



AKCE ROKU

POUZE 4.-5. 10. / SLEVY AŽ 240 000 Kč



pátek 27. září 2024 / č. 186

mojemetro @ f 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

5+2

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 CO₂ 117–137 g/km (WLTP). Zobrazený model je pouze ilustrativní.



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. Okouzlivý 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.

Príspevkové 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 Barrandienu sezonu poslední letošní akcí Loučení s Geoparkem. Přípravena 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 sklepy 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 události roku 1918 spojené se vznikem republiky.

- V Českém muzeu stříbra Kutná Hora bude komentovaná prohlídka výstavy Ve stínu pyramid 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 dopro-

vodným 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 Leveckém muzeu Metoděje Vlacha. Těšit se můžete na výstavu dobových zbraní a vojenské techniky, odpoledne na dobové ukázce 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 dochované 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**



ISČETZ

„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.

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

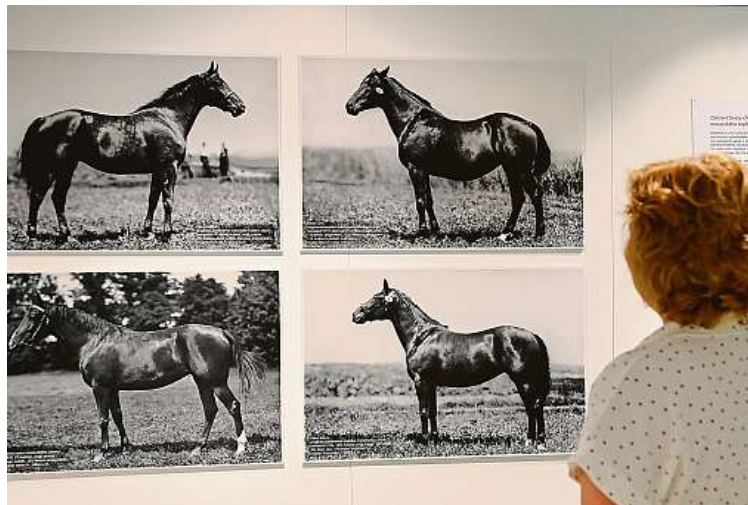
Skutečný spotřebitel,
který byl za svou účast
v kampani odměněn.



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 SÍDL	ZAČÁTEK TAJENKY	A TO "2 SL. "		ŠITÉ SPOJE	ZPĚVAČKA PILAROVÁ (INIC.)	ČESKÁ ZPĚVAČKA (PETRA)	KDOPAK (KNIŽNĚ)	VÝJÍMEČNÁ 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) ČÁSTEČNĚ ZLOMENÍ						ČÁST ZÁVODU MŮRE (SLOVEN.)						TRUMF V BRIDŽI (TĚŽ 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 (TĚŽ RUTH) ROZLOUP- NUTÍ (ŘIDČ.)				VOUS (HOVOR.) TEPLOTNÍ STUPEŇ				
KLOFÁK, KLOVAN (MYSL.)							ŽÁCI OPAKU- JÍCÍ TRÍDU 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. ŠVĚD- SKÉHO NÁBYTKU					BRUTÁLNÍ (ANGLICKY) ALENA, ÁLA (DOMÁC.)							HELENA (DOMÁC.) VEŠKERÁ				
MANŽEL PANÍ KOTLÁROVÉ						MENŠÍ PO- LOKER (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.)				

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 sedláni 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 Václavíková. K vidění jsou v muzeu také staré chomouty nezbytné pro koňský záprah. Jedinečná je kopie dekretu Marie Te-

rezie 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 záprahu, 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



**90%
masa**

**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%



**5
ks
za 1 Kč**

**SLUNEČNICOVÝ
OLEJ PENNY**
1 l | 23,90 Kč

24,90
~~47,90~~

48%



VEPŘOVÁ PLEC*
bez kostí, balená
ve vakuu
cena za 1 kg

89,90



ZÁVIN KARLOVA KORUNA
makový, tvarohový, ořechový | 400 g
100 g 8,23 Kč

32,90
~~44,90~~

26%

RAJČATA CHERRY
balená
250 g
100 g 5,96 Kč



14,90
~~29,90~~

50%



9,90
~~19,90~~

50%

**TOALETNÍ
PAPÍR WIPPY**
2vrstvý | 68 m
1 role | 9,90 Kč

* Nejnižší cena za posledních 30 dní. Škrtnutá 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 Markets. r. o. Podrobná pravidla na www.penny.cz.

ilustrační foto

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

	SILNÉ PŘÁNÍ	DUMASŮV MUSKETÝR	HRANÝ RONDY	ROMÁNEK MILOSTNÝ	DRACI		CÍN (CHEM. ZN.)	NAHODILÉ	OMÁČETI ROSOU	KUPA SLÁMY		CITO- SLOVCE OBDIVU (TĚŽ OH)	NEVINNÝ	MÍT V EVIDENCI	MLÁDĚ KRÁVY	JMÉNO CHAČA- TURJANA
NÁSYP Z KAMENÍ						SESTUP DO ATMOSFÉRY					JMÉNO ZPĚVAČKY LANGEROVÉ					
OTÍKOVA						HŘBET CHODIDLA POHOŘÍ NA KRĚTĚ					RUČNÍ ZVEDÁK OPRAVNA LODÍ					
UŠTVANÍ (LIDĚ)							STŘEDOVĚ- KÝ HRDINA (ROBIN) LIANA (DOM.)					VÝSTAVNÍ DŮM LISOVACÍ ZAŘIZENÍ				
ZAČÁTEK TAJENKY																
ŘECKÝ ZHÝRALEC					NEMOC VIREM HIV SLANÉ MINERÁLKY					BIOGRAF TUNA (SLOVEN.)					SKLOVITÁ POLEVA	OVČÍ VLNA S KÚŽÍ
	AMERICKÁ VÁHOVÁ JEDNOTKA	VELKÁ SOVA SEVERSKÝ BŮH HROMU				BAALOVA DRUŽKA TESKNOTA (BÁS.)					OPAK "JIH" OBYVATEL SARDÍNIE					
UMUČIT						MRAVNÍ ZÁKLAD (KNIŽ.) PATŘÍCÍ LANI						NAMÁČECÍ PRAŠEK (ZN.) TWINOVO JMÉNO				
NANO- HENRA (ZN.)			VÝZVA, APELOVÁNÍ MATKA (HOVOR.)				JINAM (SLOV) BYVALÁ JEDNOTKA TLAKU						POHÁDKOVÁ BYTOST (PAN) VRAH ÁBELA			
COMMODO (KÓD)				VÝTAŽEK Z BYLIN SLUŽEBNÍ POŘADÍ				LIHOVINA Z RYŽE ČEJČÍ VOLÁNÍ							INDIUM (ZN.) SEKRET SLIZNICE	
STÁTNÍ SPRÁVA					ČÁST SVÍČKY HOLANDSKÝ LIKÉR					DRASELNÝ LOUH ŘEŠETA						
	CITO- SLOVCE VYTA- HOVÁNÍ	KRÁLOVNA VÍL VEČERNÍ HOSTINA				IRIS (SLOVEN.) NIČEMA					KILIÁN (DOMÁC.) LOTERIJNÍ HRA				VÝBĚHY PSŮ	VYZNAVAČ LOGIKY
KVÁDR						DĚTSKÝ RET REZIVĚNÍ						KOV (ZN. NI) NESTVŮRA				
OLYMPIC AIR (OZN. LETIŠTĚ)			CHLAPEČ HOSPO- DÁŘSKÁ BUDOVA					I TENTO HRA V TENISE					ZAHRADA SE ZVÍŘATY PRODĚLÁ- VATI			
ČESKÝ KAZATEL				MLHA S KOUŘEM OSCHNOUT (O CHLEBU)					ANETA (DOMÁC.) NOČNÍ ODĚVY					TANGENS (OZN.) OPATŘIT ODĚVEM		
JMÉNO HERCE ŠIMÁNKA					PRAPORČÍK (OZN.) SKUPINA OBYDLÍ					NEVOLNÍCI ŘÍČNÍ RYBA						
	PROUD (BÁSNIC.)	PLESO JAKÁ (SLOVEN.)				CHYBNÝ CÍN NÁTŁAK					VÁCLAV (DOMÁC.) PRÁVO ODPORU					
KONEC TAJENKY															TV MILENKA DOKTORA BLAŽEJE	NÁSEP
OSCHLE NA POVRCHU								NÁPOJ PŘED JIDLEM HEKTOLITR (OZN.)								
CITOVÉ ROZPOLO- ŽENÍ							JEDEN ZE SMYSLŮ					ČASOPIS PRO ŽENY (NÁZ.)				
POMŮCKY: ASOT, ÍDA, MAB, RANK, RON, TG, TORR		PRUDKÝ ZÁCHVAT NEMOCI					SILNÝ PROVAZ					OBYVATEL ITÁLIE				



Družstvo JEDNOTA KLADNO



platí do 8. 10. 2024



NAŠE ZNAČKY

prověřená kvalita - příznivá cena,
najdete pouze v našich
prodejnách



**Ranko Tavený sýr
vybrané druhy**

140 g
(19,21/100 g)

26,90



**Ranko Papánek
vanilka, čokoláda**
70 g
(14,14/100 g)

9,90



**Ranko Sýr Duko
přírodní**
80 g
(18,63/100 g)

14,90



Dle Gusta Hranolky do trouby
1000 g

54,90



**Dle Gusta
Zeleninová směs
vybrané druhy**
350 g
(5,69/100 g)

19,90



**Varoma
Polévkové koření,
Worcester, Sójová omáčka**
170 ml
(10,53/100 ml)

17,90



**Dle Gusta
Zelí bílé**
680 g/PP 330 g
(7,55/100 g PP)

24,90



Celou aktuální nabídku, prodejní dobu všech našich prodejen a soutěž o bezva ceny a najdete na www.jednotakladno.cz

OPEL 24 AKCE ROKU

SLEVA AŽ 240 000 Kč POUZE 4.-5. 10. /



Kombinovaná spotřeba 4,9–6,0 l/100 km; emise CO₂ 126–135 g/km (WLTP).
Zobrazený model je pouze ilustrativní.



AUTA s.r.o., Dubno 122, 261 01 Příbram,
tel.: 603 795 797, e-mail: jan.preborovsky@auta.pb.cz,
www.auta.pb.cz



Autorizovaný dealer vozů Isuzu

Isuzu M2I TT + třístranná sklápěcí nástavba
Již od 1 080 000 Kč bez DPH



Isuzu D-Max Doublecab
Již od 799 999 Kč bez DPH

Prohlédněte si naši nabídku na www.auta.pb.cz

Dubno 122, Příbram | tel.: 603 795 797 | jan.preborovsky@auta.pb.cz

Parodontóza přijde bez bolesti

Je to jeden z nejčastějších problémů dutiny ústní.

Prvními příznaky parodontózy, tedy onemocnění závažného 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.



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

PROFIMEDIA

„Pravidelným čištěním zubů a mezizubních prostor odstraníte zubní plak, a tím pomůžete 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 štetinami, 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 masáží 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 parodontózu

Parodontitida je zánětlivé onemocnění dásní a závažného aparátu. Onemocnění vzniká aktivitou bakterií, které produkují agresivních kyselin rozpouštějící tvrdou vápníkovou a fosfátovou minerální matici 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 ztrácí pevnost ukotvení.

Chronický zánět oslabuje imunitní systém. Podle statistik mají pacienti s parodontitidou dvojnásobně větší riziko onemocnění srdce a čtyřnásobně 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 Pythium Bio Plus se řadí do pit-

né 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



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

Chytrá houba Pythium 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 nemocné-

ho 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 závislým 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 priznání závislosti na péči začíná vyplácet pojištěnému měsíční plnění podle stupně, který mu priznal stát, a to až do konce jeho života nebo dokud bude nesoběstačný. Problémem může být delší trvání procesu priznání státního příspěvku na péči, v průměru až 6 měsíců, někdy i déle. Nedílnou součástí našeho produktu je předběž-

né plnění ve výši 50 % sjednané pojistné částky. Vyplácíme ho, jakmile klient podá žádost o státní příspěvek na péči a po našem vlastním posouzení celkového zdravotní-

nečným rozhodnutím státu o priznání 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 žádosti, 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 péči 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.

ho stavu pojištěného. Stane-li se v některých případech, že Úřad práce nakonec nesoběstačnost a závislost neuzná, vyplacené peníze nám klient již nevrací.

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 ko-

Tátovi práce šlape, ale na kole to neušlape.

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 pořídte naše nové Pojištění soběstačnosti FLEXI.

www.koop.cz/pojisteni-sobestacnosti-flexi



NOVÉ
POJIŠTĚNÍ
SOBĚSTAČNOSTI

flexi
pojištění soběstačnosti
od Kooperativy



Elektrické vozíky a skútry

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

**Dodatečná
posezónní sleva
dalších 10 %.**

jen 39.590 Kč

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

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

Louny - Zeměšská
HSQ centrum,
Zeměšská 2787,
tel.: 732 500 962, 607 268 934

Praha - V.Chuchle
BG Technik cs, a.s.,
U závoďiště 8/251,
tel.: 606 756 599

Pízeň 4 - Doubravka
AGROWEST,
Hřbitovní 952/29,
tel.: 377 462 108, 377 454 437

Hrušov - Brodce
PIM24,
Hrušov 26,
tel.: 777 728 270

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



coop | HOŘOVICE

hledá nové kolegy či kolegyně na pozice

PRODAVAČ PRODAVAČKA

**Nabízíme práci na plný i zkrácený úvazek
Možnost kariérního růstu**

Firemní benefity:

- stravenky v hodnotě 130,- Kč
- příspěvek na dětskou rekreaci
- příspěvek na rodinnou dovolenou zaměstnancům a dětem
- 5 týdnů dovolené
- zdravotní volno - sick days
- měsíční příspěvek na penzijní spoření
- mimořádné a jubilejní odměny
- bonus za věrnost, narozeninový bonus
- dárkové poukazy, zvýhodněné telefonní tarify

Zaujala tě naše nabídka?

Tak neváhej a svůj životopis zašli
na e-mail: personalni@coophorovice.cz,
tel. 311 548 729



Přijď mezi nás!

Sportka přinese více milionářů

Nejstarší hra loterií společnosti Sazka přinese změny.

Sportka se po 10 letech dočká změn. Loteriijní 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 sázenke a pro zařazení do slosová-

ní 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

treť, 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 loteriijní hra za poslední deká-

du 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 obličej, 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

L O T E R I E A L O S Y

maxa.cz

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

TV PROGRAM NA 27. 9.				
ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
14.45 Na stopě 15.05 Reportéři ČT 15.55 Úsměvy 16.35 Josefa Škvoreckého 16.35 Polopatě 17.30 AZ-kviz 18.00 Události v regionech 18.25 Kde domov můj? 19.00 Události 19.56 Branky, body, vteřiny 20.05 Losování Sportky a Šance	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	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	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 Krimí zprávy 19.55 Showtime	10.00 Óčko hity 12.00 Óčko hity 14.00 Hitrádio desítky 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
				
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-kviz 1.35 Na forbině TM	20.00 Profesionál Drama (Fr, 1981) 21.50 Stíck Krimifilm (USA, 1985) 23.40 Letecké katastrofy Rozptýlená pozornost 0.25 Pluk mizerů (5/6) 1.25 Televizní klub neslyšících 1.50 Před půlnocí	20.20 Deníček moderního fotra Romantická komedie (ČR, 2021) 22.35 Equalizer 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)	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)	19.00 Party ride Příprava na dnešní mejdan 21.00 O Black Party Hip hop a r&b party 22.00 Virtuální svět TV Vydějte 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	ČT2	Nova	Prima	Óčko
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	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 Koněsprežka 19.25 Zapomenuté výpravy 19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce	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	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 Krimí zprávy 19.55 Showtime	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 desítky 18.00 CZ & SK 19.00 Top 4 Kitkat Óčko chart 19.15 Óčko hity
				
20.05 Zázraky přírody 21.20 Jméno Brousek, to je firma 22.34 Výsledky losování Štátních 10 a Euromiliony 22.35 Profesionál Drama (Fr, 1981) 0.25 Černá voda (3/6) Krimiseriál (Švéd., 2023) 1.25 Gejzír	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	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	20.15 Duch II (5) Svědék. Seriál (ČR, 2024) 21.30 Duch (5) Legionáři. Seriál 22.50 Rambo III Akční film (USA, 1988) 0.35 Povolení zabijet Akční film (VB/USA, 1989) 3.25 Zbouchnutá	20.00 Party ride Warm-up dance music na sobotní party 22.00 Virtuální svět TV Vydějte 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	ČT2	Nova	Prima	Óčko
13.05 Čarovné prstýnky 14.10 Motovidla 14.55 O Hášerunovi a vile Elóre 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	14.50 Vikinské ženy (1/2) 15.45 Kdysi dávno v Třasu (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	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	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 Krimí zprávy 19.55 Showtime	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
				
20.10 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)	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	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 Křížovatka smrti 3: Tentokrát v Paříži 1.10 Specialisté (35)	20.15 Zrádci 21.35 3 dny na zabiti 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)	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

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 biomedicinská 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 bolesti 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 částičky.

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 kaštiny 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

Ruce a nohy konečně přestaly „blokovat“



Než jsem začala používat kolagenový přípravek, chodila jsem ztuhle a nemožně, 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 - navrácí svobodu!

Zuzana, 49 let, Vysočina

te o 1 z 1000 bezplatných balení a pak už začněte plánovat svou dlouhou procházku parkem.....

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	ČT2	Nova	Prima	Óčko
				
20.10 Případy 1. oddělení (5/22) Laborant. Krimiseriál (ČR, 2013)	20.00 Nebezpečné známosti (1/8) Láska, nebo válka. Seriál (USA, 2022)	20.20 Kriminálka Anděl VI (6) Rdousl. Krimiseriál (ČR, 2024)	20.15 Malý pitaval z velkého města (14) Narkomani. Krimiseriál (ČR, 1986)	15.30 Óčko hity
21.15 Reportéři ČT	21.00 Nebezpečné známosti (2/8)	21.40 Specialisté (36) Lidský faktor. Krimiseriál (ČR, 2018)	21.35 Kriminálka Kraj (6) Němé přiznání. Krimiseriál (SR, 2022)	21.00 Hot hity Žhavé klipy
21.55 1883 (5/10) Úskalí svobody. Westernový seriál (USA, 2021)	22.00 Kněžna de Cleves Historický film (Fr./It., 1960)	22.45 Víkend	22.35 Honeymoon – libánky k nepřežití	22.00 NAKED Attraction Iberia Premiérové díly španělské nahé seznamky!
22.50 Maigret ve Finsku Detektivka (ČR/Fr., 1995). Hrají: B. Cremer, R. Renucci	23.50 Buď zdrav, uměleče! Komedie (Fr./It., 1973)	23.25 Kriminálka Vegas III (5) Krimiseriál (USA, 2024)	23.25 Receptář prima nápadů	22.30 Virtuální svět TV Vydejte se na cestu kolem světa z pohodlí vašeho domova
00.20 AZ-kviz	01.25 Magické hlubiny (4/6)	00.20 Mentalista II (2, 3) Krimiseriál (USA, 2009)	00.05 Policie Hamburk XVI (20, 21)	0.00 Óčko flirt
01.00 Zahradu je hra	01.50 Zatopené osudy	04.45 Novashopping		

TV PROGRAM NA 1. 10.

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
				
20.10 Četnické humoresky (29/39) Pamlsék. Krimiseriál (ČR, 2007)	20.00 Americké dynastie	20.20 Jedna rodina (89) Bod nula. Komedialní seriál (ČR, 2024)	20.15 Zoo (219) Dárek z minulosti. Rodinný seriál (ČR, 2024)	17.00 Óčko hity Klipy nonstop
21.40 Rapi (5/13) Zatmění. Detektivní seriál (ČR, 2016)	21.05 Spořila nás smrt	21.45 Karel Special	21.45 7 pádů Honzy Dědka	21.00 Hot hity Žhavé klipy
22.40 Komici na jedničku	22.00 První dny (5/6) Mámy. Dramatický seriál (Ukr./Fin., 2023)	22.50 Kriminálka Vegas III (6) Atomové město. Krimiseriál (USA, 2024)	22.55 Honeymoon – libánky k nepřežití	22.00 NAKED Attraction Iberia Premiérové díly španělské nahé seznamky!
23.35 Misto činu – Berlín	22.35 Blikající světla Krimikomédie (Dán., 2000)	23.50 Mentalista II (4, 5) Seriál (Izr., 2015)	23.45 Ano, šéfe!	22.30 Virtuální svět TV Proud klipů a sexy vzkazy diváků
01.05 AZ-kviz	00.25 Fauda (9/12)	01.45 Kriminálka Vegas III (5) Krimiseriál (USA, 2024)	00.45 Policie v akci	0.00 Óčko flirt
01.35 Zajímavosti z regionů	01.00 Televizní klub neslyšících		01.50 Policie Hamburk XVI (22, 23) Krimiseriál (N, 2021)	
	01.25 Zatopené osudy		04.00 Closer: Nové případy VI (5)	

TV PROGRAM NA 2. 10.

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
				
20.10 Pustina (5/8) Seriál (ČR, 2016)	20.00 Polosvět světských	20.20 Hell's Kitchen Česko	20.15 Dvojka na zabít 2 (6) Louskáček. Krimiseriál (ČR, 2024)	20.00 O Black List Hip hop a r'n'b
21.05 13. komnata	21.00 Ostrovy Malajsie (2/2)	21.45 Výměna manželek XVII	21.35 Show Jana Krause	21.00 Hot hity Žhavé klipy
21.35 Zdeňka Štybara	21.30 Bedekr X	23.05 Kriminálka Vegas III (7) Náhodička. Krimiseriál (USA, 2024)	22.35 Honeymoon – libánky k nepřežití	22.00 NAKED Attraction Iberia Premiérové díly španělské nahé seznamky!
21.55 Misto činu – Berlín	22.00 Středověké srdce Evropy (5/10)	00.05 Mentalista II (6, 7) Krimiseriál (USA, 2009)	23.25 Ano, šéfe!	22.30 Virtuální svět TV Proud klipů a sexy vzkazy diváků
23.05 Vražedné šířky: San Francisco	22.30 Oklamání Drama (USA, 1971)	02.00 Kriminálka Vegas III (6) Atomové město. Krimiseriál (USA, 2024)	00.30 Policie v akci	0.00 Óčko flirt
23.55 AZ-kviz	00.10 Fauda (10/12)	03.05 Ulice (4762)	01.30 Policie Hamburk XVI (24) Krimiseriál (N, 2021)	
00.20 Předčasná úmrtí	00.45 První dny (5/6) Dramatický seriál (Ukr./Fin., 2023)		03.30 Closer: Nové případy VI (6)	

TV PROGRAM NA 3. 10.

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
				
20.10 Černá voda (4/6) Krimiseriál (Švéd., 2023)	20.00 Julius Caesar: Jak se rodí diktátor (1/3)	20.20 Jedna rodina (90) Od desíti k pěti. Komedialní seriál (ČR, 2024)	20.15 Zoo (220) Síla lásky. Rodinný seriál (ČR, 2024)	20.00 DESPERADOS DJ NO. 1 PLAYLIST Finalisti DJ contestu vybírají nej party songy
21.10 Bilance: Nedostupné bydlení	21.10 Praha ožralá (5/8)	21.45 Comeback	21.45 Inkognito	21.00 Top 4 Kítkat Óčko chart
21.40 Máte slovo s M. Jilkovou	21.40 Nejkrásnější treky Evropy (5/11)	22.20 Comeback	22.50 Honeymoon – libánky k nepřežití	21.15 Hot hity
22.35 Na stopě	22.05 Mediální (ne)vědomí	23.00 Pan Prase odchází	23.40 Ano, šéfe!	22.00 NAKED Attraction Iberia Premiérové díly španělské nahé seznamky!
23.00 Komisař Montalbano	22.35 Hamás: Organizace, která chce zničit Izrael	23.45 Mentalista II (8, 9) Krimiseriál (USA, 2009)	00.50 Policie v akci	22.30 Virtuální svět TV Proud klipů a sexy vzkazy diváků
01.00 AZ-kviz	23.40 Dobrodružství Poseidonu	01.40 Kriminálka Vegas III (7)	01.50 Policie Hamburk (2, 3) Krimiseriál (N, 2007)	0.00 Óčko flirt
01.30 Chalupa je hra	01.30 Chiméry – příznaky z hlubin		04.00 Closer: Nové případy VI (7)	
01.50 Zahradu je hra	02.25 Curriculum vitae			
02.15 Dobré ráno				



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



Intimní HIT vám dá XXL přirození a 5× silnější erekci.

GENIÁLNÍ OBJEV VĚDCŮ Z NEW JERSEY

VÁM PRODLOUŽÍ PENIS 0 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 čelními 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 afrodisiak postaví do pozoru naprosto každé přirození a prodloží 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 prodloží 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 nečtli 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 potency 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 přebírají moje telefonní číslo a navrhují mi intimní schůzky.

Alexej, 48 let, Opava

BEZPLATNÁ BALENÍ ČEKÁJÍ! 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 „náradí“ 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 zavolají do 18.10.2024 obdrží 100% NÁHRADU VÝROBCE!

Zavolejte: 519 799 022

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