ale nevěděl. Další dva zaměstnanci banky tvrdí, že bylo zmiňováno to, že Agrofert poskytl záruku za úvěry.

Bývalý premiér Andrej Babiš v reakci na výpovědi svědků řekl, že čtyři z pěti bankéřů vypověděli, že garance byla standardní. „Všichni věděli, že Agrofert je strategický partner, vědělo se o tom úvěru, proběhlo to standardně. Myslím, že čtyři bankéři jasně řekli, že vše bylo v pořádku,“ řekl včera po jednání soudu Babiš. Výpověď Koutného podle něj byla založena na domněnkách a svědek podle něj není věrohodný. „Svědek vůbec nepracoval na úvěrovém oddělení,“ upozornil šéf hnutí ANO. **ČTK a IDNES.cz**

Dnes Babiš nepřijde

Hlavní líčení bude dnes pokračovat výpověďmi dalších svědků, následně jsou jednání nařizena ještě na čtvrtek a pátek.

- Babiš avizoval, že se dnes soudu neúčastní. Obžaloba uvádí, že Babiš zajistil na přelomu let 2007 a 2008 vyvedení společnosti Farma Čapí hnízdo ze svého holdingu Agrofert a prodej akcií svým dětem a partnerce.
- Podle obžaloby to udělal proto, aby farma zdánlivě splňovala podmínky pro získání padesátimilionové dotace pro malé a střední podniky. Nagyová, která nyní za ANO kandiduje v Jihlavě v senátních volbách, úspěšnou žádost o dotaci podala. **ČTK**

Babiš ml. Soud přibere znalce

Soud v kauze Čapí hnízdo vyhověl návrhu obhajoby Andreje Babiše a přibere znalce z oboru psychologie a psychiatrie ke zkoumání duševního stavu Andreje Babiše mladšího, syna obžalovaného předsedy opozičního hnutí ANO. Posudek by měli znalci zpracovat do 30. listopadu. Kromě Babiše čelí obžalobě i jeho někdejší poradkyně Jana Nagyová. Oba obžalovaní vinu odmítají. U soudu také padl další návrh termínu hlavního líčení. Jednání bude pokračovat i od 19. do 22. prosince. Soudce avizoval, že pokud půjde dokazování podle plánu, mohlo by dojít na závěrečné řeči. Babiš mladší u soudu předminulý pátek uvedl, že nepodepsal listinu o převodu akcií k Farmě Čapí hnízdo, až později podle svých slov připojil své podpisy v sídle Agrofertu pod listinu, s jejímž obsahem se neseznámil. Tvrdí, že otec na něj převedl akcie Čapího hnízda bez jeho vědomí a udělal si z něj bílého koně. K závěru, že na listině o převodu akcií s určitou mírou pravděpodobnosti není podpis Babiše mladšího, dospěl i písmoznalec. **ČTK**

INZERCE



NENÁSILNÁ

REVOLUCE!

v souladu s čl. 23 Listiny základních práv a svobod, jež je součástí ústavního pořádku České republiky dle čl. 3 Ústavy České republiky.

1

ČESKÁ REPUBLIKA NA 1. MÍSTĚ

28. 9. 2022 / 14:00

VÁCLAVSKÉ NÁMĚSTÍ

PŘÍMÝ PŘENOS NA NÁMĚSTÍ V BRNĚ, PLZNI, ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH, HAVÍŘOVĚ, KARVINĚ, LIBERCI, UHERSKÉM HRADIŠTÍ a dalších městech

www.naprvnimmiste.cz

Zadavatel a zhotovitel: L. Vrábel



Sladké legendy rostou v muzeu

Jak vypadaly ovocné sady před 100 lety? To ukazuje Hanácké muzeum v přírodě v Příkazech na Olomoucku. Jsou tam legendární míšeňská jablčička i staré odrůdy ovocných stromů, jako jsou například hrušně Krvavka nebo ryngle Zelená renklóda. V sadu s pěti desítkami ovocných stromů roste 54 jableň, hrušň, slivoní, třešní, višní, merunek i ořešáků. Rostou a plodí tu stromy staré 60 až 80 let. Třeba z proslulé ryngle Zelená renklóda dříve ženy na Hané připravovaly kompoty. Letos tam ještě zasadí moruš, jejíž rouby místní sadaři získali z torza prastaré moruše z nedalekých Nemilan. Odborníci při výsadbě sadu připomínajícího tradiční ovocné stromy na Hané postupovali podle historických záznamů, ze kterých čerpali informace o druhové a odrůdové skladbě bývalých zahrad. **ČTK**



Kličko

Ukrajinské hlavní město Kyjev se stalo členem Paktu svobodných měst založeného v roce 2019 primátory hlavních měst V4. Kyjevský starosta a bývalý boxer Vitalij Kličko se včera v Praze setkal s protějšky z Berlína, Hamburku, Bruselu, Rígy a Vilniusu i se svým pražským protějškem Zdeňkem Hříbem a starostou Varšavy Rafalem Trzaskowským (na fotce vlevo). Kličko označil vstup Kyjeva do paktu za důležitý krok i ve vztahu k jednání o vstupu Ukrajiny do EU. „Je to symbolický akt pro moje město a moji zemi velmi důležitý,“ řekl. **ČTK**



Krátce

Operace zraněného vlka

O vlčího pacienta, kterého o víkendu našli houbaři v příkopu u silnice mezi Horní Blatnou a Potůčky na Karlovarsku, se starají v Záchraně stanicí Drosera v Bublavě. Zvířecí záchranáři už sehnali kliniku, na které lékaři vlkovi udělají speciální operaci kyčle.

Za neštěstí nikoho nezavrou

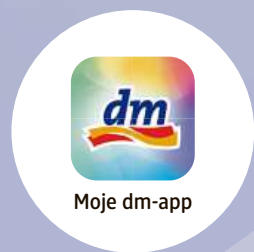
Soud ukončil už třetí odvolací líčení v případě železničního neštěstí ve Studénce na Novojičínsku ze srpna 2008. Nyní už pravomocně rozhodl, že všech pět obžalovaných zástupců stavebních firem dostane tříletý trest, ve všech případech podmíněně odložený na tři až 3,5 roku. Na podmínky se tedy změnilo i dříve uložené nepodmíněné tresty. **IDNES.cz**

INZERCE

VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

Značka 

Posiluje zubní sklovinu a pečuje o dásně. Účinně působí proti bakteriím a tvorbě zubního plaku a kamene.



Moje dm-app



nyní stáhnout



Moje dm-app
dm.cz



VEGAN

Dontodent
Protect & Care
ústní voda
500 ml

27⁹⁰
Kč

5,58 Kč za 100 ml

DLOUHODOBÁ CENA
od 18.09.2021 27,90 Kč


ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

Nejbohatší Češi

265

Na špičce žebříčku nejbohatších Čechů a Slováků, který sestavuje týdeník Euro, je s majetkem za 265 miliard korun opět Renáta Kellnerová, vdova po někdejším většinovém majiteli investiční skupiny PPF Petru Kellnerovi. Týdeník jí umístil do čela žebříčku i loni. Kellner zemřel v březnu 2021 při letecké nehodě v USA. Stejně jako loni je na druhém místě žebříčku realitní magnát Radovan Vítek. Na třetí místo se posunul majitel finanční skupiny KKCG Karel Komárek. Polepšil si i bývalý premiér Andrej Babiš, který se letos dostal ze šesté na pátou příčku. Majetek Kellnerové s rodinou činí podle Eura meziročně o 15 miliard více. Vítek Kellnerovou rychle dotahuje. Jeho majetek vzrostl z loňských 98 na 170 miliard. Ještě výraznější nárůst majetku – z 80 na 155 miliard – zaznamenal Komárek, který se z loňského čtvrtého místa posunul na třetí. Jeho skupina nově provozuje prestižní Národní loterii ve Velké Británii. **ČTK**

Nejsem chudák, říká Monika

Česko má novou rekordmanku.
Ženu, která měří 93 centimetrů.

Monika Šimkú z Klobuk u Slaného, která měří 93 centimetrů, se v Pelhřimově nechala zapsat do České knihy rekordů jako nejmenší žena Česka. Studentka Karlovy univerzity chce zveřejněním svého příběhu ovlivnit pohled společ-

nosti na lidi s handicapem. Narodila se s nemocí bránící růstu dlouhých kostí. „Hnacím motorem pro zveřejnění byla motivace přímo pro lidi, kteří mají nějaký fyzický handicap a snaží se s ním vyrovnat, bojovat nebo se s ním minimálně naučit nějak žít. Většinou mají spěšnost se podle mé osobní zkušenosti většinou na handicapované dívky jako na nějaké oběti, chudáčky a objekty pomoci. To bych ráda změnila i v budoucím zaměření svého zaměstnání,“

říká Šimkú, která studuje obor sociální a charitativní práce. Radu pro ostatní ale má už teď. „Nejlepší způsob, jak se vyrovnat s nějakou svojí chybou nebo nedostatkem, případně něčím, co nás odlišuje, je schopnost dělat si z toho legraci a povznést se nad to,“ říká.

Podle svých slov se nejméně povznesená cítila v době dospívání, kdy ji nejvíc trápilo, že nemá proporce atraktivní pro opačné pohlaví. Narodila se s novou geneticky podmí-

něnou variantou ovlivňující růstové chrupavky, stejná varianta podle ní byla zatím diagnostikovaná jen u dalších dvou lidí na světě. Kvůli spondylometafyzární dysplazii dorostla do 90 centimetrů, o tři centimetry ji v 15 letech, kdy se její růst definitivně zastavil, prodloužila operace, při níž jí lékaři vyztužili páteř.

Agentura Dobrý den, která eviduje české rekordy, měla dosud nejmenšího Čecha Pavla Ponocného, který měří 122 centimetrů. **ČTK**



Monika Šimkú

ČTK

„Strop nelimituje spotřebu energií“

Ministr Sikela otáčí ohledně zastropování cen.

Šedem hodin poté, co ministr průmyslu a obchodu Jozef Síkela v pořadí Otázky Václava Moravce prohlásil, že by se strop vztahoval jen na část spotřeby, nyní tvrdí absolutní opak. Na svém twitterovém účtu zveřejnil, že zastropované ceny energií budou platit bez jakéhokoli omezení. „Zpochybnout naše zastropování cen energií je mimo. Přes příští týden na vládu navrhnou zastropovat ceny energií pro celou spotřebu domácností. Zároveň chceme cílit na to, aby zastropování nevedlo ke zvyšování spotřeby energií, protože to by nás oslabovalo v energetické válce s Ruskem,“ napsal ministr. Odpoledne pak Síkela své vy-

jádření z rána potvrdil. „Vládní nařízení ohledně zastropování cen energií nebude spotřebu domácností limitovat. Jsme přesvědčeni, že jsme schopni dosáhnout úspor ve spotřebě energií u domácností i bez zavádění limitů na spotřebu,“ řekl na tiskové konferenci ke strojírenskému veletrhu.

U malých a středních firem se bude v rámci EU podle Síkely schvalovat návrh, který jim pomůže zavedením cenového stropu na energie bez ohledu na to, v jakém oboru podnikají, a to do výše 80 procent nejvyšší spotřeby za posledních pět let. „Bude to pro ně znamenat předvídatelnost, jistotu, možnost plánovat, naceňovat svoje výrobky, a to minimálně na celý příští rok. Myslí, že to je ohromný úspěch, a nepochybuji, že se to podaří dojednat,“ řekl Síkela.

Zastropované ceny energií, které nedávno zveřejnila

vláda, by měly odběratelům přinést jistotu i finanční úlevu v podobě šesti korun za kWh elektřiny a tří korun za kWh za plyn. Zastropování nemělo v původním znění žádné omezení a mělo by se vztahovat k celému rozsahu spotřeby.

Již na začátku však takové řešení kritizovali mnozí experti i ekonomové. Upozorňovali, že zastropování v takové podobě totiž nijak nemotivuje k úspornému chování. Motivovat měla pouze tak jako tak zvýšená cena, což se částečně už letos opravdu děje. Spotřeba energií letos kvůli jejich zvýšené ceně totiž vskutku znatelně klesá.

Například v Rakousku tamní vláda zastropuje domácnostem cenu elektřiny do úrovně 80 procent loňské průměrné spotřeby, jak uvedla začátkem září. Nad úrovní 80 procent budou lidé platit plnou, tržní cenu. **IDNES.cz**

Krátce



Skližeň na vinicích rodinného Vinařství Vaďura

ČTK

Deště na vinicích

Vinařství Vaďura z Polešovic na Uherskohradištsku se při letošní sklizni hroznů potýká s deštěm. Nepřízeň počasí prodlužuje naplánované práce, kvůli nadměrným srážkám bobule navíc začínají praskat. „Úroda je průměrná,“ říká spolujednatel podniku Zbyněk Vaďura. Skližeň vinařství zahájilo začátkem září, trvat by měla do konce října.

Babí léto nebude

Meteorologové přicházejí se špatnou zprávou. Babí léto na konci září letos Česko nezažije, teploty přes den se budou v tomto týdnu pohybovat většinou jen do 16 stupňů a obloha bude spíše zatažená. Pršet bude nejvíce zřejmě dnes, ojediněle se mohou objevit i bouřky, na vrcholcích hor může sněžit. Od zítřejšího rána se budou objevovat přízemní mrazíky. **ČTK**



Na pardubickém zámku se nová expozice věnuje rodu Pernštejnů

Východočeské muzeum, které sídlí na pardubickém zámku, otevírá nový prohlídkový okruh. Věnuje se rodu Pernštejnů, který vlastnil panství v 15. a 16. století. Vstupné bude 220 korun, zlevněné za polovinu. Okruh se jmenuje Pernštejnská rezidence – nejstarší renesance v Čechách se věnuje období let 1491 až 1560, kdy rod ve městě a regionu působil. Tři generace jednoho z nejvlivnějších rodů evropské aristokracie renesanční éry začaly svá domínia rozšiřovat z Moravy na východ Čech. Vilém z Pernštejna přesunul rodovou rezidenci do Pardubic a zahájil velkorysou přestavbu hradu na reprezentativní sídlo, renesanční zámek. Okruh má pět tematických částí, je umístěn v historicky nejhodnotnějších částech národní kulturní památky a také v místech, která byla doposud nepřístupná. Pardubice byly v první polovině 16. století významným mocenským a ekonomickým centrem, odkud Pernštejnové ovlivňovali domácí i evropské dějiny. Nejbohatší rod v zemi mohl svoje sídlo vyzdobit tím nejlepším, co bylo k dispozici. Pozůstatky původní výzdoby interiérů dokládají, že pardubický zámek byl nejstarším skutečným renesančním sídlem v Čechách. **ČTK**

Strach z vysokých účtů vede k energetické vynalézavosti

Úřad vlády objevil Ameriku? V rámci úspor namontují ve Strakově akademii pohybová čidla a vymění staré žárovky za úsporné.

Předsedkyně společenství vlastníků domu na pražském Jižním Městě seřizuje časovače ve světlých v chodbě paneláku. Aby senzor zachytil procházející osobu, až když se venku začne šerit a aby lampy svítily maximálně deset vteřin, a ne pět minut.

„Máme čidla už víc než deset let, jen jsme přešli na modernější typ. Dřív svítilo osm pater tři minuty,“ říká předsedkyně „esvejčeka“. Nejvíce energie ale bere výtah. Na modernější s rekuperací, který by tu měli místo téměř třicet let starého typu, si musí teprve našetřit. Nad zprávou, že sídlo vlády montuje úsporné žárovky až v roce 2022, jen kroutí hlavou.

Uzavíráme kohoutky teplé vody

Ušetřit, protože platby za energii jsou velkou neznámou, se lidé i firmy snaží už dávno, dřív než se k úsporám přihlásilo vládní ústředí. Lidé zjišťují, co vše se dá doma redukovat. „Zjistili jsme, že stačí, když si ruce i po použití toalety opláchneme jen studenou vodou,“ vysvětluje Jana, manažerka zdravotnické firmy. Byť by její plat zřejmě bez problému zvládl i výrazně navýšené zálohy, náhodě nic neponechává. Takže u umyvadlového kohoutku

v koupelně uzavřela přívod teplé vody. Teplá bude jen na sprchování.

Úsporný život ale vedou mnozí lidé už roky, teď se připravují na ještě úspornější. Pokud to bude možné. „Když mám puštěnou televizi, jinde nesvítím. Když je trochu vidět, taky nesvítím, když je tma, rozsvítím svíčku. Svetr a ponožky jsem v zimě nosila doma vždycky,“ vypráví pro-

davačka v předdýchodovém věku v malém obchodě v centru Prahy, když přijde řeč na energie a peníze. Život s totálními úsporami praktikuje už několik měsíců.

Chodím se domů vyspat, svítím jen na čidla

Účetní nábytkářského obchodu Monika přechází doma na mytí hlavy když ne studenou, tak alespoň hodně

vlažnou vodou. Mělo by to přinést úsporu za ohřev vody z vlastního plynového kotle. „Uvidím, jak to bude v zimě, zatím doma netopím, v pokojích máme od patnácti do sedmnácti stupňů,“ říká Monika. Tak či onak tráví čas co nejvíce v práci, domů se prý, jak přiznává, chodí jen vyspat a ten chlad přežije. „Taky jsem dala do zásuvek světla s pohybovými senzory,

takže ani večer nezapínám stropní světla, svítí se jen tam, kudy procházím,“ svěruje se s nejnovějšími úspornými kroky účetní.

Z některých šetřících postupů mají ale lidé obavy. Zvláště když se na formě neshodnou v rámci rodiny. „Manžel pořídil krbovákama na biohlh, máme teď v garáži dvě stě litrů lihu, tak jen čekám, kdy vyletíme do povětří,“ komentuje pracovnice banky rodinnou energetickou politiku – s rodinou obývají rodinnou vilku ve středních Čechách.

Plynový kotel prý hodlá manžel v zimě zcela vypnout na topení, ohřívát bude jen vodu do sprchy. Dávno předtím, než Úřad vlády nechal svítit jen každou druhou žárovku, zredukovali počet svítidel i v této domácnosti. „Už od léta svítíme jen někde, zatímco dřív byla světla zapnutá třeba i v chodbách. V kuchyni místo dvou osvětlení svítí jen jedno,“ popisuje bankovní úřednice.

Čtenářské recepty na nižší účty

Úspory zajímají i čtenáře deníku Metro. „Máme doma všude ledkové osvětlení a úsporné spotřebiče,“ píše Marcela Sochová. Jarmila Květová má svou metodu: „Chodím na delší procházky se psem a pak si zalezu pod peřinu.“

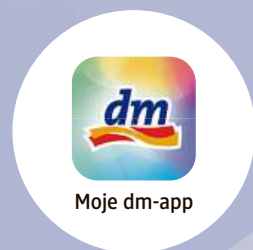
Mění se i další domácí zvyky našich čtenářů. „Varnou konvici plníme jen, co je třeba, méně svítíme, pračka víc odpočívá,“ prozrazuje Petra Štancová. „Šetřím doma i v práci stejně. Někteří kolegové v práci ale jedou zcela opačně,“ uvedl své poznatky Lukáš Doan. **PAVEL HRABICA**

INZERCE

VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

Značka 

Vydatná čočka v kombinaci s jemně nakrájenými bramborami a mrkví, dochucená pikantní cibulí, celerem a pórkem vás zasytí ve dnech, kdy si nestiháte připravit oběd, či večeři. Vyrobeno podle tradiční receptury.



nyní stáhnout



Moje dm-app
dm.cz



VEGAN

BIO

dmBio
čočkový Eintopf
400 g

49⁹⁰
Kč

12,48 Kč za 100 g

DLOUHODOBÁ CENA
od 31.05.2022 49,90 Kč

dm
ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

Za všechny elektrárny

Kdyby neexistovaly kryptoměny, ušetřila by planeta několik jaderných reaktorů.

- Bitcoin potřebuje k „výrobě“ tolik elektřiny, že by se mezi státy co do spotřeby zřadil na přibližně 30. místo.
- Za rok spotřebuje bitcoin celosvětově dvojnásobek elektrické spotřeby Česka.
- Kryptoměna ethereum snížila nedávno svou energetickou náročnost o 99,95 procenta díky aktualizaci své „těžby“.

Vládní tma

Až 130 milionů korun ušetří sídlo vlády ve Strakově akademii tím, že už nebude po setmění slavnostně nasvíceno. „Dále jsme ve vnitřních prostorách snížili osvětlení na bezpečnostní minimum, to znamená, že jsme v podstatě uvolnili téměř každou druhou žárovku,“ uvedla minulý týden vedoucí úřadu Jana Kotlíková. Méně žárovek by mělo proto zářit i v jednacích sálech úřadu (foto). Slavnostní osvětlení se citelně zredukuje i na Pražském hradě. **PH**



Domácí přimotopy

500

Až tolik wattů spotřebovala velká plazmová televize, technologie, která byla v prvních plochých obrazovkách. Současné LED televizory se mohou dostat až na desetinu plazmové „placky“.

3

Třikrát rychleji se opotřebuje prádlo v sušičce. Přitom se jedná o druhého největšího žrouta energie v domácnosti.

Šance pro šedou vodu

Mikrořasy s „umělou inteligencí“ jsou budoucnost v čištění odpadní vody.

Vědci pracují na vývoji mikrořas, které prostřednictvím chemické modifikace učí řasy reagovat na specifické podněty, například nežádoucí znečišťující a odpadní látky. V budoucnu by tak mohly mikrořasy s „umělou inteligencí“ čistit odpadní vodu. Na vývoji pracují výzkumníci z Agronomické fakulty Mendelovy univerzity v Brně.

„Základem umělé inteligence je to, že dokáže sama rozpoznat problém a následně ho specificky vyřešit,“ uvedla členka výzkumného týmu z ústavu chemie a biochemie Denisa Debnárová.

Právě schopnost přesně reagovat na určitý podnět chtějí vědci využít k tomu, aby jednobuněčné mikrořasy *Chlamydomonas reinhardtii* naučili z odpadní vody odstraňovat nežádoucí látky. „Konkrétně můj projekt je založený na syntetické modifikaci. Na povrch mikrořasy chci navázat specifický receptor, díky kterému by organismus dokázal reagovat na vybrané látky ve vodě,“ vysvětlila Debnárová. V projektu se zabývá nejprve hormonálními polutanty, které se mohou vyskytovat v odpadní vodě zemědělských podniků i lidských sídel, například kvůli hormonální antikoncepci. Proces čištění vody by pak měl fungovat tak, že mikrořasy zareagují ve chvíli, kdy se vybraný polutant objeví ve vodě. Vyčištěnou vodu lze používat třeba k zavlažování nebo – při dodržení požadované kvality – i k napájení zvířat. **ČTK**



Začala demolice zchátralé porcelánky

Chodce a řidiče projíždějící Jakubovem na Karlovarsku několik let ohrožovala chátrající porcelánka. Zdevastovaný objekt v těchto dnech bourají stroje. Areál patří ukrajinskému majiteli, kterého se úřadům nepodařilo zkontaktovat. Demolici za půl milionu musí uhradit město Kyselka, pod něž obec spadá, a poté musí částku vymáhat na vlastníkově. Fabrika byla založena v roce 1895. Po znárodnění, v 60. letech, se tam vyráběly misky, z nichž se v jižních částech Sovětského svazu pil čaj, později lázeňské pohárky. Po změně režimu neměly její výrobky odbyt a v roce 1997 ukončila provoz. Vystřídala několik majitelů, o 10 let později areál o rozloze 3000 metrů čtverečních koupil současný majitel za téměř tři miliony. Součástí objektu byly zachovalé komíny a v nich kulové pece. **MAP a ČTK**

INZERCE

No Stress Production a KVART Production uvádí

SPOLU

LÁSKA NEZNAMENÁ OBĚT

POUZE V KINECH
OD 29. ZÁŘÍ 2022

v hlavních rolích

VERONIKA ŽILKOVÁ / ŠTĚPÁN KOZUB / KAMILA JANOVIČOVÁ

dále hrají: Marek Němec, Václav Kopta, Kristýna Podzímková, Martina Babišová, Marianna Polyčková a další / kostýmy: Barbora Černá, Petr Weinfurter / masky: Janka Vítová / hudba: Sven Mikkelsen
zvuk: Tomáš Oramus, Anna Jesenská / střih: Lenka Gmitrová / kamera: Václav Tlapák / produkce: Kateřina Polívková, Karolína Fialová / producenti: Kateřina Dušková, Jiří Dušek, Martin Müller, David Laška
scénář: David Laška a Martin Müller podle stejnojmenné divadelní hry Fabia Marry / režie: Martin Müller a David Laška

Kreml trápí uprchlická vlna

Z Ruska odjelo od vyhlášení časové mobilizace více než 260 tisíc mužů.

Když prezident Vladimir Putin před šesti dny vyhlásil mobilizaci pro asi 300 tisíc lidí s vojenskými zkušenostmi, dostavily se rozličné reakce. Nejviditelnější byl odpor, který měl podobu omezených protestů v řadě ruských měst

a regionů. „Střety mezi účastníky demonstrace proti odvodům do armády a policií nejnověji vypukly v jihoruském Dagestánu,“ informoval včera opoziční list Novaja Gazeta, který konstatoval, že se množí i kritiky prokremelských činitelů pro zmatky, jež mobilizaci doprovázejí.

Kolem Putina přitahuje

Sociální sítě zaplavují snímky dlouhých kolon na ruských hraničních přechodech. Do toho přichází zvěsti o uzavření hranic pro muže v branném věku. Ústřední důvod je



Částečná mobilizace přináší první rekruty.

ten, že podle nejnovější zprávy bezpečnostní služby uvádí 261 tisíc mužů, kteří od stře-

dy do sobotního večera opustili zemi. Zdroj citovaný Novou Gazetou vyjádřil jistou

nedůvěru k těmto údajům s ohledem na to, že pohraniční služba FSB dříve nebyla schopna zpracovávat data o přeshraničním pohybu takto rychle – na jaře se snažila spoléhat na data mobilních operátorů, která však přicházejí se zpožděním.

Atmosféra je ale podle zdroje nyní taková, že takzvaní silovci se snaží Putina přesvědčit, aby hranice uzavřel, „než bude pozdě“.

Referenda končí

Některá ruská média citovala zdroje, podle nichž ruské úřady uzavřou hranice pro osoby v branném věku již po referendech o připojení k Rusku na okupovaných územích Ukrajiny, což by mělo být během dneška.

Situace se však podle opozičního serveru Meduza může změnit, pokud nastane hromadný exodus z Ruska. Referenda v oblastech na východě Ukrajiny neuznává Kyjev ani západní státy.

Deník připomíná, že některým ruským občanům, na něž se vztahuje mobilizace a kteří se pokoušejí opustit Rusko, začali na hranicích vydávat oznámení, že jim je na základě rozhodnutí vojenské správy zakázáno vycestovat. Takových případů list zaznamenal už nejméně pět. **ČTK**

INZERCE

„Aplikace Moje dm promění nakupování v živou událost“



Seznamte se s nejnovějšími produkty, využijte živý chat s odborníky a získajte exkluzivní eKupony.

14.09.2022 18 hod. pleťová séra

29.09.2022 18 hod. nápady na rychlé večere s dmBio

dmLIVE, nyní exkluzivně v aplikaci Moje dm



Moje dm-app
dm.cz

dm
ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

Tragédie ve škole

Při střelbě ve škole v ruském Iževsku zemřelo včera ráno nejméně 15 lidí, z toho 11 dětí. Zřejmě 24 dalších osob utrpělo zranění.

- Pachatel, sám absolvent této školy, byl vyzbrojen dvěma pistolemi a oblečen do trička s nacistickými symboly. Nyní je po smrti, zřejmě spáchal sebevraždu. **ČTK**



O sankcích

Maďarsko uspořádá takzvanou národní konzultaci, při níž se občanů zeptá, zda si přejí protiruské sankce. Včera to v projevu v maďarském parlamentu uvedl premiér Viktor Orbán. Podle něj jsou sankce spolu s vysokými cenami energií důvodem současných problémů evropské ekonomiky. Orbán v projevu také uvedl, že budoucnost své země vidí navzdory konfliktům s Bruslem nadále v Evropské unii. **ČTK**

Krátce

Potěšili LGBT

V referendu na Kubě lidé schválili vládu podporované změny v rodinném právu včetně adopcí a uzákonění sňatků pro homosexuální páry.

Referendum? Ne

Kazachstán, blízký společenec Moskvy, neuzná možné připojení východoukrajinských oblastí k Rusku. Uvedlo to kazachstánské ministerstvo zahraničí. V oblastech na východě

Ukrajiny minulý týden začalo hlasování o jejich připojení k Rusku, které pro ruské úřady označují za referendum. Hlasování neuznává Ukrajina ani západní státy.

Únos nevyšel

Belgický ministr spravedlnosti Vincent Van Quickenborne je pod policejní ochranou poté, co byli v Nizozemsku o víkend zadrženi čtyři lidé podezřelí z přípravy jeho únosu. **ČTK**

Drahocenní miláčky

Lidé, kteří si v Británii chtějí pořídit psa plemene velšský corgi, si nyní výrazně připlatí. Ceny za corgie, které celý život vlastnila zesnulá britská královna Alžběta II., se v nejnovějších inzerátech dostaly na 2500 liber, tedy asi 70 tisíc korun. Panovnice vyšlechtila několik generací corgiů. Upřednostňovala plemeno pembroke, ale chovala i křížence corgiho a jezevčíka či kokršpaněla. **ČTK**





Inspirujte se s dmLIVE, živým vysíláním společnosti dm

Livestream shopping představuje interaktivní formát nakupování během živého vysílání, v jehož rámci jsou prezentovány konkrétní produkty a zároveň je nabízeno poradenství při výběru těchto produktů.

Nákupní formát, který se poprvé objevil v Asii v roce 2017, si postupně našel cestu také na americký trh. V Evropě se jedná o formát, s nímž se zákazníci teprve seznamují. Mezi průkopníky tohoto interaktivního způsobu nakupování a poradenství patří také dm drogerie markt. V Německu a Rakousku spustila

oblíbená drogerie živé vysílání před půl rokem. Interaktivní nákupní zážitek si nyní mohou dopřát také čeští zákazníci. Vysílání je dostupné pouze v mobilní aplikaci Moje dm.

3, 2, 1... Start!

Po půl roce od spuštění mobilní aplikace Moje dm uvádí společnost dm drogerie markt její novou funkcionalitu. Od 14. září mají uživatelé aplikace možnost sledovat živé vysílání dmLIVE, ve kterém se mohou těšit na podrobné představení vybraných drogistických produktů a rady a tipy, jak je správně používat.

„Nakupování na různých digitálních kanálech a během živých přenosů se stává stále silnějším trendem. Živá vysílání jsou navíc skvělým způsobem, jak napřímo komunikovat se zákazníky. Ti se totiž v reálném čase mohou ptát na konkrétní věci, které je zajímají,“ komentuje zavedení nového nástroje Jiří Peroutka, manažer komunikace dm drogerie markt.



V hlavní roli produkty a odborné poradenství

Živým vysíláním diváky provází moderátorka Lenka Binterová spolu s vybranými hosty. Pozváni jsou kvalifikovaní odborníci na jednotlivá témata nebo známí influenceri. „Každý díl se věnuje jinému tématu a představíme v něm jak dodavatelské produkty, tak produkty dm značek. Živé přenosy dmLIVE budou vysílány vždy dvakrát do měsíce, zpravidla ve středu od 18 hodin, a trvat budou

zhruba půl hodiny. Každou epizodu bude možné přehrát i zpětně,“ upřesňuje Peroutka. Hned v prvním díle se moderátorka společně se svými hosty zaměřila na pleťová séra nejen ze sortimentu dm značek. Druhé vysílání, které proběhne 29. září, bude patřit produktům značky dmBio a tipům na rychlé, zdravé a chutné večere. S těmi poradí Petra Futrová, která je známá svým instagramovým účtem dum_ve_svahu. V říjnu živé vysílání představí do-

plňky stravy, díky nimž budeme moci být i na podzim v kondici, a přinese užitečné tipy pro péči o domácnost.

Diváci se mohou do vysílání aktivně zapojit a klást hostům konkrétní dotazy k produktům a nechat se inspirovat zkušenostmi s jejich používáním. Na základě doporučení si také budou moci představené produkty jedním kliknutím vložit do košíku a objednat.

Exkluzivní eKupony

Na sledující bude čekat odměna v podobě exkluzivních eKuponů, například na 50násobné body na určité skupiny produktů. eKupon se objeví v kuponovém centru aplikace Moje dm pouze těm, kteří si živé vysílání zapnou v přímém přenosu, nikoli ze záznamu. Tyto eKupony zákazníci budou moci uplatnit ihned v aplikaci Moje dm, na on-line shopu dm.cz nebo v prodejnách při načtení své zákaznické karty z aplikace Moje dm. Na uplatnění eKuponů mají sedm dní od vysílání.

ROZDÁVÁME ZDARMA 1000 KUSŮ

ortopedických ortéz, které uleví od silné bolesti kolen
a kloubů za 17 minut

TO NENÍ CHYBA TISKU. ČTĚTE DÁL.

Pokud jste se narodili v letech 1920–1990 a:

- trpíte chronickou bolestí kolenních kloubů
- při pokrčení kolenou pociťujete vrzání, praskání a loupání
- poté, co ležíte v noci nebo delší dobu, cítíte „počáteční bolest“, ztuhlost a necítíte nohy ani kolena
- máte často pocit těžkých, olověných nohou
- míváte nateklé kotníky, trpíte otoky kolenou a křečemi v lýtkách
- potýkáte se s revmatickými potížemi nebo jste měli úraz

... pak si ještě dnes vyzvedněte svou terapeutickou stabilizační kolenní ortézu, která po 1. nasazení posílí kolenní klouby, za 17 minut odstraní bolest a pomůže vám znovu nabýt hybnost.

Skladem je zabaleno a připraveno k odeslání 1000 speciálních ortéz – jedná se o inovativní stabilizátory využívající pokročilou magnetoterapii, které můžete používat sami doma. Rozdáme je ZCELA ZDARMA, přičemž se budeme řídit heslem „kdo dřív přijde, ten dřív mele“. Zavolejte do **15.10.2022**, než vás předběhnou ostatní. Datum narození potvrdíte ústně po telefonu.

Stabilizační kolenní ortéza je vybavena magnety, každý o síle až 1600 GS, díky čemuž je možné provádět speciální magnetoterapii v pohodlí domova. Působí přímo na bolavý kloub a odstraňuje bolest, ztuhlost a vrzání kolenou, pomáhá zlepšit stav menisku a poškozenou kloubní chrupavku, posiluje šlachy a vazy. Po 1. nasazení ortézy je kolenní kloub stabilizován a má termomechanickou ochranu, mizí bolest, otoky a další dysfunkce kolena v důsledku degenerativních změn, revmatu, přetížení nebo traumatických stavů. Pro účinnou úlevu od silné bolesti stačí nosit ortézu 3–4 hodiny denně, přičemž čím déle ji budete používat, tím znatelnější zlepšení hybnosti pociťte – koleno se začne ohýbat plynule a bez bolesti, bude lépe „promazané“ kloubním mazivem, takže přestanete pociťovat nepříjemné praskání a „přeskakování“ v kloubu. Po 4 dnech koleno narovnáte bez bolesti a omezení a tvorba přirozené synoviální tekutiny se zvýší až o 230 %. Stabilizátor je vyrobený z odolných prodyšných ortopedických materiálů, zapíná se na pevný suchý zip – je velmi pohodlný a nenápadný pod oblečením.

Avšak to není všechno. Když odstraníte bolest a ztuhlost dolních končetin a stabilizujete kolenní kloub, zajistíte podporu celé své kostře. Ortopedický kolenní stabilizátor vám také pomůže zmírnit opakující se bolesti páteře, beder, míšních nervů nebo boků. Až se zlepší vaše hybnost, budete opět bez potíží chodit na procházky, jezdit na kole, pracovat na zahradě nebo se věnovat rannímu cvičení. Díky tomu rozhýbete celé tělo a každý dnem budete pociťovat větší fyzickou zdatnost a degenerativní změny a revmatické potíže vás přestanou znehybňovat.

Tato stabilizační ortéza je nejoblíbenější a nejdražší model, který byl dosud v Evropě vyroben lidem v oblasti ortopedických a antidegenerativních terapií. Sedí na levé i pravé koleno, mohou ji nosit ženy i muži. Bude vám i vašim blízkým sloužit řadu let.

Proč rozdáváme inovativní stabilizátor kolenního kloubu na odstranění bolesti a degenerativních stavů zcela ZDARMA?

Velmi důležité: upozorňujeme, že se na trhu již objevily levné a neúčinné padělky stabilizačních ortéz. **Nezaměňujte je s originálním stabilizátorem s magnety o síle 1600 GS k profesionální magnetoterapii**, v němž byla použita speciální terapeutická technologie, vypočtené magnetické pole a vyměřený systém rozmístění magnetů, který si výrobce hlídá. Efektu maximální regenerace kolenního kloubu a terapeutického účinku při degenerativních změnách se silnými bolestmi lze dosáhnout pouze s použitím originální stabilizační ortézy.

NEVÁHEJTE. Tuto nabídku můžete využít pouze do 15.10.2022 – taková příležitost se již nikdy nebude opakovat

Stabilizační ortopedická ortéza, která zmírňuje i silnou bolest kolenního kloubu různého původu, nikdy nebude dostupná v žádném kamenném obchodě. ROZHODUJE POŘADÍ ŽÁDOSTÍ. Neváhejte proto ani minutu – zavolejte hned teď na telefonní číslo **354 770 355**, abyste to stihli, než BEZPLATNĚ zásoby dojdou.

POZOR! Platí limit: 1 ortéza na domácnost.

INZERCE

**Pozvánka**

Ben Cristovao se vrací do pražské arény po třech letech.

- Koncert se koná tuto sobotu od 19 hodin, hala bude otevřená už v 17.30 hodin.
- Vstupenky lze koupit od 990 korun na portálech Ticketmaster a Ticketportal.
- Vozičkář zaplatí 490 korun a jeho doprovod korunu.
- Více na www.o2arena.cz.



Ben Cristovao se připravuje na koncert v O2 areně, hosty tají

Show v této hale už zažil. „Věřím, že budu o něco méně nervózní a ještě víc si to užiju,“ říká Ben Cristovao, zpěvák, textař, sportovec a také herec.

Právě finišujete přípravu na váš druhý koncert v O2 areně, v čem bude jiný?

Pevně věřím, že jsem se za ty tři roky hudebně a i co se týče prezentace hudby někam posunul. Naše sehraň s kapelou se zase posunula výš a repertoár taky nabyl na objemu. Koncert bude mít opět skvělou výpravu pod vedením režiséra Jakuba Vedrala. Show chystáme intenzivně už několik měsíců, během září jsem vlastně neřešil nic jiného. Jde o můj největší projekt v tomhle roce a strašně se na ten den těším. Mám taky výhodu v tom, že jsem koncert v téhle jedinečné hale už jednou zažil.



Jaké jste si do arény pozval hosty?

Absolutně úžasné! Ze všech možných žánrů a ze všech možných kolaborací, které jsem za tu dobu uskutečnil. Nechtěl bych je ale prozrazovat.

Před létem jste vydal desku Protenkontrast. Jaké

má název pozadí, co vše vyjadřuje?

Název desky mi vyvstal, když jsem se díval na to, jaké skladby jsem dal dohromady. Ten název mi tam skvěle sedl i v souvislosti s názvem předchozího alba JENTAK.

Na desce s vámi spolupracovala i řada hostů. Mezi

nimi také váš dlouholetý kamarád Rytmus. Jak vám to ve studio ladilo?

Rytmus je velmi profesionální a fakt rychle, co se týče songwritingu. Docela přesně zná svou vizi a umí ji dobře prezentovat. To platí i o natáčení klipu k songu meta-verse.

Kdybyste mohl cestovat v čase, s kým byste se rád potkal?

Určitě bych se strašně rád viděl s Princem. Byl to umělec, který si vytvořil svůj subžánr a je jen těžce opakovatelný. Pokud se o Princův styl někdo i tak pokouší, lidé poznají, že se inspiruje daný umělec právě jím. Stopa Prince je naprosto jedinečná.

Na hudební scéně se pohybujete už více než deset let. Dosáhl jste na Českého slavíka, vyprodal jste Forum Karlín, a jednou už také O2 arénu. Máte ještě nějaké další sny, které si chcete plnit?

Mým konzistentním plánem a snem je seberozvoj v hudbě, chci se pořád někam posouvat. Bylo by super, kdyby se mi povedlo najít nový vlastní žánr, v kterém bych se realizoval a dokázal mu dát unikátní podobu. LUCIE MOTTLOVÁ

INZERCE

**DEMOKRACIE A SVOBODA?
U NÁS ANO**

ParlamentníListy.cz

metro

ZDRAVÍ

KOMERČNÍ PŘÍLOHA

27. září 2022, www.metro.cz

PROFMEDIA



Zdravá tvář

Zánět dásní. Problém, za který si většinou můžeme pouze sami

Špatným čištěním chrupu a mezizubních prostorů se od zánětu dásní můžeme propracovat k parodontóze.

Takřka všichni noví pacienti, kteří přijdou poprvé do ordinace dentální hygienistky, mají v nějaké fázi rozjetý zánět dásní. Gingivitida, jak se nemoc odborně nazývá, je běžná jak u dospělých, tak dětí. Když se neléčí, může přerůst v parodontitidu, lidově parodontózu.

Na vině je zubní plak

Zánět dásní je považován za nejčastější zánět v lidském těle a v naprosté většině případů je vyvolán zubním plakem, tedy špatnou zubní hygienou. Můžeme si tedy

za něj sami. Abychom ale byli k sobě spravedliví, způsobit jej mohou i některé bakterie, viry nebo kvasinkové infekce, ale to už není tak častý případ.

Všichni víme, že důležitým varovným signálem je krvácení při čištění zubů, ale mnoho pacientů to přehlídí nebo podceňuje. Parodontóza totiž zpočátku nebolí. „Doprovází ji typické známky zánětu: zčervenání, zteplání, bolest a někdy i hnisání. Na zánět dásní a parodontitidu by nás měl vždy upozornit lékař či dentální hygienista. Prevence je až na výjimky vždy sto procentní. Což znamená, že v případě řádné hygieny jsme schopni onemocnění předjít,“ vysvětlil pro iDNES.cz stomatolog Ondřej Šrámek.

Nejvíce jsou postiženi kuřáci, protože kouření snižuje obranyschopnost zubů a dásní, navíc výsledky léčby jsou u nich prokazatelně horší



než u nekuřáků. Jejich dásně jsou méně prokrvené, zánět se proto vůbec nemusí projevit krvácením. Roli hraje také dědičnost, ale třeba i nesprávně zhotovené výplně zubů. Zubní plak se postupně přeměňuje na zubní kámen a nemoc se dále zhoršuje.

Pár minut čištění zubů rozhodně nestačí

Jak tedy problémům předejít? Pokud si budete kvalitně čistit zuby, pravidelně chodit na dentální hygienu i k zubnímu lékaři, zánětu se bát nemusíte. Čištění ale musí být opravdu důkladné, nestačí

pár minut ráno a večer. Nutné je používat i mezizubní kartáček, případně zubní nitě. „Mezizubní péče bývá často zanedbávána. Přitom právě proto bývá tento prostor v dospělosti nejčastěji postižen zubním kazem,“ upozorňuje dentální hygienista Michal Kalita. Pokud na mezizubní kartáčky či nitě nejste zvyklí, určitě zajděte na konzultaci na dentální hygienu. Odborník vám poradí, jakou velikost mezizubního kartáčku zvolit – příliš malý kartáček zubní prostory nevyčistí dostatečně, příliš velký zase může poškodit dásně.

V důsledku parodontózy ubývá jak vazivových vláken kotvících zub do kosti, tak kosti samotné. Zuby postupně „přestávají držet“ v čelisti a uvolňují se. Kromě toho nemoc zhoršuje aterosklerózu, což je rizikový faktor pro vznik kardiovaskulárních onemocnění. iDNES.cz

INZERCE

ADVERTORIAL

Zkažený dech ohlašuje parodontózu

Parodontitida představuje zánětlivé onemocnění dásní a závěsného aparátu, které nás po zubním kazu trápí nejvíce. Onemocnění vzniká působením bakterií, které produkují agresivní kyseliny, ty rozpouštějí tvrdou vápníkovou a fosfátovou minerální matici zubní skloviny a přitom uvolňují sirovodík, jenž zapříčiňuje zápach z úst. Bakterie mají za následek vznik zánětu, který se nejprve usadí na dásních, později však i na systému, který plní funkci pevného ukotvení zubů. Zánět se rozvíjí a způsobuje bolest, pocit tlaku a brnění. Mezi zubem a dásní se vytvářejí prostory, vačky, které mohou být naplněné hnisem. Krčky zubů se odhalují, zuby se rozestupují a ztrácejí pevnost ukotvení.

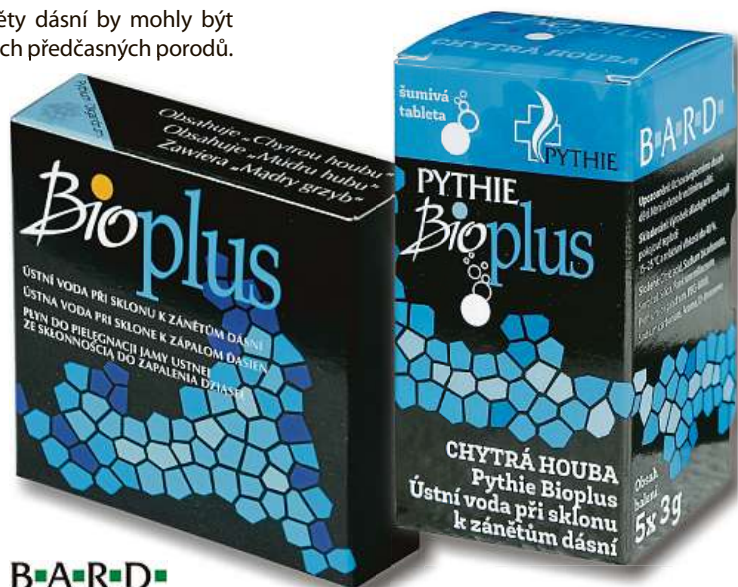
Dlouhodobý zánět oslabuje imunitní systém, který pak hůře odolává závažnějším onemocněním. Podle statistik mají pacienti s parodontitidou dvojnásobně větší riziko onemocnění srdce a čtyřnásobně nebezpečí srdečního infarktu. Obzvláště

ohroženi jsou, podle odborníků, pacienti s cukrovkou, osteoporózou nebo plicními onemocněními. Experti odhadují, že záněty dásní by mohly být zodpovědné za 18,2% všech předčasných porodů.

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

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

do pitné vody a provádí se klasické výplachy dutiny ústní. Tam Chytrá houba příznivě působí, pokud má člověk sklony k zánětům dásní. Přípravek se aplikuje tři dny za sebou a dále podle potřeby anebo až za měsíc. Běžné uplatnění je vhodné v souvislosti i s používáním zubních náhrad, či rovnátek. Uplatnění přípravků Chytrá houba Pythie Bio Plus se osvědčilo i u lidí po chemoterapii, u mladistvých, kdy docházelo v ústech k přemnožení kvasinek nebo trpěli na afty, či opary.



Přípravky s Chytrou houbou - Pythium oligandrum dostanete ve své lékárně. Na Vaše otázky rádi odpovíme na telefonu: 728 814 202, e-mail: pythium@pythium.cz
Výrobce: Bio Agens Research and Development – BARD, s.r.o.

www.chytrahouba.cz

Volba před operací šedého zákalu: sférická, nebo asférická čočka?

Operace šedého zákalu je v dnešní době rychlým, bezbolestným zákrokem, který milionům lidí po celém světě vrací ostrý zrak a podstatně zlepšuje kvalitu života. Zákrok spočívá v odstranění zakalené čočky a nahrazením za čočku umělou. Pacienti přitom mají možnost volby, jaký typ si zvolit.

Čočka lidského oka je tvořena proteiny, které jsou uspořádány tak, aby byla transparentní a propouštěla světlo dále do oka k sítnici. Šedý zákal (katarakta) je stav, kdy dojde k zakalení nitrooční čočky.

ké a asférické. Sférické (kulovité) čočky nabízejí velmi dobrou kvalitu obrazu – mlha je pryč, svět kolem sebe najednou vidíte v jasných barvách a zbavíte se dvojitého vidění či nepříjemného prstence, kte-

	Sférická čočka	Asférická čočka
Popis	Nabízejí dobrou kvalitu obrazu. Sférická čočka ale nedokáže tak dobře soustředit všechno dopadající světlo do jednoho bodu, protože paprsky procházející mimo optickou osu se lomí pod jiným úhlem a může docházet k rozostření periferního vidění.	Tento typ čoček byl speciálně vyvinut ke korigování tzv. sférické aberace, což vede ke zlepšení kontrastu vidění za zhoršených světelných podmínek (mlha, šero a snížené osvětlení). Vidění s asférickou čočkou je ostré v celé šíři obrazu.
Výhody	Nabízí velmi dobrý standard vidění po operaci šedého zákalu. Je plně hrazena zdravotní pojišťovnou.	Jasnější a ostřejší obraz zejména při řízení auta, sledování TV nebo čtení při slabším osvětlení. Žluté asférické čočky dokážou chránit i před škodlivým světelným zářením.
Vidění za šera	Ano, neostré.	Ano, ostré.
Ochrana před modrým světlem	Ne.	Ano (při přítomnosti žlutého filtru).
Cena	Pro pacienty zdarma.	V řádu tisíců korun, záleží na přesném typu čočky.

To si můžeme představit jako zadýchané sklo, v počátečních fázích se žlutavým až hnědavým nádechem, které zhoršují zrakovou ostrost. Postupně může dojít k výrazně hnědému nebo červenému, bílému ale i černému zakalení, přes které již není vidět, zrak se podstatně zhorší a může dojít až ke slepotě.

Jedinou možností, jak lze odstranit šedý zákal, je operační zákrok. Ten je vůbec nejčastější operací na světě. Trvá 15 až 20 minut, je bezbolestný a bez rizika. Během výkonu se vyjme zakalená čočka a nahradí se umělou. A pacient si může po domluvě s lékařem zvolit, jaký typ bude v jeho případě nevhodnější.

Nitroočních čoček už v současné době existuje několik typů. Podle jejich zakřivení je dělíme na sférické a asférické.

Sférické (kulovité) čočky nabízejí velmi dobrou kvalitu obrazu – mlha je pryč, svět kolem sebe najednou vidíte v jasných barvách a zbavíte se dvojitého vidění či nepříjemného prstence, který se tvořil kolem jasných zdrojů světla. Nezanedbatelnou výhodou sférické čočky je pak její cena: v ČR je plně hrazena zdravotní pojišťovnou.

Asférická čočka je pro naše oko přirozenější, přibližuje se čočce mladého člověka. „Její výhodou je zlepšení kontrastu a ostrosti vidění zejména za zhoršených světelných podmínek, jako je mlha, šero a horší osvětlení. To oceníte hlavně při řízení auta, sledování televize, čtení při slabším osvětlení,“ popisuje MUDr. Věra Kalandrová, primářka oční kliniky Lexum v Brně.

Je důležité si uvědomit, že nitrooční čočka nejsou brýle, které můžeme co dva roky vyměnit – je to řešení na celý život. Možná právě proto si více než polovina pacientů (61 %) za asférickou čočku ráda připlatí.

LÉČBA ŠEDÉHO ZÁKALU

„Díky operaci na oční klinice Lexum zase vidím dětskou radost.“



LEX005_202209

Dopřejte si lepší vidění díky péči na očních klinikách LEXUM.

Objednejte se na 800 22 66 55.
www.lexum.cz



LEXUM

oční kliniky
ambulance
optiky

Pozor na nadměrné slunění

Ochrana kůže je důležitá i v zimě.

Pleť obličeje je velmi citlivá a hlavně sluníčko jí nedělá moc dobře. „Sluneční paprsky nám sice prozáří náladu, naše kůže ale posléze už tak nadšená nebude. Nezbyvá než opět nepopulárně zopakovat, že nadměrné slunění nejen urychluje stárnutí kůže, ale i prokazatelně zvyšuje vznik zhoubných i nezahubných kožních nádorů,“ varuje primářka kliniky LaserPlastic Marta Moidlová.

Základním opatřením je tedy pečlivá ochrana před slunečním zářením, a to i v zimě. Můžete použít krémy, mléka, gely, ale i pečující kosmetiku s přidávkou protislunečních filtrů v denních krémech, make-upech a pudrech. „Dále je velmi důležitá dostatečná hydratace. Nezapomínejme na sérum pod hydratační krém a kabelkové balení termální vody ve spreji,“ doporučuje primářka Moidlová. Podle ní lze pleť ošetřit i miniin-

vazivní metodou Skinbooster pomocí injektoru, který jemnými vpichy zajistí hlubokou hydrataci kůže ve vrstvě, kde je nejúčinnější

Opar či akné

Obličej ale často sužují i jiné viditelné potíže, například opar. Začíná nenápadným svěděním a končí bolavým puchýřem, který se ze rtů může rozlézt i po části tváře. Opar je infekční onemocnění způsobené virem Herpes simplex. To, že se objeví obvykle před nějakou velkou událostí, není náhoda. Virus totiž zůstává v organismu a aktivuje se při oslabení, tedy i stresu, a u žen často před menstruací. K léčbě se u mírnějších forem používají antivirové masti, u komplikovaných forem se podávají antivirové tablety.

Mezi další časté problémy patří akné. Sužuje především mladé lidi, ale není to pravidlem – řada dospělých jím trpí také. Při akné dochází k ucpání vývodů mazových žlázek a následně k jejich zánětu. Za jeho výskytem může



Pihy jsou malé plošky zvýšené pigmentace.

PROFIMEDIA

být dědičnost i hormonální změny, ale také stres, použití nevhodných kosmetických prostředků, vysazení antikoncepce, nadměrné pobývání na slunci, kouření či nevhodný životní styl. U mírnějších forem akné je nutné hlavně pečovat o pleť správným čistícím prostředkem. U těžších forem je nutné vyhledat lékaře.

Nadměrná pigmentace

S přibývajícím věkem se na obličej objevuje nadměrná pigmentace. Jedná se o různé velké skvrnky, které vznikají

nahromaděním kožního barviva – melaninu. „Množství pih je nejvíce ovlivněno geneticky a množstvím slunečního záření. Pigmentovaná ložiska vznikají jako projev stárnutí kůže, ale i po spálení kůže, zhojených zraněních nebo kožních onemocněních,“ říká Moidlová. Tyto projevy se dají dobře ošetřit pomocí laserů. „Paprsek laseru řízený počítačem je zaměřen tak, aby cíleně zasáhl pigmentový projev v kůži. Je schopen obrovskou energií v tisícině vteřiny zasáhnout pouze místo, kde chceme ne-

žadoucí projev odstranit, aniž by poškodil okolní tkáň. Část rozemlněného pigmentu se vstřebá, zbytek je odloučen spolu s jemným povrchním stroupkem, který se zhojí během několika dnů,“ doplňuje.

Nepříjemná růžovka

Poměrně častým problémem na obličej je i takzvaná růžovka. Jde o chronické kožní onemocnění, které se projevuje zarudnutím a rozšířenými žilkami, později i tvorbou zánětlivých pupínek až hrbolů. Příčina není zcela jasná. Nejspíše se na vzniku podílí více faktorů včetně genetické dispozice. Léčba je nelehká a dlouhodobá, v počátečních stádiích onemocnění předepisuje lékař léčebné krémy, gely či pasty s protizánětlivým účinkem. Při zhoršeném stavu se používají lokální či celková antibiotika v tabletách. Růžovku je možné léčit i chirurgicky. Na rozšířené cévky a začervenání kůže lze také použít cévní laser, případně pulzní intenzivní světlo. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

INZERCE

Získejte zpět ztracenou mužnost bez operace!

PŘÍPRAVEK ZDARMA obnoví správnou velikost prostaty za 14 dní!

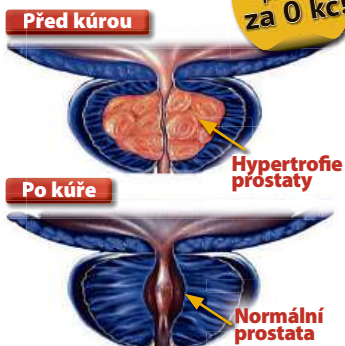
Téměř 1,5 milionu mužů z celé Evropy využilo **BEZPLATNÝ PRODUKT** a jednu provozy se zbavilo hyperplazie prostaty, získalo zpět **pohodlí při močení a plně sexuální možnosti**. Inovativní formule snižuje pálení a pocit tlaku na močovou trubici, snižuje frekvenci návštěv toalety a opravuje erekční mechanismus již od prvního použití.



Jiří B. (66 L), Opava

„Neustálý tlak na močový měchýř, noční vstávání na záchod a boj o jedinou kapku bylo utrpení. Byl bych se zbláznil, kdybych si neobjednal tuto bezplatnou kúru! Za pár dní se vše vrátilo do normálu. Už mně nic nepálí, můžu normálně čurat. Na záchod jdu jen občas a v posteli mám sílu!“

Na rozdíl od invazivních metod, které s sebou nesou riziko závažných komplikací (včetně impotence), nová kúra výrazně omezuje zvětšení prostaty a zlepšuje sexuální výkonnost 100% přirozeně a bezpečně bez ohledu na věk!



„Bioaktivní látky iniciují proces sebe regenerace buněk prostaty, obnovují její normální hmotu a blokují mechanismy vedoucí k jejímu opětovnému růstu. Až 9 z 10 mužů deklaruje snížení zátěžového tlaku a pocitu přeplnění, větší komfort při močení a posílení erekce již 1. den kúry.“

specialista na urologii

Získejte **PŘÍRODNÍ PŘÍPRAVEK REDUKUJÍCÍ hypertrofii prostaty ZDARMA!**

Zavolejte rychle a staňte se jedním ze 50 lidí, kteří **OBRDÍ PŘÍPRAVEK ZDARMA A ZÍSKÁ ZPĚT MUŽSKOU EFEKTIVITU!**

Prvních 50 lidí obdrží produkt v hodnotě **2500 Kč ZCELA ZDARMA:**

296 183 081

Fond 100% refundace je platný do **30.09.2022**

Po-Pá 8-20 hod., So-Ne 9-18 hod. (Běžný místní hovor bez příplatků) **POZOR: rozhoduje pořadí přihlásek!**

Pozor na pihy od sluníčka, může to být rakovina kůže

Naše kůže dostává po celé léto pořádně zabrat a letos nás sluníčko opravdu nešetřilo. Je tedy načase zjistit, jestli jí paprsky neublížily. Zkontrolujte si hlavně pihy a znaménka včetně těch v podpaží nebo ve vlasech, a pokud objevíte sebemenší změnu, ihned zajděte na kontrolu k dermatologovi. Může vám to zachránit život. Co by vás mělo varovat?

- **Změny tvaru a barvy:** Běžné mateřské znaménko má ohraničené okraje, jakmile se objeví nepravidelnosti, může se jednat o melanom. Podezřelé je i znaménko, které nemá po celé své délce stejnou barvu.
- **Bazaliom:** Nejběžnější a nejlépe léčitelná forma rakoviny kůže. Šíří se velmi pomalu a může mít mnoho podob

a odstínů – plochý, vyvýšený, šupinatý, hnědý, bílý, tělový nebo „vosková jizva“.

- **Spinaliom:** Méně častý typ nádoru, vypadá jako pevný červený nebo šupinatý uzlík a krvácí. Může také připomínat opar, který se nehojí. Nejčastěji se objevuje na nose, čele, uších, spodním rtu nebo na rukou. Pokud je odhalen včas, dá se dobře léčit.
- **Melanom:** Nejobávanější nádor kůže. Projevuje se jako pigmentová skvrna, která zpočátku vypadá jako obyčejné znaménko, ale postupně se začíná zvětšovat, získává nepravidelné okraje a mění barvu (na strakatou). Může také rohovatět, olupovat se, při sebemenším poškození krvácet a projevovat se úporným svěděním. **iDNES.cz**



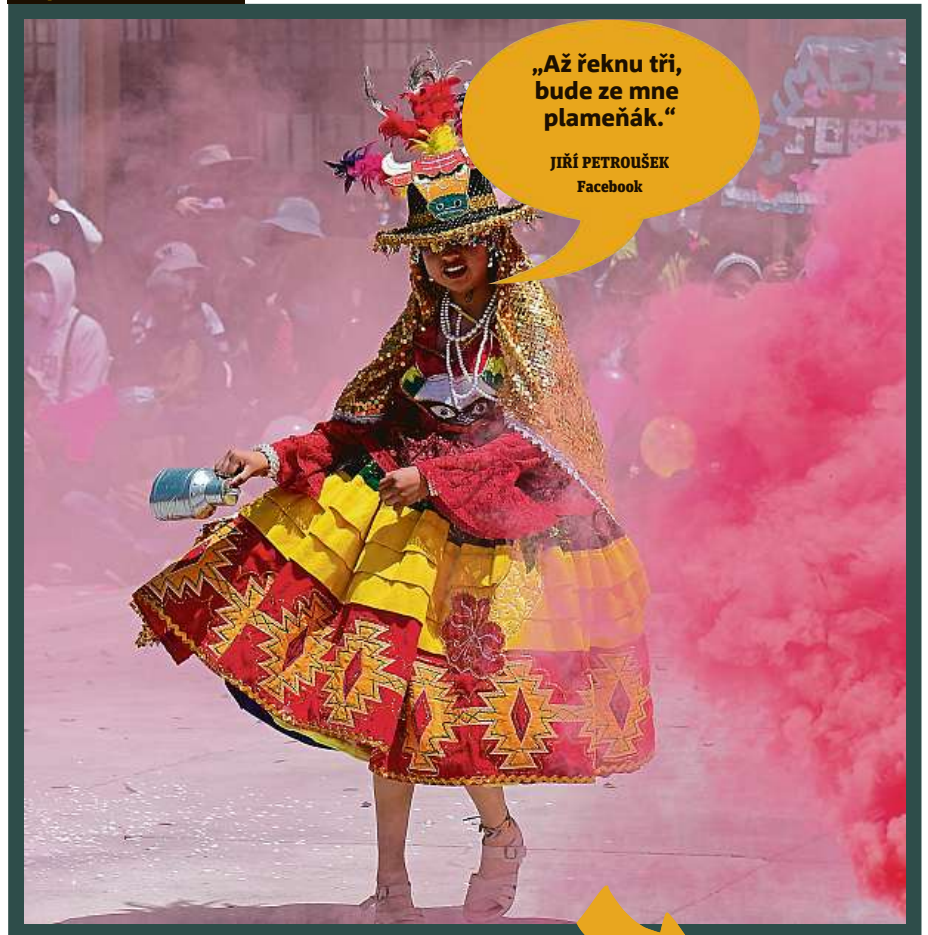
Některá znaménka mohou být nebezpečná.

ADOBE STOCK

Sudoku

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

Napište svou bublinu



Luštěnka

T	V	A	B	I		
1						
K	A	S	I	R	A	
		2				
H	O	D	A	J	A	
	3					
T	S	O	D	Á	Ž	
		4				
D	A	Č	K	A	S	E
			5			

Přeházejte písmena a vyjdou vám slova. Ta doplňte do prázdného řádku pod písmeny.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Počasí

DNES	ZÍTRA	ČTVRTEK	PÁTEK
11/15 °C	10/14 °C	12/16 °C	12/16 °C

Teplotní rekordy: ↓ 0,7 °C (1877) ↑ 26,0 °C (1947) Bio: ❤️❤️❤️



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

TV tipy

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>15.50 Na krok od nebe II</p> <p>16.45 Cestománie</p> <p>17.15 AZ-kvíz</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 Zahradnictví: Rodinný přítel Drama (ČR, 2017)</p> <p>22.20 Hercule Poirot XI</p> <p>23.55 Komisař Moulín</p> <p>01.25 Zajímavosti z regionů</p> <p>01.55 Rájské zahrady</p> <p>02.15 Dobré ráno</p> <p>04.45 13. komnata Sárý</p> <p>05.15 Černé ovce</p>	<p>16.35 V jiném těle (4/6)</p> <p>17.15 Krásy severní Evropy</p> <p>18.10 Objevování světa II</p> <p>19.00 Cyklotoulky</p> <p>19.15 Křesťanský magazín</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Afričan Romantická komedie (Fr., 1982)</p> <p>21.45 Život je hra: sto let Zdeňka Matějčka</p> <p>22.45 Letecké katastrofy</p> <p>23.30 Hitler a Stalin: Tajné vztahy (2/2)</p> <p>00.25 Fargo III (5/10)</p> <p>01.25 Letecké katastrofy</p> <p>02.10 Cesty víry</p> <p>02.40 Správce země</p>	<p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.25 Na lovu II</p> <p>18.25 Ulice (4332)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 MasterChef Česko VI (9) Boj o titul MasterChef a milion korun pokračuje!</p> <p>21.45 Soubor na talíři II</p> <p>22.45 Víkend</p> <p>23.40 Dr. House V (9) Seriál (USA, 2008)</p> <p>00.35 Dr. House V (10) Seriál (USA, 2008)</p> <p>01.35 Soubor na talíři II</p> <p>02.20 Víkend</p> <p>03.15 Pojišťovna štěstí II (20)</p> <p>04.15 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 Zoo (52) Odhalené tajemství. Rodinný seriál (ČR, 2022)</p> <p>21.35 7 pádů Honzy Dědka</p> <p>22.40 7 pádů Honzy Dědka</p> <p>23.55 Ano, šéfe!</p> <p>01.05 Policie v akci</p> <p>02.05 Námořní vyšetřovací služba IX (13) Zoufalec. Krimiseriál (USA, 2011)</p> <p>03.05 Rizzoli & Isles: Vraždy na pitevně IV (2)</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 Number One</p> <p>11.00 Óčko hity</p> <p>15.00 Mixxxer Live</p> <p>17.00 Óčko hity Klipy nonstop</p> <p>17.30 Smartmania Novinky ze světa technologií s Dominikem Vršanským</p> <p>17.35 Óčko hity Klipy nonstop</p> <p>21.30 Tattoo Fixers Extreme Krotitelé extrémně zrušovaných kérek</p> <p>22.00 Naked Attraction Seznamka na tělo</p> <p>22.30 Óčko flirt Proud klipů se vzkyazy diváků Óčka</p>



Adam Ondra

Příběh jednoho z nejlepších sportovních lezců světa Adama Ondry bude k vidění na filmovém plátně. V dokumentu Posunout hranice, který bude mít premiéru v kinech 27. října, Ondra odhalil své soukromí. Na rozdíl od jiných lezeckých filmů, jež se zaměřují hlavně na samotné expedice na horách či ve skalách, je tento film osobnější. „Je to spíše o mně než o mém lezení,“ řekl Ondra. Dokument sleduje jeho cestu do Tokia, kde na OH loni v kombinaci tří disciplín na medaili nedosáhl a skončil šestý. Ondra nechal kameramany nahlédnout do svého soukromí, i když s tím měl problémy. Elitní lezci včetně Adama Ondry budou příští rok závodit i v Praze. Od 2. do 4. června se na Letné uskuteční Světový pohár v boulderingu. **ČTK**



ČTK

Krátce

Mají dvě prohry

České volejbalistky ve druhém zápase na MŠ nestačily na Japonsko. Na rozdíl od úvodního duelu s Brazílií neuhrály ani set. Japonkám podlehly za hodinu a čtvrt jednoznačně 0:3 po setech 15:25, 20:25 a 12:25. Češky se budou o první vítězství snažit ve středu od 18.00 proti Argentíně, která by měla být papírově schůdnější.

Amerika vládne

Američtí golfisté vyhráli podeváté za sebou Prezidentský pohár. Výběr zbytku světa bez Evropanů porazili na hřišti v Charlotte rozdílem pěti bodů 17,5:12,5. Týmová soutěž byla letos oslabena o potrestané hráče startující v kontroverzním seriálu LIV Golf.

Vysoká výhra s rekordem bodů

Americké basketbalistky s velkým přičiněním opor USK Praha Brionny Jonesové a Alyssy Thomasové rozdrtily na mistrovství světa v Sydney Jižní Koreu 145:69 a počtem nastřílených bodů vytvořily historický rekord šampionátu.

Na Spartě hraje lídr extraligy

Hokejisté Vítkovic budou dnes v 5. kole extraligy hájit vedení v soutěži na ledě pražské Sparty. Jediným neporaženým týmem je Olomouc, která se doma utká s Pardubicemi. O první bodový zisk bude usilovat Plzeň, o premiérové vítězství Litvínov a mistrovský Třinec. **ČTK**

Sestup odvrátí pouze vítězství

Výběr helvétského kříže fotbalisté porazili čtyřikrát po sobě.

Čeští fotbalisté dnes ve Švýcarsku odehrají závěrečný šestý zápas skupiny A2 Ligy národů, který rozhodne o tom, zda se udrží v elitní divizi. Svěřenci kouče Jaroslava Šilhavého ztrácejí na posledním místě tabulky na soupeře dva body a k tomu, aby sestoupili, potřebují zvítězit.

Český tým v neděli prohrál s Portugalskem 0:4 a výrazně si zkomplikoval boj o udržení.

Před šilhavého výběr se po překvapivém vítězství 2:1 ve Španělsku dostali Švýcaři, jimž stačí k setrvání ve skupině A remíza. Nejhorší celek tabulky sestoupí do divize B.

„Upřímně řečeno jsem nečekal, že jsou Španělé schopni doma prohrát se Švýcarskem. Změnilo to úplně celé rozpoložení. Vypadalo to, že nám bude stačit bod, teď budeme muset vyhrát. Švýcaři budou určitě v dobrém rozpoložení,“ řekl brankář Tomáš Vaclík, který v letech 2014 až 2018 působil v Basileji a získal tři švýcarské tituly.

Český celek v červnu na úvod skupiny porazil doma Švýcarsko 2:1. Poté re-

prezentanti nečekaně remizovali 2:2 se Španělskem, další tři zápasy ale prohráli, a navíc v nich neskórovali.

„Zvítězit bude hrozně těžký úkol, protože jak jsme viděli, Švýcaři vyhráli ve Španělsku. To je skoro až nadlidský výkon. Na druhou stranu myslím, že týmy se hrozně vyrovnávají, každý může vyhrát s každým. Takže věřím, že předvedeme dobrý výkon a povede se nám cíl, který máme,“ prohlásil záložník Lukáš Provod, který byl spolu s ofenzivním univerzálem Ondřejem Lingrem a obráncem Patriziem Stronatem do datečně nominovaný až po zápase s Portugalskem. **ČTK**



Cítát

Pokud chceme zůstat v elitní společnosti, tak ve Švýcarsku prostě musíme vyhrát.

JAROSLAV ŠILHAVÝ
TRÉNÉR FOTBALOVÉ REPREZENTACE

Lvičata krok od Evropy

České fotbalisty do 21 let dělí krok od postupu na ME, které budou v roce 2023 hostit Rumunsko a Gruzie.

• V dnešní barážové odvetě proti Islandu budou hájit náskok 2:1 z pátečního duelu. Utkání v Českých Budějovicích má výkop v 18.00.

• „Sice máme náskok jedné branky, ale bylo by hloupé jen bránit. A myslím, že nám bude hrát do karet i přírodní trávník,“ řekl český trenér Jan Suchopárek.

INZERCE

PREMIUM KUPÓÓÓÓÓÓÓN

KÄRCHER

Sleva 25 %
na řadu Home & Garden

PRO ZÍSKÁNÍ KUPONU SI STÁHNĚTE APLIKACI

Portmonka VÍCE INFORMACÍ O PRÉMIOVÝCH KUPÓNECH NAJDETE [WWW.ELKUPON.CZ](http://www.elkupon.cz)

Auto-moto - poptávka

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

Práce - nabídka

• Práce v Německu. Hledáme svářeče MIG/MAG/TIG, němčina výhodou, hrazené ubytování, denní diety, 2300-2500€, info: bewerbung@manageer.eu tel: 732946977

Cestování - nabídka

BUSEM DO TRENČIANSKÝCH TEPLIC nové zrekonstruovaný HOTEL SLOVAKIA
Termín: 22.10. – 29.10.2022 Cena: 11 290 Kč/os
Zahrnuje: dopravu, 6x plnou penzi, 6x ubytování v 1/2 pokojích, 12 procedur, 1x denní hodinový vstup do venkovního vyhřívaneho bazénu, vstupní prohlídku, delegáta, pojištění CK
Nástupní místa: Kladno, Praha, Příbram, Sedčany, Tábor

KONTAKT: CK A.Sa s.r.o. Příbram, tel. 318 63 99 99 a 603 864 519 po-pá 9.00 – 17.00 hod., www.ckasa.cz

Číslo dne

25

Nizozemský cyklista Mathieu van der Poel přiznal před australským soudem vinu v případě napadení dvou nezletilých dívek. Z kauzy nakonec vyvázl s pokutou 1500 australských dolarů (asi 25 tisíc Kč).

2:0

Česká tenistka Karolína Muchová vstoupila do turnaje v Tallinnu hladkou výhrou. Francouzskou kvalifikantku Jessiku Ponchetovou porazila 6:0, 6:2. **ČTK**