INZERCE

OPEL 24

AKCE ROKU

POUZE 4.–5. 10. / SLEVY AŽ 240 000 Kč

OPEL

pátek 27. září 2024 / č. 186

mojemetro denikmetro

metro

Svátek si užijte na akcích

U příležitosti 106. výročí vzniku československého státu a Dne Středočeského kraje se chystá řada akcí. Těšte se na příjemné zážitky včetně speciálních programů, dětských aktivit a komentovaných procházek. STRANA 2

Stoleté plemeno

V Muzeu Kroměřížska se koná výstava, která vám představí stoletou historii moravského teplokrevníka na našem území. Původ plemene je třeba hledat v 19. století. Po vzniku Československa se tito koně postupně začali uplatňovat kromě armády i v zemědělství a sportu. STRANA 5

INZERCE

& 52 PLUS

OPEL 24

AKCE ROKU

POUZE 4.–5. 10. /

SLEVA AŽ 160 000 Kč

ZIMNÍ PNEU ZDARMA

Kombinovaná spotřeba 4,5–6,1 l/100 km; emise CO_2 117–137 g/km (WLTP). Zobrazený model je pouze ilustrativní.

OPEL

Hollywoodská hvězda oslavila 80. narozeniny

Michael Douglas a Catherine Zeta-Jones patří mezi nejstabilnější hollywoodské páry. Letos to bude 24 let od jejich svatby. Ve středu 25. září také oba oslavili narozeniny. Okouzlující Zeta-Jones 55., charismatický Douglas slavil krásné 80. narozeniny. Pár je stále vyhledávaný bulvárními novináři. Proto se na čas uchýlili na Bermudy. Jejich dcera Carys do svých sedmi let ani netušila, že její rodiče jsou tak slavní. Manželé se po několika letech vrátili do New Yorku. Douglas prodělal rakovinu hrtanu, stali se také terčem pomluv. Všechno zvládli a jejich příběh lásky pokračuje. **MET**

PROFIMEDIA

Středočeský kraj zve!

U příležitosti 105. výročí vzniku československého státu a Dne Středočeského kraje se chystá řada akcí.

Příspěvkové organizace Středočeského kraje na státní svátek 28. října chystají mnoho zajímavých akcí. Slavit se nebude jen vznik samostatného československého státu, ale uskuteční se také oslava Dne Středočeského kraje.

Středočeské památníky, galerie a muzea otvírají své brány pro veřejnost, a to často za symbolické nebo snížené vstupné. Připravte se na nezapomenutelné zážitky včetně prohlídek stálých expozic, speciálních programů, dětských aktivit a komentovaných procházek.

Berounsko

Společně s oslavami Dne Středočeského kraje ukončí Geopark Barrandien sezonu poslední letošní akcí Loučení s Geoparkem. Připravena bude prohlídka s odborným výkladem, úkoly, hádanky a fotohledačka. Muzeum Českého krasu bude mimořádně otevřeno v pondělí od 10.00 do 17.00 za symbolické vstupné jednu korunu. V Městském muzeu v Žebráku projdete Ševcovskou stezku a za úspěšné splnění úkolů obdržíte Výuční list ševcovského cechu. Od 14.00 si na kreativním workshopu můžete vyrobit vlastní barefoot sandály. Symbolické vstupné opět jedna koruna. V Muzeu Hořovicka se s průvodcem můžete vydat na komentovanou prohlídku sklepů a nepřístupných prostor Starého zámku v Hořovicích. Vstupné jedna koruna. Další akce najdete v boxu. **MET**

STŘEDOVĚK, BITVY, ZLATO...

Další tipy, kam vyrazit.

- Památník Antonína Dvořáka ve Vysoké u Příbrami. Pro děti bude připraven bohatý program.
- Na zámku Vlašim a zámku Růžkovy Lhotice budou otevřeny stálé expozice, výstavy, zámecké sklepení a vyhlídková věž. Večer proběhne mimořádné koncertní připomenutí událostí roku 1918 spojené se vznikem republiky.
- V Českém muzeu stříbra Kutná Hora bude komentovaná prohlídka výstavy Ve stínu pyramidy a komentovaná prohlídka Kutné Hory husitské.
- V Kolíně se mohou zájemci těšit na bohatý program ve Veigertovském domě na Karlově náměstí 8. Mezi hlavními lákadly je výstava Ve štítu pravdy znak J. S. Machar (1864–1942). Součástí programu je také komentovaná prohlídka výstavy a možnost si vychutnat kávu v Macharově literární kavárně. Dále je možné navštívit výstavu Na světě je Československo s doprovodným programem nebo stálé expozice jako Dějiny Kolína, Bitva u Kolína, Dějiny Veigertovského domu a Svět hmyzu.
- V Muzeu lidových staveb v Kouřimi na Ruské ulici je k vidění expozice památek lidové architektury ze středních, východních a severních Čech. Tento skanzen nabízí pohled na tradiční stavebnictví a život na venkově v minulosti. Dalším místem je Muzeum Kouřimska na Mírovém náměstí 1, kde se koná výstava Koloniál pana Bajzy. Muzeum také nabízí stálé expozice zaměřené na středověkou a historickou Kouřim a Kouřimský kraj. V Podlipanském muzeu prezentuje expozici Bitva u Lipan a ohlasy husitství ve středních Čechách, která přibližuje klíčové momenty české historie. Památník tří odbojů je standardně zdarma.
- Regionální muzeum Mělník připravilo doprovodný program k výstavě Král železný a zlatý – prezentace kostýmů a rekvizit z historického filmu Leoše Kastnera Zbojník. Uvidíte repliku přilbice Přemysla Otakara II. s orlími pery i dobového varkoče a mnoho dalších zajímavostí.
- Muzeum Mladoboleslavska – celodenní akce Češi v bitvě u Zborova se bude konat v Leteckém muzeu Metoděje Vlacha. Těšit se můžete na výstavu dobových zbraní a vojenské techniky, odpoledne na dobové ukázky bitvy, střelbu, výbuchy, průlety historických letadel a ukázky střelby z dobového kanonu československých legionářů v Rusku.
- Regionální muzeum Jílové u Prahy chystá mimořádný program spojený s nově otevřenou expozicí zlata, kde proběhnou komentované prohlídky nové expozice Rabasovy galerie Rakovník. Otevře expozici malířského díla Václava Rabase (1885–1954) a fotografií západočeské krajiny od Stanislava Koženého, v Nové síni pod Vysokou bránou bude výstava obrazů a objektů Jaroslava Eduarda Dvořáka.

INZERCE

podzimní ZEMĚDĚLEC
WWW.VLL.CZ

Součástí výstavy:
- NÁŠ CHOV - VÝSTAVA HOSPODÁŘSKÝCH ZVÍŘAT
- 5. 10. STŘEDOČESKÉ DOŽÍNKY

3. - 6. 10. 2024
VÝSTAVIŠTĚ LYSÁ NAD LABEM

ARCHIV ČD

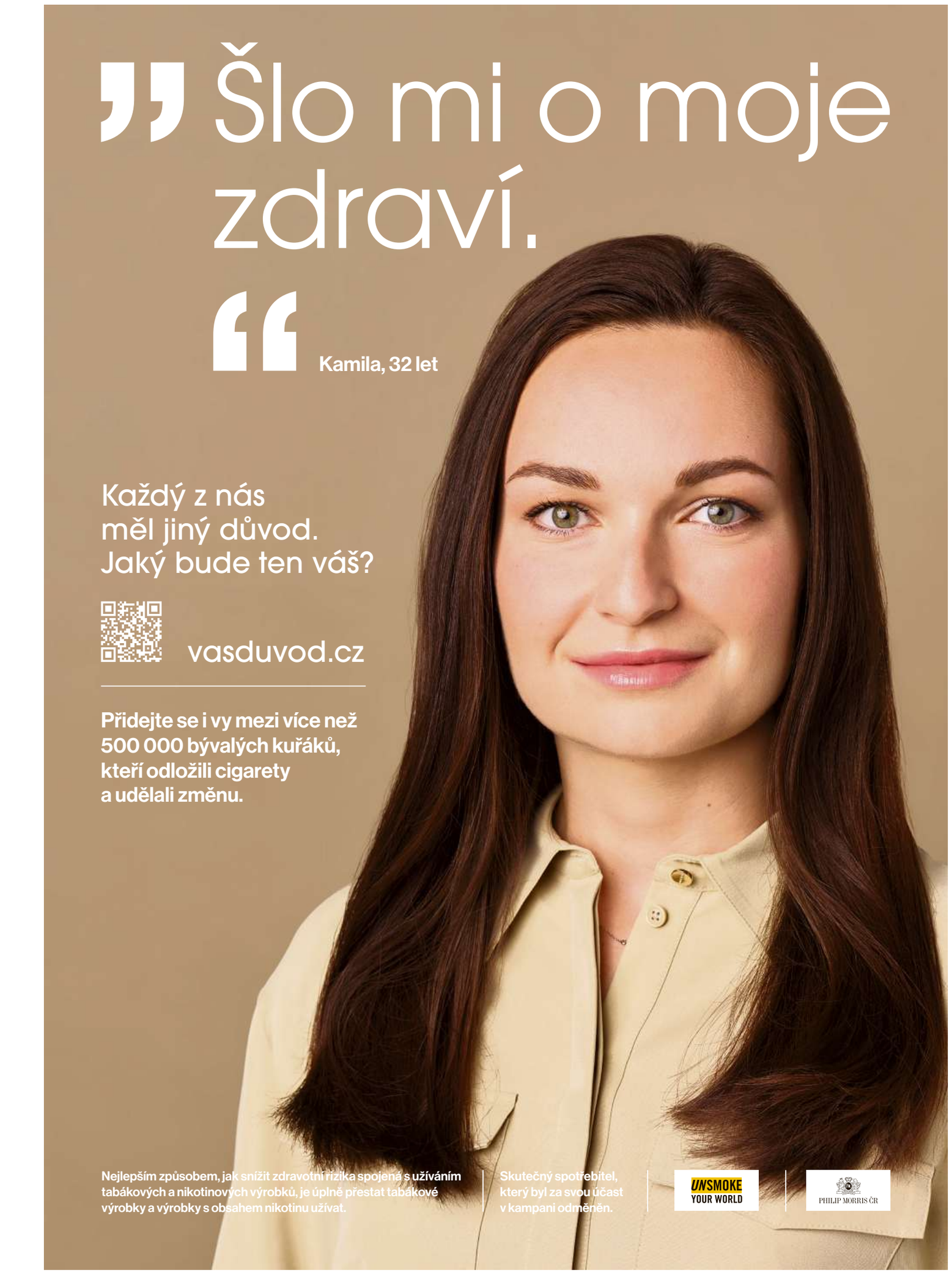
Další tipy, kam vyrazit

Do 28. října jezdí neobyčejný výletní vlak z Prahy na Okoř a do Slaného. Jede malebným krajem kolem hradu Okoř a Zákolanským údolím, kde je možné se vydat na výlet do útulné zoo v obci Zájezd nebo k nejstarší dochovalé stavbě v celých Čechách – rotundě sv. Petra a Pavla na Budči. Třetí říjnovou neděli se v Muzeu lidových staveb v Kouřimi koná Svatohavelské posvícení. Těšte se na ukázky pečení řepánků a kouřimských mětýnek, chybět nebude ani šlapání a nakládání zelí a další program. **MET**

SOCR.CZ

„Šlo mi o moje zdraví.“

Kamila, 32 let



Každý z nás
měl jiný důvod.
Jaký bude ten váš?

vasduvod.cz

Přidejte se i vy mezi více než 500 000 bývalých kuřáků, kteří odložili cigarety a udělali změnu.

Nejlepším způsobem, jak snížit zdravotní rizika spojená s užíváním tabákových a nikotinových výrobků, je úplně přestat tabákové výrobky a výrobky s obsahem nikotinu užívat.

Skutečný spotřebitel, který byl za svou účast v kampani odměněn.

UNSMOKE YOUR WORLD

PHILIP MORRIS ČR

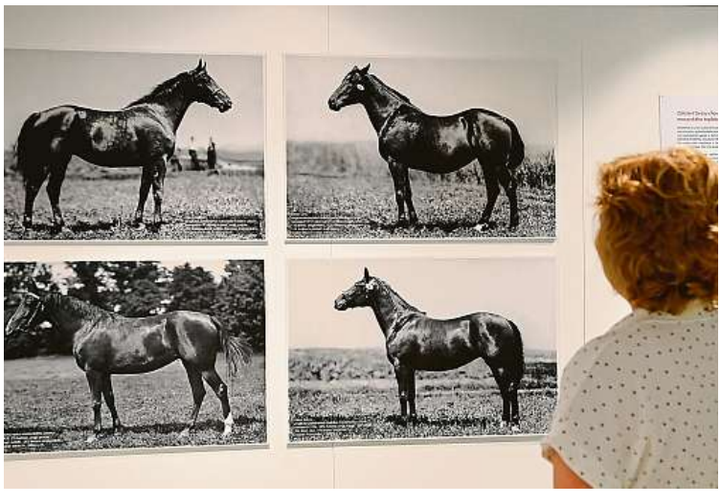
Herečka Jiřina Bohdalová: „Na všechny trable, které člověka potkávají, se dívám z humorné stránky. A to je můj přístup (tajenka).“

	BASKET-BALOVÝ SPORTOVNÍ KLUB (ZKR.)	ASOCIACE TURISTIC-KÉHO RU-CHU (ZKR.)	FEUDÁLNÍ SÍDLO	ZAČÁTEK TAJENKY	A TO "2 SL. "		ŠITÉ SPOJE	ZPĚVAČKA PILAROVÁ (INIC.)	ČESKÁ ZPĚVAČKA (PETRA)	KDOPAK (KNIŽNĚ)	VÝJIMEČNÁ VĚC	MALÍŘ TANGUY (INIC.)		POLYNÉSKÉ OSTROVY	SLOVAN (KNIŽNĚ)	POUHÉ, SAMOTNÉ
BLÁTA						NÁDOBY NA MÍCHÁNÍ NÁPOJŮ							HLAS HADA			
DUŠEVNÍ NAPĚTÍ						PROVÁDĚT VPÁD / CIZÍ JMÉNO (NIELS)							ALENA, ÁLA (DOMÁC.) / KONEC TAJENKY			
PŘÍRODNÍ PROSTORY								OBYVATEL NORSKA / RÁMUS (ZAST.)				MUSLIMSKÝ DUCHOVNÍ / DRUH TANCE				
	PROTIÚTOK V HOKEJI	DECILITR (OBECNĚ) / VAK					VYROBENÉ Z RŮŽIČEK / VARIANTA JMÉNA LEO									
HEREC POLÍVKA (INIC.)			CIZÍ JMÉNO (NELA) / ČÁSTEČNÉ ZLOMENÍ						ČÁST ZÁVODU / MOŘE (SLOVEN.)						TRUMF V BRIDŽI (TÉŽ ADUT)	LESNÍ KOČKOVITÉ ŠELMY
NÁMĚSTÍ (ZASTA-RALE)					POLSKÝ SNĚM / EMAN (DOMÁC.)					ARMÁDA ČR (OZN.) / KARLOVAR-SKÝ HOTEL				PLOŠNÁ MÍRA / DEŠŤOVÉ VODY		
PATRA (ZASTAR.)						TOPIVO / MAJETEK ZÁDRUHY					HLAVNÍ TEPNY / PAHOREK UMĚLÝ					
NEZKUŠENÝ ČLOVĚK (HANL.)								CIZÍ JMÉNO (TÉŽ RUTH) / ROZLOUP-NUTÍ (ŘIDČ.)				VOUS (HOVOR.) / TEPLOTNÍ STUPEŇ			
KLOFÁK, KLOVAN (MYSL.)							ŽÁCI OPAKU-JÍCÍ TŘÍDU / SERŽ (TKANINA)									
	STÁT "SE" NEJISTÝM (ŘIDČ.)	MONACKÉ KNÍŽECTVÍ / ŠKODLIVÝ BROUK							TLAKY / PŮVODCE DÍLA						OPAK "NARUBY"	PRUDKÉ NÁPORY CHOROB
ZLÍN (ST. SPZ)			JMÉNO KOSTKOVÉ (SLANGOVĚ) / DROGA							PŘI (SLOVENS.) / PONY (BOT.)				TUMÁŠ / BEZ-KMENNÁ DŘEVINA		
SOUČÁST AUTA						VOJENSKÝ ÚTVAR / ZNAMENITĚ					HMATAT / PLAVIDLA					
ZN. ŠVÉD-SKÉHO NÁBYTKU					BRUTÁLNÍ (ANGLICKY) / ALENA, ALA (DOMÁC.)							HELENA (DOMÁC.) / VEŠKERÁ				
MANŽEL PANÍ KOTLÁROVÉ							MENŠÍ PO-LOKEŘ (BOT. / OBYVATEL NITRY									
HEREC ŽUPANIČ (INIC.)			ZN. LYŽÍ / METROPOLE TUNISKA					RADIOLO-KÁTOR / RÝNSKÝ ČLUN						KYPR (KÓD) / HRŮZO-VLÁDA		
ARTUR (DOMÁC.)				NÁKLADNÍ AUTO (ZN.) / CIZOKRAJNÁ PRYSKYŘICE					UTÍKAT / BUNIČINA						SLUŽEBNÍ POŘADÍ	HLUBOKÉ ŽENSKÉ HLASY
TOULEC (ZAST.)					DRUHÉ TRÁVY / OKRAJ ÚST						DÍTĚ ŽENS. POHLAVÍ / POŠT. NOV. SLUŽBA (ZK					
KOJENECKÁ VÝŽIVA						POVĚDĚV / NÁZEV HLÁSKY T				PÁTRATEL (ŘIDČ.) / IMITÁTOR IZER (INIC.)						
JMENOVKA								TO ZNAMENÁ (OZN.)				ČLEN FOGLARO-VÝCH STÍNADEL				
POMŮCKY: AKAR, ATUT, IMÁM, KEPR, LAKA, RAJT, SLÁV, TERP, YT		TKANINA S LESKLÝM POVRCHEM						ZVÝŠENÝ TÓN A				IRKY (SLOVEN.)				

Tajenka: nejen k životu, ale i k profesi a herectví

AUTOR KŘÍŽOVKY: JAROSLAV VANĚČEK

Ve sto let starém kočáře



Výstava Naše koně, která je věnovaná chovu moravského teplokrevníka. 2x ČTK

O historii moravského teplokrevníka, koně, který se nebojí práce a oplývá pevným zdravím.

Muzeum Kroměřížska představuje prostřednictvím výstavy Naše koně chov moravského teplokrevníka. Ukazuje vývoj plemene, které je spjaté s místním regionem. Návštěvníci se seznámí se způsoby sedlání a zapřahání. Uvidí také typický kočár a unikátní bryčku, oba exponáty jsou zhruba z počátku 20. století. Audiovizuální část je provede osudy těchto koní i jejich majitelů. Výstava nabízí také interaktivní prvky. „Zájemci si budou moci sednout do více než sto let starého kočáru. Vyzkoušejí si, co obnáší péče o koně, seznámí se s nejčastějšími pomůckami, které jsou k tomu potřeba. Budou se moci posadit na osedlanou maketu skutečného koně. Pro malé děti jsou připraveny krásné omalovánky, houpací koník a další tematické hračky," uvádí kurátorka výstavy Martina Václaviková. K vidění jsou v muzeu také staré chomouty nezbytné pro koňský zápřah. Jedinečná je kopie dekretu Marie Terezie s českou transkripcí, kterým položila základy organizovaného chovu koní v rakouské říši. Muzeum výstavu připravilo ve spolupráci se Svazem chovatelů a příznivců moravského teplokrevníka.

„Jedná se o koně výborného charakteru, přiměřeného temperamentu, velmi ochotného k práci, s využitím pod sedlem i v zápřeži, s pevným zdravím, snadno krmitelného. Chováni jsou především hnědáci, dále ryzáci, bělouši a vraníci," říká chovatel moravského teplokrevníka Petr Galatík, majitel Hřebčína Galatík v Lebedově, části Zdounek na Kroměřížsku. S rodinou a zaměstnanci se v hřebčíně stará o 50 koní. Zároveň je předsedou Svazu chovatelů a příznivců moravského teplokrevníka.

Původ plemene je třeba hledat na počátku 19. století na území Rakouského císařství. Po vzniku Československa začal samostatný rozvoj na našem území, postupně se koně začali uplatňovat kromě armády i v zemědělství a sportu. Výstavu, která potrvá do začátku prosince, doplní výtvarná soutěž. Muzejníci připravují i další doprovodný program. Podrobnosti jsou zveřejněny na webových stránkách muzea. **ČTK**

PENNY.

OD STŘEDY DO STŘEDY
25. 9. – 2. 10. 2024
28. 9. 2024 ZAVŘENO

více na www.penny.cz

ŠUNKOVÝ SALÁM ŘEZNÍKŮV TALÍŘ
100 g
11,90
19,90
40%

TAVENÝ SÝR BONI
různé druhy
150 g
100 g 11,93 Kč
18,90 Kč
17,90
26,90
33%

VEPŘOVÁ PLEC*
bez kosti, balená ve vakuu
cena za 1 kg
89,90

max. 5 ks osoba/den

SLUNEČNICOVÝ OLEJ PENNY
1 l | 23,90 Kč
24,90
47,90
48%

ZÁVIN KARLOVA KORUNA
makový, tvarohový, ořechový | 400 g
100 g 8,23 Kč
32,90
44,90
26%

TOALETNÍ PAPÍR WIPPY
2vrstvý | 68 m
1 role | 9,90 Kč
9,90
19,90
50%

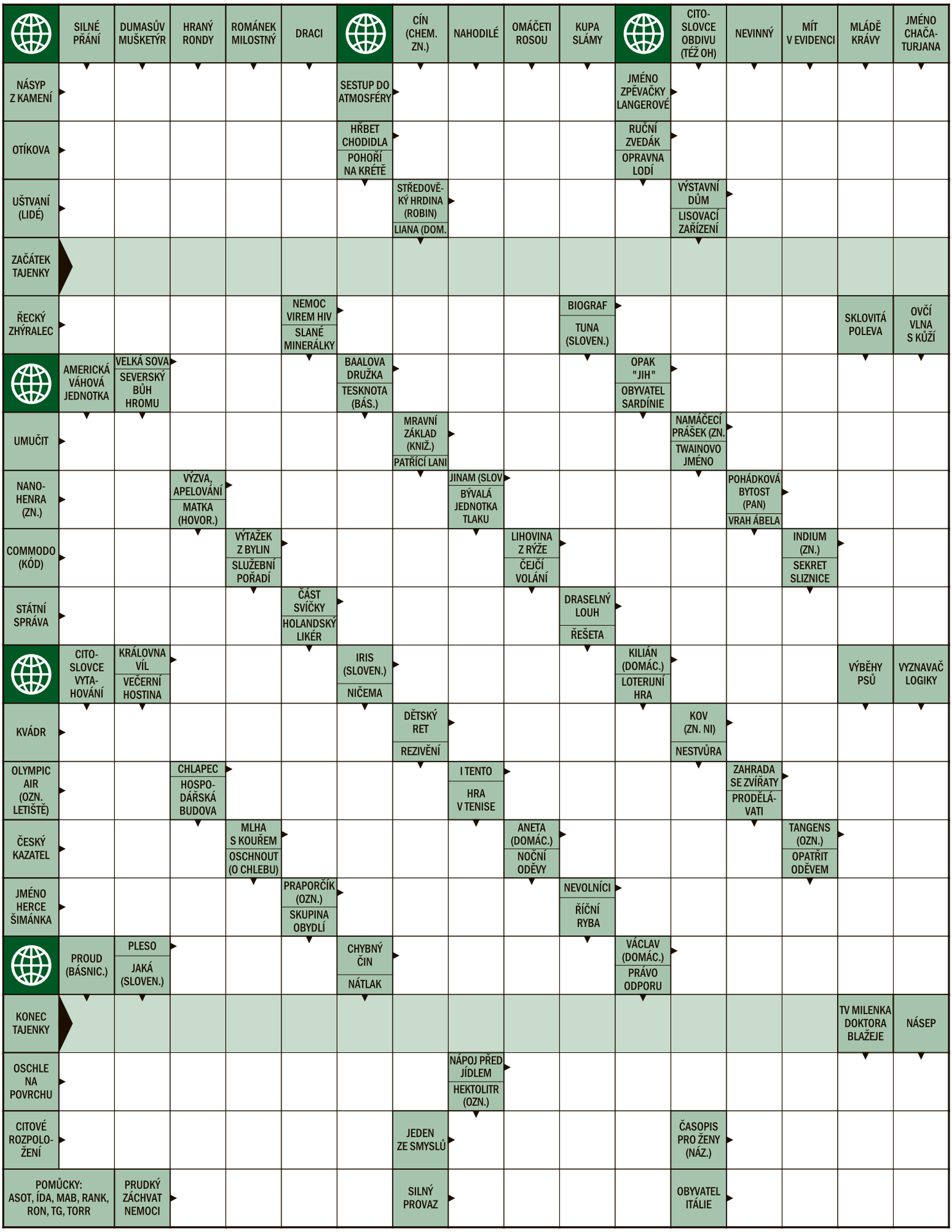
RAJČATA CHERRY
balená
250 g
100 g 5,96 Kč
14,90
29,90
50%

ilustrační foto

Nejnižší cena za posledních 30 dní. Škrtaná cena je běžná prodejní cena.

Odběr zboží z letáku je možný jen v obvyklém množství, maximálně 2 kartony na osobu na den, není-li uvedeno jinak. Fotografie mohou být ilustrační. Vyhrazujeme si právo změn. Další podmínky nabídky na www.penny.cz. *Takto označené produkty nenáleží do stálého sortimentu, mohou být tedy dodány na příslušné prodejny v menším množství, a z toho důvodu jedinečná nabídka na toto zboží platí pouze první den uvedeného období akce. **Doporučená prodejní cena výrobce.
Sleva je poskytována za body za nákupy v prodejnách Penny Market. Body za své nákupy můžete získat od 22. 8. 2024 do 9. 10. 2024. Získané body lze uplatnit do 16. 10. 2024. Akce platí do vyprodání a vydání zásob v jednotlivých prodejnách Penny Market s. r. o. Podrobná pravidla na www.penny.cz.

Divadelní ředitel Jan Hrušínský: „Moje největší profesionální přání? Dávat v Divadle Na Jezerce ještě (tajenka).“



Tajenka: hodně dlouho lidem radost ze života

AUTOR KŘÍŽOVKY: JAROSLAV VANĚČEK

Elektrické vozíky a skútry

ČESKÁ FIRMA 32 let tradice

SELVO

BEZ ŘIDIČÁKU A BEZ SPZ Jedině SELVO

Doporučuje Jirka Krampol

SELVO 31000

- motor 1000 W s převodem do síly
- 2 nezávislé brzdy
- dojezd až 55 km
- max. rychlost 25 km/h
- gelová baterie 1200 Wh (Li za příplatek)
- doba nabíjení 6-8 hod.
- USB k nabíjení telefonu
- nosnost 150 kg
- hmotnost 105 kg
- rozměry 150 x 70 x 105 cm
- doplňkové příslušenství

~~62 480 Kč~~ ~~43 990 Kč~~
vč. DPH

67 prodejen se servisem po celé ČR a SR.
Nejbližší ve vašem regionu jsou tyto:

Služby na libovolné adrese
AKTIV ZDRAVOTNICKÉ POTŘEBY s.r.o.,
Pamětice 17, tel.: 608 100 717, 380 427 000

České Budějovice 7
CYKLOŠVEC, Lidická tř. 179/47,
tel.: 733 626 379

Písek - U Hřebčince
CYKLOŠVEC s.r.o.,
U Hřebčince 2509, tel.: 382 206 450

Strakonice-Radošovice
Milisterfer s.r.o,
Radošovice 146,
tel.: 383 324 405, 777 993 399

Soběslav
Oáza-Cyklosport
Švec,
Na Ohradě 368,
tel.: 381 211 481,
603 836 119

Dodatečná posezónní sleva dalších 10 %.

jen 39.590 Kč

Nabídka platí pouze do 30. září 2024, nebo do vyprodání zásob.

Seznam všech prodejců a další produkty najdete na www.selvo.cz

JEDNOTA
JINDŘICHŮV HRADEC
SKUPINA COOP

coop | TUTY coop | TIP

O víkendu ještě výhodněji! 3. 10. – 6. 10. 2024

od 25. 9. do 8. 10. 2024

coop | TIP

Parodontóza přijde bez bolesti

Je to jeden z nejčastějších problémů dutiny ústní.

Správné ústní hygieně by se mělo věnovat alespoň pět minut péče denně. PROFIMEDIA

Prvními příznaky parodontózy, tedy onemocnění závěsného aparátu zubů, bývá otok a zarudnutí dásní, bolest při čištění, krvácení a zápach z úst. To pak může vyústit ve zvýšenou citlivost zubů na teplo a chlad, v pokročilých fázích se objevuje viklání zubů až jejich ztráta. Často dochází ke vzniku mezer mezi zuby a odhalování jejich krčků.

Příčinou tohoto onemocnění je tvorba plaku, který vzniká při nedostatečném čištění zubů a který obsahuje vysoký počet bakterií. Tyto bakterie způsobují zprvu zánět dásně a později i parodontózu. Ze začátku probíhá toto chronické onemocnění nenápadně, protože vůbec nebolí, a v tom je jeho největší zákeřnost.

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

Klíčovou roli má správný zubní kartáček. Ideální je ten s měkkými štětinami, který respektuje dásně a zuby. „Zubní kartáček by měl mít ideálně malou hlavici se zaoblenými vlákny," doporučuje Lánová. U některých kartáčků je uveden v jejich názvu i počet vláken. Čím je počet vláken vyšší, tím je kartáček obvykle jemnější. Existují i takové, které mají různou délku vláken a jsou vhodné také k masážím dásní.

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

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

Kartáčky by lidé měli pravidelně měnit. „Některé mají barevný indikátor opotřebení vláken, který signalizuje potřebu jeho výměny. O tom, zda si zuby správně čistíte, se můžete přesvědčit pomocí žvýkacích tablet, které obarví neodstraněný zubní plak a upozorní tak na nedostatečně vyčištěná místa," doplňuje pro deník Metro konzultantka Lánová. KAMILA HUDEČKOVÁ

INZERCE

Zkažený dech předpovídá parodontozu

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

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

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

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

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

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. Novinkou je **BIO plus forte – ústní voda koncentrát**, která je v biokvalitě"

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** **www.chytrahouba.cz**

Češi se obávají nesoběstačnosti. Kooperativa nabízí řešení

Nesoběstačnost ve stáří dělá Čechům starosti. „Sehnat příslušné zařízení či zajistit pečovatelskou službu je obtížné a nákladné. Pojištění soběstačnosti by mělo přinést úlevu rodině, zaměstnavatelům a koneckonců i státu," vysvětluje Petr Procházka, ředitel Úseku pojištění osob v pojišťovně Kooperativa.

Opravdu může být péče o nesoběstačné spoluobčany takový problém?
Již dlouho je skutečností, že česká populace stárne, je stále více lidí trpících ztrátou soběstačnosti a zvyšuje se poptávka po službách s tím spojených. V roce 2023 to bylo 361 tisíc osob, přes 70 % z nich bylo starších 65 let. A odhady ukazují, že do roku 2050 dosáhne počet osob závislých na cizí pomoci téměř 1 milionu. O takto nemocné se většinou starají jejich nejbližší. Taková péče má své výhody, ale vyžaduje opravdu hodně sil, vůle i peněz. Z výsledků našich průzkumů víme, že většina se na tuto situaci snaží připravit. Třetina uvádí, že si bude šetřit peníze na péči, případně na nákup potřebných služeb, sama. Když jsme jim představili možnost pojištění soběstačnosti, 63 % respondentů uvedlo, že ho považuje za atraktivní, zejména z důvodu jistoty a zajištění.

Dokáží si lidé představit, jak pojištění soběstačnosti vypadá v praxi?
Abychom jim to co nejvíce zjednodušili, využili jsme v průzkumu konkrétní příklad. Tedy že klient si pojištění soběstačnosti sjedná v 50 letech a platí 1 400 Kč měsíčně. Po mrtvici se stává nesoběstačným a začíná pobírat od státu příspěvek na péči. Z jeho pojištění mu začalo od pojišťovny přicházet každý měsíc pojistné plnění 20 tisíc Kč a díky tomu už může pokrýt všechny dodatečné náklady na kompletní péči.

Jak se vlastně soběstačnost posuzuje?
Soběstačnost se posuzuje ve čtyřech stupních podle individuální schopnosti nemocného zvládat deset základních životních potřeb, které určují míru jeho nesoběstačnosti a schopnosti se o sebe postarat. Naše pojištění vyplácí měsíční plnění od druhého stupně snížené soběstačnosti, tzn. od středně těžké závislosti a nemožnosti zvládat 5–6 životních potřeb. Ze statistik vyplývá, že právě druhý stupeň je nejpočetnějším a zároveň vážným omezením, které člověk těžko zvládne sám. Také vidíme, že každý třetí se stane závislý na pomoci. Od 85 let se riziko nesoběstačnosti ještě zvyšuje. Proto naše pojištění platí doživotně, nemá omezenou dobu trvání a neskončí předčasně, když ho člověk začne nejvíc potřebovat.

Takže příspěvek od státu dostane člověk až po rozhodnutí příslušného úřadu? Co do té doby?
Pojištění soběstačnosti FLEXI po přiznání závislosti na péči začíná vyplácet pojištěnému měsíční plnění podle stupně, který mu přiznal stát, a to až do konce jeho života nebo dokud bude nesoběstačný. Problémem může být delší trvání procesu přiznání státního příspěvku na péči, v průměru až 6 měsíců, někdy i déle. Nedílnou součástí našeho produktu je předběžné plnění ve výši 50 % sjednané pojistné částky. Vyplácíme ho, jakmile klient podá žádost o státní příspěvek na péči a po našem vlastním posouzení celkového zdravotního stavu pojištěného. Stane-li se v některých případech, že Úřad práce nakonec nesoběstačnost a závislost neuzná, vyplacené peníze nám klient již nevrací.

NÁVŠTĚVA PRŮVODCE PÉČÍ

Ale nedostatek peněz asi není jediným problémem, který může člověka v případě nesoběstačnosti potkat. S čím ještě může pojištění pomoci?
Jednou z hlavních výhod našeho Pojištění soběstačnosti FLEXI je, že ještě před konečným rozhodnutím státu o přiznání závislosti na péči pomáhá pojištěným náš průvodce péčí. Ten nejdříve provede sociální šetření, které je podmínkou pro zmíněné předběžné plnění, ale také mu pomůže s řešením situace – podáním žádostí, zorientováním se v ostatních příspěvcích a jiné problematice sociální péče, případně pomůže sehnat nebo doporučit adekvátní profesionální péči. V případě, že se životní situace klienta změní, může dál s průvodcem péčí komunikovat a společně přizpůsobí plán péče jeho aktuálním potřebám.

Je nějak pojištění soběstačnosti daňově zvýhodněno, jako je tomu například u životního pojištění?
Ano, pojistné za III. a IV. stupeň snížené soběstačnosti je možné uplatnit v rámci daňových odečtů. Celkem je možné si ze základu daně odečíst až osmačtyřicet tisíc korun ročně. Je nutné dodat, že jde o celkový souhrn za všechny čtyři daňově zvýhodněné produkty zajištění na stáří – stávající životní pojištění, penzijní připojištění a dva nové produkty, dlouhodobý investiční produkt a právě pojištění soběstačnosti.

Tátovi práce šlape, ale na kole to neušlape.

NOVÉ POJIŠTĚNÍ SOBĚSTAČNOSTI

34 % MUŽŮ VE STŘEDNÍM VĚKU VŮBEC NESPORTUJE.

Již 30 minut pohybu denně snižuje riziko cukrovky i obezity. Šlápněte do pedálů už dnes. A pro jistotu si pořiďte naše nové Pojištění soběstačnosti FLEXI.

www.koop.cz/pojisteni-sobestacnosti-flexi

flexi pojištění soběstačnosti od Kooperativy

Je o ně velký zájem, zároveň to ale jsou nejhůř placené profese

Mají špatnou image. Nikdo se nehrne dělat dělníka nebo uklízečku.

Zatímco stavební dělník si meziročně polepšil o zhruba devět procent, dělníkům a pracovníkům bezpečnostních agentur rostly platy o dvě procenta, uklízečkám o procento poklesly. To jsou výsledky portálu Platy.cz, který se specializuje na srovnávání výše mezd a platů. Ten se zaměřil na trendy mezi čtyřmi častými profesemi, které mají mezi populací špatnou image: dělník, uklízečka, stavební dělník a pracovník bezpečnostní agentury.

Zmiňované pozice, které jsou dlouhodobě na chvostu žebříčků výše platů, patří také mezi ty nejpodceňovanější a s nejnižší prestiží. Lidé mají tendenci podceňovat zpravidla ty pozice, které nevyžadují vzdělání a jsou hůře placené a není na nich perspektiva profesního rozvoje.

Podceňované a špatně platově ohodnocené pozice jsou však pro dobré fungování společnosti důležité. Právě práce uklízečky ale patří v Česku mezi nejpodceňovanější a nejpřehlíženější. Podle Centra pro výzkum veřejného mínění patří uklízečkám podle posledního průzkumu nedůstojné předposlední místo. „Ačkoli čisté a hygienické pracovní prostředí lidé považují většinou za nezbytnost a nyní si kvality úklidových prací všímají více než dříve, pracovníků, kteří jej zajišťují, si lidé neváží. Jedná se o tvrdě pracující kolegy, kteří svoji práci často vykonávají mimo běžnou pracovní dobu. Často o večerech, nocích, víkendech. Jejich práce navíc není veřejností vnímána tak, jak by si zasloužila," říká Milada Skutilová ze společnosti Kärcher.

Mezi podceňované patří i práce bezpečnostních pracovníků a ostrahy. Pověst této profese negativně ovlivňuje řada mýtů. Většině lidí si vybaví příběhy o agresivním chování ostrahy v nákupních centrech, případně si představí pána v důchodovém věku za okýnkem vrátnice, který by měl zabránit vyloupení objektu. I když si nemyslíme, že trpíme předsudky, ostrahu si nejspíš představíme jako muže v černé uniformě, který obchází skladové, komerční nebo tovární objekty.

PROFIMEDIA

Úloha ostrahy nespočívá pouze v dozoru, klade velké požadavky na psychickou a fyzickou odolnost. Bezpečnostní pracovníci musejí stále častěji zklidňovat agresivní jednání lidí nebo řešit konflikty vyvolávané skupinkami mladistvých, například v obchodních centrech a dalších komerčních a veřejných prostorech. Je na nich zasáhnout jako první a asertivně zklidnit útočníka nebo jej do příjezdu policie zpacifikovat tak, aby neohrožoval ostatní. Přitom musejí dodržet pravidla, jimiž se musejí v kontaktu s často útočně naladěnými jedinci řídit. Přesto si lidé jejich práce příliš neváží. **MET**

VZALI JIM PENÍZE

Stavebním dělníkům meziročně stouply platy z 37 987 korun na 41 468 korun. Tento devítiprocentní nárůst je pokračováním navyšování v loňském roce.

- Pracovníkům bezpečnostních agentur a dělníkům rostly z 28 468 korun na 29 072 korun.
- Na druhou stranu pracovníci na pozici uklízeč/uklízečka si meziročně lehce pohoršili o jedno procento z 22 425 korun na 22 191 korun. **MET**

INZERCE

Sportka přinese více milionářů

Nejstarší hra loterijní společnosti Sazka přinese změny.

Sportka se po 10 letech dočká změn. Loterijní společnost Sazka zvýší od října cenu jednoho vsazeného sloupce ve Sportce ze současných 20 korun na 30 korun. Stejně se zvedne cena pro doplňkovou hru Šance. Změní se také celkový počet sloupců na sázence a pro zařazení do slosování o Superjackpot bude stačit vsadit osm sloupců namísto deseti, jako tomu je dosud. Cena plné sázenky včetně Šance se tak změní z 220 na 270 korun. Změna systému podle Sazky zvýší pravděpodobnost výhry a výherní hodnotu. Stále však bude platit, že tipující pro výhru v nejnižším pořadí musí odhadnout správně minimálně tři čísla. První slosování Sportky v nové podobě bude 2. října a sázenky lze vsadit do 29. září.

Podle generálního ředitele Sazky Aleše Veselého až dvojnásobně stoupne počet nových milionářů, tedy téměř o 200. Se změnami by podle něj mohl být počet nových milionářů přes 400 ročně. „Počet milionářů se zvýší jednak díky Šanci, kde bude pevný milion v prvním pořadí, více by jich mělo být i ve druhém pořadí Sportky, které bude ještě častěji rovný milion," sdělil manažer kategorie loterií Sazky Martin Babec. Pravděpodobnost toho, že se sázející trefí, bude podle společnosti proti současné podobě trojnásobná. Výhra vyšší než 100 milionů korun, kterou lze získat pouze takzvaným Superjackpotem, by podle společnosti měla být po úpravách o polovinu častější. Průměrná výše Superjackpotu se zdvojnásobí až na hodnoty přesahující 200 milionů korun. Nově také Sportka bude garantovat, že minimální výše v této soutěži bude 30 milionů korun.

Největší a nejoblíbenější loterijní hra za poslední dekádu vygenerovala více než 1900 milionářů a vyplatila jim přes 11 miliard korun. Nový systém nabídne sázejícím vyšší výherní částky i vyšší pravděpodobnost výhry a garantuje jim také minimální výši Superjackpotu.

Společnost Sazka je členem nadnárodní investiční skupiny KKCG, která působí v 36 zemích. Mateřskou společností Sazky je skupina Allwyn, která provozuje loterie také v Rakousku, Řecku, na Kypru a v Itálii. **ČTK**

Mistr světa ve šklebení

Pitvořili se, hyzdili se, kroutili obličeje, špulili rty, šilhali očima. Snažili se dát svým tvářím tak ošklivou masku, jak to jen šlo. Transformovat se v takové příšery, jak jim hranice jejich lidské podoby dovolily. V anglickém městečku Egremont se konalo mistrovství světa ve šklebení.
Jeden ošklivější než druhý. Některé výrazy na mistrovství světa ve šklebení nepochopíte. Soutěžící nejčastěji vystrčí dolní čelist co nejdál dopředu a nahoru a překryjí horní ret dolním. Mezi stálými účastníky byli například Adrian Zivelonghi, Ged Eccles, Ezra Irwin, Tommy Mattinson a Claire Lister. **iDNES.cz**

2x PROFIMEDIA

INZERCE

Z Korunky se stává

maxa

LOTERIE A LOSY

maxa.cz

18+ Ministerstvo financí varuje: Účastí na hazardní hře může vzniknout závislost!

TV PROGRAM NA 27. 9.

ČT1

14.45 **Na stopě**
15.05 **Reportéři ČT**
15.55 **Úsměvy Josefa Škvoreckého**
16.35 **Polopatě**
17.30 **AZ-kvíz**
18.00 **Události v regionech**
18.25 **Kde domov můj?**
19.00 **Události**
19.56 **Branky, body, vteřiny**
20.05 **Losování Sportky a Šance**

20.10 **Komisařka Florence IV (2/4)**
Vražedné tajemství. Krimiseriál (Fr., 2018)
21.45 **Všechnopárty**
22.40 **Hercule Poirot**
Detektivní seriál (VB, 1989)
23.30 **Maigret**
1.10 **AZ-kvíz**
1.35 **Na forbíně TM**

ČT2

15.55 **Zapomenuté výpravy**
16.20 **Jak se žilo v New Yorku roku 1882**
17.15 **Miloš Zeman – nekrolog politika a oslava Vysočiny**
18.10 **Výborná SHOW**
18.55 **Ostrovy Malajsie (1/2)**
19.25 **Záhady starého Egypta (4/10)**
19.40 **Postřehy odjinud**
19.50 **Zprávy v českém znakovém jazyce**

20.00 **Profesionál**
Drama (Fr., 1981)
21.50 **Stick**
Krimifilm (USA, 1985)
23.40 **Letecké katastrofy**
Rozptýlená pozornost
0.25 **Pluk mizerů (5/6)**
1.25 **Televizní klub neslyšících**
1.50 **Před půlnocí**

Nova

12.30 **Ordinace v růžové zahradě 2 (248)**
13.45 **Mentalista (23)**
14.40 **Mentalista II (1)**
15.35 **Výměna manželek IV**
17.00 **Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny**
17.30 **Na lovu IV**
18.30 **Ulice (4760)**
19.30 **Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí**

20.20 **Deníček moderního fotra**
Romantická komedie (ČR, 2021)
22.35 **Equalizér 2**
Akční film (USA, 2018)
1.00 **Mentalista (23)**
Ve stopách Rudého Johna. Krimiseriál (USA, 2008)
2.00 **Mentalista II (1)**
3.05 **Ulice (4760)**

Prima

09.10 **Zoo (218)**
10.30 **Policie Hamburk XVI (18, 19)**
12.30 **Closer: Nové případy VI (3)**
13.30 **Návrat komisaře Rexe X (3)**
14.30 **Policie v akci**
15.30 **Ano, šéfe!**
16.40 **Inkognito**
17.55 **Prostřeno!**
18.55 **Hlavní zprávy**
19.40 **Krimi zprávy**
19.55 **Showtime**

20.15 **Česko Slovensko má talent**
22.10 **Máme rádi Česko**
23.55 **Ano, šéfe!**
1.05 **Policie v akci**
2.05 **Policie Hamburk XVI (18, 19)**
Krimiseriál (N, 2021)
4.05 **Closer: Nové případy VI (3)**
Posvátné město (3/5). Krimiseriál (USA, 2017)

Óčko

10.00 **Óčko hity**
12.00 **Óčko hity**
14.00 **Hitrádio desítka**
15.00 **1Charted**
16.00 **Smartmania**
16.05 **Óčko hity**
17.00 **New Music Radar**
18.00 **Top 4 Kitkat Óčko chart**
První čtyři místa v hitparádě diváků Óčka
18.15 **Óčko hity**

19.00 **Party ride**
Příprava na dnešní mejdan
21.00 **O Black Party**
Hip hop a r&b párty
22.00 **Virtuální svět TV**
Vydejte se na cestu kolem světa z pohodlí vašeho domova
0.00 **Óčko flirt**
Proud klipů a sexy vzkazy diváků

TV PROGRAM NA 28. 9.

ČT1

12.00 **Z metropole, Týden v regionech**
12.25 **Hobby naší doby**
12.50 **Postřehy odjinud**
13.05 **O Ptáku Ohniváku**
13.55 **Zločin v dívčí škole**
15.40 **Pravda a lež**
17.00 **Sedmero krkavců**
18.25 **Kluci v akci**
19.00 **Události**
19.52 **Branky, body, vteřiny**

20.05 **Zázraky přírody**
21.20 **Jméno Brousek, to je firma**
22.34 **Výsledky losování Šťastných 10 a Euromiliony**
22.35 **Profesionál**
Drama (Fr., 1981)
0.25 **Černá voda (3/6)**
Krimiseriál (Švéd., 2023)
1.25 **Gejzír**

ČT2

13.50 **Karel III., monarcha a člověk**
14.50 **O Štít města Chebu 2024**
16.45 **Bedekr X**
17.15 **Zázračná planeta: Serengeti III (5/6)**
18.10 **Rok na planetě Zemi (5/6)**
19.10 **Koněspřežka**
19.25 **Zapomenuté výpravy**
19.50 **Zprávy v českém znakovém jazyce**

20.00 **Smrt na Nilu**
Detektivka (VB, 1978)
22.20 **Gangy New Yorku**
Historické drama (USA, 2002)
1.05 **Soumrak mrtvých**
Parodie (VB, 2004)
2.40 **Na houby**
Pozdní sběr
3.05 **Krajinou vína**

Nova

08.10 **Hvězdné tolary**
09.25 **Hříchy pro diváky detektivek (4)**
10.35 **Rady ptáka Loskutáka**
11.55 **Možné je všechno!**
13.35 **Okresní přebor (3, 4)**
14.45 **Tvůj snoubenec, můj milenec**
17.05 **Mumie: Hrob Dračího císaře**
19.30 **Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí**

20.20 **Možné je všechno!**
21.55 **Kong: Ostrov lebek**
Akční film (USA/Čína/Austr., 2017)
0.25 **Mumie: Hrob Dračího císaře**
Akční film (Čína/N/USA, 2008)
2.45 **Rady ptáka Loskutáka**
4.05 **Hvězdné tolary**

Prima

08.55 **Autosalon.tv**
10.00 **Máme rádi Česko**
11.55 **Česko Slovensko má talent**
13.55 **Zrádci**
15.10 **Co je doma, to se počítá, pánové...**
17.00 **Tetička**
18.55 **Hlavní zprávy**
19.40 **Krimi zprávy**
19.55 **Showtime**

20.15 **Duch II (5)**
Švédek. Seriál (ČR, 2024)
21.30 **Duch (5)**
Legionáři. Seriál
22.50 **Rambo III**
Akční film (USA, 1988)
0.35 **Povolení zabíjet**
Akční film (VB/USA, 1989)
3.25 **Zbouchnutá**

Óčko

09.00 **Ranní fresh**
10.00 **YouTube Chart**
12.00 **Óčko hity**
13.00 **Smartmania**
13.05 **Óčko hity**
14.00 **Kitkat Óčko chart**
16.00 **Soundtracky**
17.00 **Hitrádio desítka**
18.00 **CZ & SK**
19.00 **Top 4 Kitkat Óčko chart**
19.15 **Óčko hity**

20.00 **Party ride**
Warm-up dance music na sobotní párty
22.00 **Virtuální svět TV**
Vydejte se na cestu kolem světa z pohodlí vašeho domova
0.00 **Óčko flirt**
Proud klipů a sexy vzkazy diváků Óčka

TV PROGRAM NA 29. 9.

ČT1

13.05 **Čarovné prstýnky**
14.10 **Motovidla**
14.55 **O Háderunovi a víle Elóře**
16.15 **Recept na rozloučenou**
17.20 **Nemocnice na kraji města (19/20)**
18.25 **Co naše babičky uměly a na co my jsme zapomněli**
19.00 **Události**
19.52 **Branky, body, vteřiny**
20.05 **Losování Sportky a Šance**

20.10 **Devadesátky (1, 2/6)**
Poprava bodyguarda / Král diskoték. Krimiseriál (ČR, 2021)
22.25 **Nejlepší Bakaláři**
Seriál (ČR, 2012)
23.40 **Vražedné šifry: San Francisco**
0.25 **Pustina (4/8)**
1.25 **Komisařka Florence IV (2/4)**

ČT2

14.50 **Vikinské ženy (1/2)**
15.45 **Kdysi dávno v Tsavu (1/2)**
16.35 **Středověké srdce Evropy (4/10)**
17.05 **Leonardo: Muž, který zachránil vědu**
18.00 **Archivní tajemství (4/4)**
18.30 **Romantická jezera Itálie**
19.20 **Zajímavosti z regionů**
19.50 **Zprávy v českém znakovém jazyce**

20.00 **Vera Cruz**
Western (USA, 1954)
21.35 **Masakr v Římě**
Válečný film (It./Fr., 1973)
23.20 **Brunej, sultanát superlativů**
0.15 **Pluk mizerů (6/6)**
Válečný seriál (VB, 2022)
1.15 **Kaskadérky**
2.15 **Čaj pro třetího**

Nova

08.20 **Malá mořská víla**
09.30 **My, chalupáři (4)**
10.30 **Policie Modrava IV (4)**
11.55 **Za pět minut dvanáct**
13.00 **Comeback**
13.25 **Deníček moderního fotra**
15.40 **Jak se krotí krokodýli**
18.05 **Na lovu: Hvězdný speciál**
19.30 **Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí**

20.20 **Policie Modrava IV (5)**
Mrtví do hospody nechodí. Krimiseriál (ČR, 2022)
21.35 **Kriminálka Anděl III (4)**
Noční taxi. Krimiseriál (ČR, 2012)
22.50 **Střepiny**
23.25 **Křižovatka smrti 3: Tentokráte v Paříži**
1.10 **Specialisté (35)**

Prima

11.00 **Partie Terezie Tománkové**
11.50 **Receptář prima nápadů**
12.40 **Libovky Pepy Libického**
13.20 **Zahradník po ruce**
13.55 **Vychytávky Ládi Hrušky**
14.35 **Vychytávky Extra**
14.50 **Duch (5)**
16.05 **Podivné dědictví**
18.55 **Hlavní zprávy**
19.40 **Krimi zprávy**
19.55 **Showtime**

20.15 **Zrádci**
21.35 **3 dny na zabití**
Akční film (USA/Fr./Rus., 2014)
23.50 **Tahle země není pro starý**
Thriller (USA, 2007)
2.25 **Astronautova žena**
Sci-fi thriller (USA, 1999)
4.50 **Kriminálka Kraj (5)**
Nemilovaná. Krimiseriál (SR, 2022)

Óčko

09.00 **Ranní fresh**
10.00 **Kitkat Óčko chart**
12.00 **Óčko hity**
14.00 **Radio Top 30**
16.00 **New Music Radar**
16.25 **Óčko hity**
17.00 **Top 4 Kitkat Óčko chart**
17.15 **Óčko hity**
18.00 **CZ & SK**
19.00 **Smartmania**
19.05 **Óčko hity**

20.00 **O black Spotify Czech list**
Rap, co se nejvíc streamuje v Česku
21.00 **Hot hity**
Žhavé klipy
22.00 **Naked Attraction Italy**
23.30 **NAKED ATTRACTION IBERIA**
0.00 **Óčko flirt**

metro

Vydává: MAFRA, a. s., Karla Engliše 519/11, 150 00 Praha 5, IČ: 45313351, www.metro.cz. **Kontakty:** 225 065 111, dopisy@metro.cz, jmeno.prijmeni@metro.cz. **Redakce:** šéfredaktor - Petr Holeček, zástupce šéfredaktora - Šimon Merta. **Tištěný náklad** ověřuje ABC ČR, člen IF ABC. **Inzerce:** sales@metro.cz, inzerce@metro.cz, 225 065 120. **Tisk:** mafraprint – Praha a Olomouc
• Evidenční číslo MK ČR E 16400, ISSN 1211 - 7811. **Distribuce:** PNS, a. s. Vychází denně v pracovních dnech. © MAFRA, a. s., 2024 nebo uvedení dodavatelé obsahu. Jakékoli užití a šíření částí nebo celku obsahu deníku METRO (včetně jejich překladu) bez písemného svolení vydavatele je zakázáno.

~~BOLEST KOLEN, BRNĚNÍ PRSTŮ, ZTUHLOST ZAD, REVMATISMUS, OSTEOPORÓZA~~

1000 balení přípravků ZDARMA!

ROZHÝBEJTE SVÉ KLOUBY ZA 27 DNÍ!

Obnovte kloubní chrupavky, posilte svaly, zpružněte šlachy a nechte bolest daleko za sebou! Inovativní biomedicínská receptura již funguje na úrovni tkání a dosud obnovila kondici u téměř 21 000 uživatelů. Záněty, artrózy a blokády po úrazech jsou za 27 dní minulostí díky formuli, která obsahuje hydrolyzovaný kolagen identický s lidským kolagenem. Chcete zalepit díry v kloubech a vyhnout se operaci nebo invalidnímu vozíku? ZAVOLEJTE si pro 1 z 1000 průlomových přípravků zdarma.

Zavolejte si pro bezplatný přípravek s inovativním kolagenem: 374 809 287

Výměna kloubů ve vaší domácnosti

Až 196 z 200 lidí tvrdí, že je přípravek zbavil bolestí kyčlí a necitlivosti končetin. Uživatelé přípravku dávají nadobro sbohem vystřelujícím kolenům, loktům, „bloudivým" bolestem při změně počasí a **jsou zpět ve formě jako před 20-30 lety!** A věděli jste, že nemusíte ani vycházet z domu, abyste znovu získali lehký a volný pohyb? Geniální kúra bohatá na kolagen identický s lidským kolagenem vám dorazí kurýrem přímo domů. A je ZDARMA!

Vyberte si nejlepší kolagen na trhu a pohybujte se bez bolesti

Kolagenová esence - použitá v tomto přípravku - je skutečnou biologickou raritou. Dokonale napodobuje bílkovinu, z níž se skládají tkáně chrupavek, šlach, vazů a struktur chránících kosti před oděrem. Na rozdíl od většiny produktů z regálů obchodů a lékáren obsahuje tento geniální prostředek kolagen pečlivě rozdělený na miniaturní částečky.

Obnovuje klouby bez ohledu na věk

Nikdo už není odsouzen k životu v bolesti. Díky receptuře s koncentrovaným hydrolyzovaným kolagenem je konečně možná hloubková regenerace kloubů - a to i po šedesátce či sedmdesátce. Tento přípravek s důvěrou doporučuji při všech druzích osteoartritických bolestí, ke zmírnění ztuhlosti kloubů a k opětovnému získání plynulosti pohybu.

Vladimír Šebek, znalec v oboru ortopedie

Ty se snadno dostanou do poškozených míst kloubu, vyplní je až z 98 % a **ochrání celý systém před opakováním poranění.** Pokud chcete svým kloubům dodat co největší denní dávku kvalitního kolagenu a navrátit jim jejich dřívější výkonnost, neváhejte a zavolejte na číslo uvedené na této stránce. Výrobce nabízí až **1000 (tisíc!) balení přípravku zdarma.**

Po mém revmatismu není prakticky ani stopy

Žádný lék proti bolesti se neukázal tak účinný jako kolagenová léčba. Její účinky jsou dlouhodobé, neotupila mě ani nepoškodila žaludek. Naopak mi zmizely „boule" na kotnících a prstech u nohou, kolena konečně nemám oteklá.

Miloš, 62 let, Jihlava

Odemknutí pohybového systému a volný přístup pro lék proti artritidě Volejte: 374 809 287

Přichází chladné počasí. „Chraňte" svá kolena a lokty na 100 %.

Podzimní a zimní období je pro klouby obzvláště náročné. Revmatismus útočí s dvojnásobnou silou a při chůzi po zledovatělém povrchu snadno dochází k bolestivým zraněním. Přední ortopedičtí odborníci doporučují přípravek s unikátní látkou, která **doplňuje defekty chrupavek a vazů již od první aplikace.** Degenerace a namožení mizí už za 27 dní, zatímco všechny „tlumiče", „panty" a „páky" ve vašem těle jsou posíleny až 12krát.

ČÍSLO 1 PODLE ODBORNÍKŮ NA REVMATOLOGII!
Testy přípravku s kolagenem potvrzují:

- **Úleva od bolesti a odstranění zánětu**
  - 1. týden — 28,9%
- **Zbavení se necitlivosti a „skákajících" kostí**
  - 2. týden — 66,5%
- **Zvrat degenerativních změn**
  - 3. týden — 71,2%
- **Větší rozsah pohybu**
  - 4. týden — 81,3%

Návrat do kondice za 0 Kč - to je vaše jediná šance!

Nyní se vám otevírá svět, ve kterém můžete opět volně chodit, sehnout se pro kaštany na lesní stezce a ráno vstát z postele s pocitem svěžesti. Do rukou se vám dostává spolehlivý přípravek na bázi kolagenu, díky němuž **je každý den více a více zdravých a aktivních lidí.** Potvrzují to četné studie i výpovědi pacientů. Pokud si pospíšíte, přípravek na bolesti kloubů a zranění bude váš za 0 Kč! Přípravek světové úrovně zdarma, který **obnoví pohybový aparát za 27 dní?** Dobře víte, že tuto příležitost nesmíte propásnout! Zavolejte na číslo uvedené na konci této stránky a požádejte o 1 z 1000 bezplatných balení a pak už začněte plánovat svou dlouhou procházku parkem.....

Ruce a nohy konečně přestaly „blokovat"

Než jsem začala používat kolagenový přípravek, chodila jsem ztuhle a nemotorně, jako bych spolkla klacek. To je pravda. Stačily však pouhé 4 týdny léčby, aby se moje kolena mohla pevněji ohýbat, aby mi při ohýbání přestala vrzat záda. Je to skvělý výrobek - navrací svobodu!

Zuzana, 49 let, Vysočina

UDĚLEJTE JISTÝ KROK PRO NEZNIČITELNÉ KLOUBY - získejte spolehlivý kolagenový přípravek ZDARMA!

Prvních 1 000 lidí, kteří zavolají do 18.10.2024, **obdrží od PRODUCENTA 100% REFUNDACI**

VOLEJTE: 374 809 287

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

TV PROGRAM NA 30. 9.

ČT1

20.10 **Případy 1. oddělení (5/22)**
Laborant. Krimiseriál (ČR, 2013)
21.15 **Reportéři ČT**
21.55 **1883 (5/10)**
Úskalí svobody.
Westernový seriál (USA, 2021)
22.50 **Maigret ve Finsku**
Detektivka (ČR/Fr., 1995).
Hrají: B. Cremer, R. Renucci
00.20 **AZ-kvíz**
01.00 **Zahrada je hra**

ČT2

20.00 **Nebezpečné známosti (1/8)**
Láska, nebo válka.
Seriál (USA, 2022)
21.00 **Nebezpečné známosti (2/8)**
Poraz je, nebo padni
22.00 **Kněžna de Cleves**
Historický film (Fr./It., 1960)
23.50 **Buď zdráv, umělče!**
Komedie (Fr./It., 1973)
01.25 **Magické hlubiny (4/6)**
01.50 **Zatopené osudy**

Nova

20.20 **Kriminálka Anděl VI (6)**
Rdousil. Krimiseriál (ČR, 2024)
21.40 **Specialisté (36)**
Lidský faktor.
Krimiseriál (ČR, 2018)
22.45 **Víkend**
23.25 **Kriminálka Vegas III (5)**
Krimiseriál (USA, 2024)
00.20 **Mentalista II (2, 3)**
Krimiseriál (USA, 2009)
04.45 **Novashopping**

Prima

20.15 **Malý pitaval z velkého města (14)**
Narkomani.
Krimiseriál (ČR, 1986)
21.35 **Kriminálka Kraj (6)**
Němé přiznání.
Krimiseriál (SR, 2022)
22.35 **Honeymoon – líbánky k nepřežití**
23.25 **Receptář prima nápadů**
00.05 **Policie Hamburk XVI (20, 21)**

Óčko

15.30 **Óčko hity**
21.00 **Hot hity**
Žhavé klipy
22.00 **NAKED ATTRACTION IBERIA**
Premiérové díly španělské nahé seznamky!
22.30 **Virtuální svět TV**
Vydejte se na cestu kolem světa z pohodlí vašeho domova
0.00 **Óčko flirt**

TV PROGRAM NA 1. 10.

ČT1

20.10 **Četnické humoresky (29/39)**
Pamlsek. Krimiseriál (ČR, 2007)
21.40 **Rapl (5/13)**
Zatmění.
Detektivní seriál (ČR, 2016)
22.40 **Komici na jedničku**
23.35 **Místo činu – Berlín**
Krimiseriál (N, 2020)
01.05 **AZ-kvíz**
01.35 **Zajímavosti z regionů**

ČT2

20.00 **Americké dynastie**
21.05 **Spojila nás smrt**
22.00 **První dny (5/6)**
Mámy. Dramatický seriál (Ukr./Fin., 2023)
22.35 **Blikající světla**
Krimikomedie (Dán., 2000)
00.25 **Fauda (9/12)**
Seriál (Izr., 2015)
01.00 **Televizní klub neslyšících**
01.25 **Zatopené osudy**

Nova

20.20 **Jedna rodina (89)**
Bod nula.
Komediální seriál (ČR, 2024)
21.45 **Karel Special**
22.50 **Kriminálka Vegas III (6)**
Atomové město.
Krimiseriál (USA, 2024)
23.50 **Mentalista II (4, 5)**
Krimiseriál (USA, 2009)
01.45 **Kriminálka Vegas III (5)**
Krimiseriál (USA, 2024)

Prima

20.15 **Zoo (219)**
Dárek z minulosti.
Rodinný seriál (ČR, 2024)
21.45 **7 pádů Honzy Dědka**
22.55 **Honeymoon – líbánky k nepřežití**
23.45 **Ano, šéfe!**
00.45 **Policie v akci**
01.50 **Policie Hamburk XVI (22, 23)**
Krimiseriál (N, 2021)
04.00 **Closer: Nové případy VI (5)**

Óčko

17.00 **Óčko hity**
Klipy nonstop
21.00 **Hot hity**
Žhavé klipy
22.00 **NAKED ATTRACTION IBERIA**
Premiérové díly španělské nahé seznamky!
22.30 **Virtuální svět TV**
0.00 **Óčko flirt**
Proud klipů a sexy vzkazy diváků

TV PROGRAM NA 2. 10.

ČT1

20.10 **Pustina (5/8)**
Seriál (ČR, 2016)
21.05 **13. komnata Zdeňka Štybara**
21.35 **Místo činu – Berlín**
Krimiseriál (N, 2020)
23.05 **Vražedné šifry: San Francisco**
Šotek. Seriál (VB, 2018)
23.55 **AZ-kvíz**
00.20 **Předčasná úmrtí**

ČT2

20.00 **Polosvět světských**
21.00 **Ostrovy Malajsie (2/2)**
21.30 **Bedekr X**
22.00 **Středověké srdce Evropy (5/10)**
22.30 **Oklamaný**
Drama (USA, 1971)
00.10 **Fauda (10/12)**
Seriál (Izr., 2015)
00.45 **První dny (5/6)**
Dramatický seriál (Ukr./Fin., 2023)

Nova

20.20 **Hell's Kitchen Česko**
21.45 **Výměna manželek XVII**
23.05 **Kriminálka Vegas III (7)**
Náhodička.
Krimiseriál (USA, 2024)
00.05 **Mentalista II (6, 7)**
Krimiseriál (USA, 2009)
02.00 **Kriminálka Vegas III (6)**
Atomové město.
Krimiseriál (USA, 2024)
03.05 **Ulice (4762)**

Prima

20.15 **Dvojka na zabití 2 (6)**
Louskáček. Krimiseriál (ČR, 2024)
21.35 **Show Jana Krause**
22.35 **Honeymoon – líbánky k nepřežití**
23.25 **Ano, šéfe!**
00.30 **Policie v akci**
01.30 **Policie Hamburk XVI (24)**
Krimiseriál (N, 2021)
02.30 **Policie Hamburk (1)**
03.30 **Closer: Nové případy VI (6)**

Óčko

20.00 **O Black List**
Hip hop a r'n'b
21.00 **Hot hity**
Žhavé klipy
22.00 **NAKED ATTRACTION IBERIA**
Premiérové díly španělské nahé seznamky!
22.30 **Virtuální svět TV**
0.00 **Óčko flirt**
Proud klipů a sexy vzkazy diváků

TV PROGRAM NA 3. 10.

ČT1

20.10 **Černá voda (4/6)**
Krimiseriál (Švéd., 2023)
21.10 **Bilance: Nedostupné bydlení**
21.40 **Máte slovo s M. Jílkovou**
22.35 **Na stopě**
23.00 **Komisař Montalbano**
01.00 **AZ-kvíz**
01.30 **Chalupa je hra**
01.50 **Zahrada je hra**
02.15 **Dobré ráno**

ČT2

20.00 **Julius Caesar: Jak se rodí diktátor (1/3)**
21.10 **Praha ožralá (5/8)**
21.40 **Nejkrásnější treky Evropy (5/11)**
22.05 **Mediální (ne)vědomí**
22.35 **Hamás: Organizace, která chce zničit Izrael**
23.40 **Dobrodružství Poseidonu**
01.30 **Chiméry – přízraky z hlubin**
02.25 **Curriculum vitae**

Nova

20.20 **Jedna rodina (90)**
Od desíti k pěti.
Komediální seriál (ČR, 2024)
21.45 **Comeback**
Těžká hodina. Sitcom (ČR, 2009)
22.20 **Comeback**
Pan Prase odchází
23.00 **Na vaší straně**
23.45 **Mentalista II (8, 9)**
Krimiseriál (USA, 2009)
01.40 **Kriminálka Vegas III (7)**

Prima

20.15 **Zoo (220)**
Síla lásky.
Rodinný seriál (ČR, 2024)
21.45 **Inkognito**
22.50 **Honeymoon – líbánky k nepřežití**
23.40 **Ano, šéfe!**
00.50 **Policie v akci**
01.50 **Policie Hamburk (2, 3)**
Krimiseriál (N, 2007)
04.00 **Closer: Nové případy VI (7)**

Óčko

20.00 **DESPERADOS DJ NO. 1 PLAYLIST**
Finalisti DJ contestu vybírají nej párty songy
21.00 **Top 4 Kitkat Óčko chart**
21.15 **Hot hity**
22.00 **NAKED ATTRACTION IBERIA**
22.30 **Virtuální svět TV**
0.00 **Óčko flirt**
Proud klipů a sexy vzkazy diváků

METRO.CZ

Portmonka

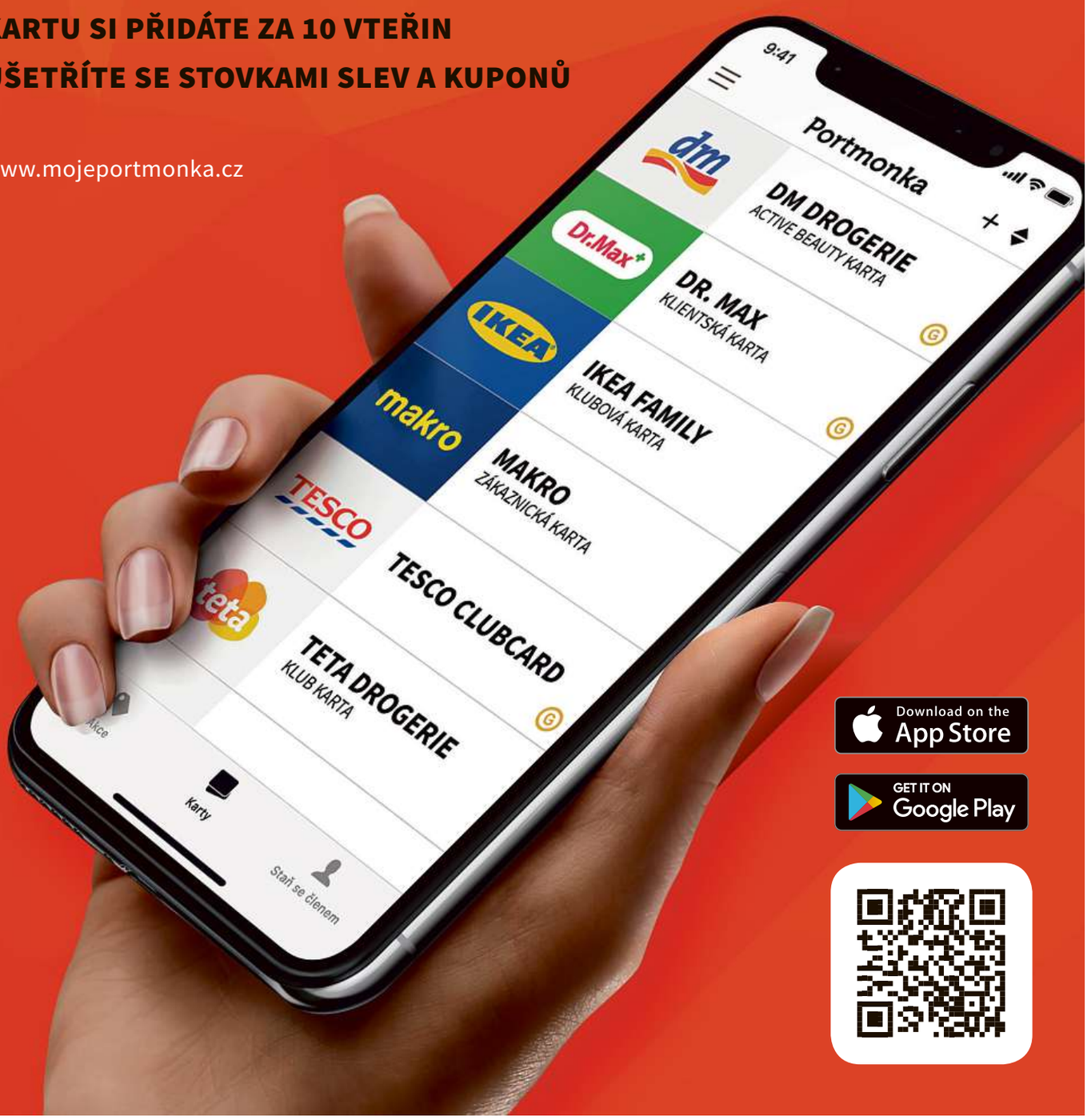
Věrnostní karty a kupóny v mobilu

DEJTE PLASTU SBOHEM

KARTU SI PŘIDÁTE ZA 10 VTEŘIN

UŠETŘÍTE SE STOVKAMI SLEV A KUPONŮ

www.mojeportmonka.cz



Download on the App Store

GET IT ON Google Play

INZERCE

Intimní HIT vám dá XXL přirození a 5× silnější erekci. GENIÁLNÍ OBJEV VĚDCŮ Z NEW JERSEY

VÁM PRODLOUŽÍ PENIS O 9 cm BEZ OPERACE A NATRVALO

Rozlučte se s nefungující erekcí a mizerným sexem

Získejte TURBOgel na OBROVSKÉ přirození za 0 Kč

Jediný způsob na domácí zvětšení penisu s účinností potvrzenou výzkumy! Kúra vyvinutá čelnými sexuology a urology zachránila před impotencí už 128 754 mužů v 13 zemích Evropy. Uživatelé zaznamenali prodloužení údu o 5–9 cm a nárůst libida. Chcete, aby aktivátor mužství udělal totéž pro vás?

Proč může tento přípravek používat každý muž?

1. **Snadné použití –** přípravek má podobu rychle vstřebatelného gelu. Můžete ho použít kdykoliv – i těsně před stykem. Nemusíte čekat, než začne působit. 1,5 minuty po namazání jste připravený do akce. Gel se nelepí a nedělá skvrny.

2. **Diskrétnost –** chcete se jednou provždy zbavit studu pokaždé, když stahujete slipy? Stačí 1 telefonát! Zavolejte na autorizovanou infolinku a kurýr vám přiveze neoznačenou zásilku až domů.

3. **Bezpečnost –** složení EROgelu je 100% přírodní. Při jeho používání se nemusíte vzdávat léků ani se vyhýbat alkoholu.

Thomas Anderson

POZOR:

To, co si nyní přečtete, se stane vaší propustkou do světa plného vášnivého a ničím neomezeného sexu jako z XXX filmů. Čekají vás železné erekce trvající déle než 40 minut, naprostá kontrola nad bouřlivým finále a imponující rozměry: prodloužení údu o 5–9 cm a zesílení o 2–3 cm. Američtí vědci tvrdí: tento BIOkoncentrát složený z téměř 3 neobvykle silných afrodiziak postaví do pozoru naprosto každé přirození a prodlouží ho už po 1. použití. „5 let jsme pracovali nad tím gelovým rozpínačem mužského přirození," vysvětluje Thomas Anderson z Urologického institutu v New Jersey. „Jeho první verze přinesla skutečný převrat v intimním životě mužů ve věku od 18 do 89 let. A nyní je k dispozici **ještě silnější přípravek na speciální úkoly.** Za 48 h prodlouží dokonce i mikropenis!" – ujišťuje.

100% USPOKOJENÍ: +9 cm a sex 4× po sobě

Stačí doslova pár kapek geniálního EROgelu, abyste v rozkroku získal skutečného obra! Thomas Anderson vysvětluje, jakým způsobem kúra aplikovaná přímo na penis obnovuje 100 % mužské vitality: „Kompletní recept je tajný a chráněný patentem, ale můžu říct, v čem spočívá jeho působení. Blahodárné složení gelu proniká z kůže přímo do topořivých tělísek penisu a roztahuje je až 3násobně. Navíc látky obsažené v přípravku zvyšují průtok krve v údu a zintenzivňují citlivost těla na podněty. Každý 2. zkoumaný cítí výjimečně silné erekce a nejsou už žádné problémy s předčasným ochabnutím. Nejžádanější efekt je samozřejmě prodloužení a zesílení údu. Až +9 cm je častý efekt u pánů, kteří využili kúru. Metoda je zcela bezbolestná, bezpečná a bez problému ji můžete používat doma!"

Ten gel roztahující penis je tak dobrý, že ho chtěli zakázat!

Moc nechybělo a nečetl byste teď o geniálním EROpřípravku, nemohl byste ho získat a byl byste odsouzený k sexuálnímu životu bez uspokojení. Poté, kdy vědci z New Jersey zveřejnili výsledky svých výzkumů, farmaceutické koncerny zažily skutečný otřes! Pro výrobce přípravku na potenci to bylo jasné: **tento gel během 2 let smete konkurenci z trhu.**

HIT v 13 zemích Evropy

Zavolejte, abyste vyléčili poruchy potence a získali libido 20letého mladíka!

Lidé už nebudou muset utrácet za tabletky zatěžující organismus nebo neúčinné pumpičky, protože místo toho sáhnou po EROgelu dostupném pro každého. „Světové firmy to nechtěly připustit a dělaly, co mohly, aby zastavily distribuci nového gelu. Naštěstí je po mnoha bitvách v oficiálním prodeji," říká Thomas Anderson.

Byl jsem impotent a teď mám 21 cm při erekci a miluju se 5× týdně.

Od té doby, kdy jsem zvětšil své přirození s tím geniálním gelem, neexistuje pro mě v sexu nic nemožného a nikdy neslyším v ložnici slovo „ne"! Žena se chce se mnou milovat noc co noc.

Kryštof, 56 let, Plzeň

Ten gel udělal z mého „prcka" obří, tvrdý klacek.

+9 cm – takového výsledku jsem dosáhl už po 7 dnech užívání přípravku. Penis vyrostl jak z vody a sex chutná 300× lépe! Ženy si předávají moje telefonní číslo a navrhují mi intimní schůzky.

Alexej, 48 let, Opava

BEZPLATNÁ BALENÍ ČEKAJÍ! Zavolejte na infolinku výrobce

Zde je váš recept na VELKÝ úspěch v posteli:

- Masivní přirození – delší o 5–9 cm
- Silná a tvrdá erekce – až 4× po sobě za jednu noc
- 100% kontrola nad bouřlivým finále
- Erekce trvající 40 minut a déle
- Připravenost na další styk už 2 minuty po vyvrcholení
- Skvělý „skluz" a velká rozkoš pro partnerku

Šťastné finále bude vaše – každou noc!

Imponující výsledky používání EROgelu potvrzuje už víc než 60 tisíc nadšených párů. I vy se k nim můžete připojit! Je zcela nepodstatné, kolik je vám let, v jakém stavu je váš úd, jestli dáváte přednost dlouhodobým vztahům nebo hledáte sex na jednu noc. Přípravek vyvinutý odborníky vám zajistí „nářadí" a kondici hodnou herce z filmů pro dospělé. Chcete už první noc po jeho užití spatřit, jak vaše partnerka křičí rozkoší? Objednejte si gelový zvětšovač penisu s novým, JEŠTĚ LEPŠÍM složením. Když si pospíšíte, výrobce vám na něj dá 100% refundaci.

ZDARMA PRODUKT

Prvních 100 lidí kteří zavlají do 18.10.2024 obdrží 100% NÁHRADU VÝROBCE!

Zavolejte: 519 799 022

po-pa 8:00 - 20:00 sob: 8:00 - 16:00. Běžné místní spojení bez příplatku