

Všechny dárky jako na dlani

S přehlednou aplikací máte
celé Vánoce pod palcem

- Zrychlený výdej dárků na pobočkách
- Rychlý a spolehlivý nákup
- Bezpečné a rychlé platby



Více informací na: www.alza.cz/vanocce



KFC

SNÍDANĚ SE VRACÍ!



Snídaňová nabídka je dostupná denně do 10:30 hod.
ve vybraných restauracích KFC.

„NA ŠEDESÁTIČLENNÝ SBOR SE TĚŠÍM NEJVÍC“

PÍSNÍČKÁŘ XINDL X CHYSTÁ VELKÝ KONCERT K NOVÉ DESCE STRANA 8



metro

mojemetro | denikmetro

Středa, 27. října 2021

Č. 204, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek: Šarlota, Zoe

Lidem chyběl kontakt, vrátili se do hospod

Čepované pivo. Covidový boom lahvového piva je minulostí, Češi opět začali chodit „na jedno“. **Nové trendy.** Vládly ležáky, propadly se silné speciály a nealko. **Pivovarníci.** Bojí se dalších omezení STRANA 2



Vizovice. Vánoce tu už začaly

Různé barvy, dekory, tvary i velikosti skleněných ručně vyráběných vánočních ozdob jsou k vidění v Galerii Mariette v podzámčí ve Vizovicích na Zlínsku. Galerie už dvacátým rokem představuje různé zdobené vánoční stromy, s ozdobami s tradičními dekory i moderní trendy. „Letošní ročník je vzpomínkový. Prošli jsme archivy a představujeme dekory, které s námi za 20 let prošly, procházejí nebo jsme jimi začínali,“ říká autorka výstavy Iva Mynářová. ČTK

INZERCE

9 771211 781002 2 1204

NERADI VÁS OPĚT VIDÍME

ADDAMSOVA RODINA 2

V KINECH
OD 28.ŘÍJNA

S ČESKÝM DABINGEM

© 2021 U. # AddamsFamily2 @MeetTheAddams

Češi se ve velkém vrátili do hospod

Čepovaného piva se prodalo více, české tradiční požitkářství covid nezastavil. Přestože na čas ovlivnil běžný život.

Pivo, které hospodský načepuje, se podle posledních zpráv Českého svazu pivovarů a sladoven dařilo. Jeho výroba vzrostla o dvě procenta. Množství uvařeného piva během letošního září zároveň ale ovlivnilo také propad lahvového piva. To naopak slavilo úspěchy především v loňském roce.

„Výsledky čepovaného piva nám dělají radost. Těší nás, že se hosté do hospod postupně vracejí. Posezení s kamarády je pro Čechy důležité i za současných podmínek. Vloni bylo znát, že opakovaně restriktive ovlivňují návštěvnost restaurací, a lidé i proto více kupovali pivo v lahvích,“ uvedla výkonná ředitelka Českého svazu pivovarů a sladoven Martina Ferencová. Podle svazu se meziročně vyrobilo více piva v plechovkách. U piva v PET lahvích pokračoval naopak

Hospody mají obavy kvůli kontrolám svých hostů

Český svaz pivovarů a sladoven s obavami sleduje požadavky ministerstva zdravotnictví.

- Úřad navrhuje, aby od listopadu personál hospod kontroloval bezinfekčnost svých hostů. To může být problém a provozovatelé hospod odmítají přebírat zodpovědnost. Tvrdí, že své hosty, kteří odmítnou prokázání, vyhazovat nebudou. Nemají ani zákonné možnosti pro takové jednání.

- Svaz sdružuje pivovary, sladovny a další instituce, které se přímo či nepřímo

podílejí na výrobě piva v České republice. Mezi členy jsou rovněž chmeláři, výrobci pivního skla, etiket, technologických a technických zařízení pro pivovarský sektor, vzdělávací instituce a další subjekty.

- Svaz navazuje na tradici, která sahá až do druhé poloviny 19. století. Hlavním cílem svazu pivovarů a sladoven je prosazování a obhajování práv a společných zájmů členů. Je rovněž členem evropského pivovarnického sdružení The Brewers of Europe.

děle sledovaný pokles poptávky.

Výroba ležáků, které v Česku patří k nejžádanějším pivům, byla v letošním září vyšší o 3,1 procenta. Opět se potvrdil trend rostoucího zájmu o „plná piva“, tedy svrchně kvašená piva se stupňovitostí 11–12. Jejich výroba meziročně vzrostla o 10,7 %.

Pokles byl ale i v tomto měsíci charakteristický pro „silná piva“, která tentokrát oslabila o 28,2 procenta. Ještě méně se pak vyrobilo nealkoholických piv, jejichž popularita významně roste s dob-

rým počasím. „Další vývoj na pivním trhu sledujeme s obavami. Každé nové omezení ovlivňuje tisíce majitelů hospod a restaurací. I přestože je komunikace s ministerstvem zdravotnictví nyní spíše obtížná, náš svaz a pivovary zde vždy byly proto, aby svým obchodním partnerům pomáhaly,“ komentuje šéfka svazu Ferencová rozhodnutí regulátora, podle něhož má personál těchto provozoven od začátku listopadu kontrolovat na vlastní náklady doklady o bezinfekčnosti hostů. **MET**

Krátce

Roboti v Dextrum Fulfillmentu

Společnost Dextrum Fulfillment otevřela v Paskově na Frýdecko-Místecku robotizovaný sklad pro takzvaný fulfillment, tedy skladování a expedici zboží, které se prodává hlavně prostřednictvím e-shopů. Jde o první takové distribuční centrum v Česku. Pracovat tam bude zatím deset lidí. Stroje zastanou práci desítek zaměstnanců.

Česko chce více spolupracovat s Tchaj-wanem

Česko a Tchaj-wan chtějí pokračovat ve spolupráci ve vědě, zdravotnictví, kybernetické bezpečnosti a dalších oblastech. Považují to za důležité zejména v současné epidemii koronaviru i v době po ní. Na schůzce se na tom shodli senátor Jiří Drahoš a tchajwanský ministr pro vědu a technologii Wu Cung-cong. **ČTK**

Pyrotechnika. Na stadionu s trestem

Lidé, kteří během sportovních utkání použijí pyrotechniku, by nově mohli být potrestáni pokutou. Dokument po schválení Senátem teď míří k podpisu prezidenta. Aby měly správné úřady možnost kontroly recidivy, navrhlo ministerstvo vnitra nový typ přestupku zapisovat do rejstříku trestů.

V praxi bude prokazování přestupku podle návrhu obdobné jako u trestné činnosti spjaté s projevy diváckého násilí, které se nemusí přímo vázat na místo sportovní akce, ale na souvislost s návštěvou sportovní akce. Postižitelní by měli být podle autorů

předlohy i ti, kteří se cíleně vyhýbají hromadným přesunům na fotbalové stadiony, aby je nemohla sledovat policie. **ČTK**

Pokuta

100

Pokuta až do 100 tisíc korun hrozí těm, kteří na stadionu i mimo něj v rámci sportovní akce použijí pyrotechniku. Hrozit jim bude rovněž zákaz vstupu na stadiony. Změny přináší přestupková novela, kterou schválil Senát.

Zážitky za stamiliony

750

Tolik milionů od června do září utržil český zážitkový portál Slevomat. Je to nejlepší výsledek za 11 let fungování firmy. K rekordnímu výsledku nejvíce přispěly prodeje tuzemských dovolených a zážitků. Podobný úspěch firma čeká také o Vánocích. **ČTK**

Reklama v médiích

12,9

O inzerce v médiích je velký zájem. Tisk zaznamenal mezi médií největší nárůst inzertních příjmů. Oproti loňsku si polepšil o 9 procent na 12,9 miliardy korun. Největšími hráči jsou televize. Za 9 měsíců tohoto roku inzerenti utratili 43,2 miliardy korun. **ČTK**

Zkažené maso

50

Veterináři na Prachaticku odhalili, že ve výrobně kebabů bylo 1300 kilogramů masa neznámého původu nebo proslého. Další mražené maso bylo na dvoře. Dva mrazárenské sklady veterináři zavřeli, firma neměla na jejich provoz povolení. Ve správním řízení jí hrozí pokuta až 50 milionů korun. **ČTK**

Podvodníci

1500

Na internetu se objevily podvodné stránky vydávající se za Českou poštu. Uživatelé lákají na možnost vysoké výhry a ke stažení aplikace, která je přípravou o 1500 korun týdně. Uvedla to antivirová firma Avast, která jen od neděle zablokovala přístup na podvodné weby 6000 uživatelům. **ČTK**



Umí odpad z kanálu zase vyčistit

Plzeň má nový fekální vůz, který umí odsát odpadní vody po mechanickém vyčištění opětovně používat k proplachu a jeho pětistupňový systém recyklace je možné přirovnat k mechanické části čistírny odpadních vod. Za vůz Vodárny Plzeň zaplatily 11 milionů korun. **ČTK**



Epidemie je kvůli odpůrcům, tvrdí

„Nepřítelem není ministerstvo, ale koronavirus. Budme rozumní, nechejme se očkovat,“ řekla přednostka plicní kliniky Thomayerovy nemocnice.

Epidemie covidu-19 se podle ministra zdravotnictví Adama Vojtěcha stala epidemií neočkovaných. Podle dat o šíření nákazy za říjen tvoří 74 % pozitivně testovaných a 63 % hospitalizovaných. Pokud by se proočkovanost zvýšila, bylo by možné zrušit „třeba zítra“ všechna protiepidemická opatření, řekl ministr. Ředitel Ústavu zdravotnických informací a statistiky Ladislav Dušek očekává, že se situace ještě více zhorší. Do konce roku

Podléhají dezinformacím

Zvedá se také zájem o očkování u mladých lidí.

- Nejvíce ohrožená skupina nad 60 let se ale očkovat z nej-různějších důvodů nechce. Řekl to v Rádiu Impuls šéf

Sdružení praktických lékařů Petr Šonka.

- Odborníci stále častěji upozorňují, že se odpůrci očkování nechávají ovlivnit dezinformačními zprávami.

čeká kolem 2000 hospitalizovaných s covidem-19. „Pokud bychom byli stoprocentně naočkovaní, tak bychom viděli maximálně třetinová čísla,“ uvedl. Tím, že mutuje, je virus podle pneumoložky a náměstkyně ministra zdravotnictví Marty Kozíar Vašákové „čím dál chytřejší“. V případě nakažlivější mutace delta, která nyní v Česku převažuje, má 40 % nakažených nemoc s příznaky.

„Pokud je kvůli těžkému průběhu covidu-19 člověk hospitalizován na jednotce intenzivní péče, má jen asi

poloviční šanci, že přežije,“ řekla Vašáková, která je zároveň přednostkou plicní kliniky Thomayerovy nemocnice. Připomněla, že stoprocentně účinné látky proti covidu neexistují. A také celé zdravotnictví. Ke střízňostem na Vojtěchovo ministerstvo uvedla, že tento úřad není nepřítelem, ale je to koronavirus, což by si Češi, kteří k problému šíření covidu přistupují nezodpovědně, měli uvědomit. **ČTK a MAP**

Covid v odpadní vodě

Studie Zdravotního ústavu Ostrava provedená v září mezi očkovanými seniory ve vybraných domovech v Moravskoslezském kraji potvrdila u většiny těchto lidí neutralizační protilátky proti koronaviru. Senioři, kteří navíc covid-19 v minulosti prodělali, vykazovali ještě silnější imunitní odpověď.

- V Moravskoslezském kraji je aktuálně nejhorší situace z celé země.
- Hygienici společně s policií chystají v příštím týdnu rozsáhlé kontroly dodržování opatření proti šíření covidu-19. V každém okrese bude v terénu jedna až dvě kontrolní skupiny.
- Brno, Ostrava a Plzeň budou stejně jako Praha provádět rozbor vzorků odpadních vod, který poslouží k mapování epidemie covidu. Monitoring splašků umožňuje získat poměrně přesné informace o výskytu viru v dané lokalitě, a to s několikadenním náskokem před klinicky-mi příznaky onemocnění.

Krátce

Nenakoupíte

Lidé zítra ve státní svátek ke vzniku Československa ve velkých obchodech nenakoupí. Zákon o prodejní době nedovoluje v tento den provoz prodejnám nad 200 metrů čtverečních. Zavřené tak budou například hypermarkety a supermarkety.

Sklárna opraví brusírnu

V harrachovské sklárně na Jablonecku obnovují historickou brusírnu skla, která je národní kulturní památkou. Budova brusírny z kamene a cihel byla postavena v roce 1895 a dochovala se v ní původní technologie s brusičskými stánky s pohonem transmisemi od vodní turbíny. Dnes je funkční a místní skláři na ní stejně jako před lety brousí skleněné díly lustrů a leští sklenice. **ČTK**

INZERCE

VÍTÁME VÁS V ZÁKULISÍ.

PŘIDEJTE SE K NAŠÍ PARTĚ.

Vydělávejte až **200 Kč/h hrubého***

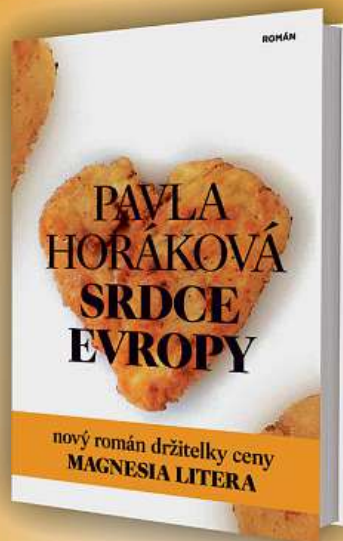
amazon

Přihlaste se hned na **pracevamazonu.cz**
Volejte zdarma **800 111 500**

*Maximální hodinová mzda na základě základní mzdy a maximálního bonusu (bonus se odvíjí od splnění týmových cílů a dalších faktorů).

KOMERČNÍ SDĚLENÍ

ROMÁN I SRDEČNÍ ZÁLEŽITOST



Pavla Horáková SRDCE EVROPY

KNIHU POHODLNĚ ZAKUPÍTE TAKÉ
V INTERNETOVÉM KNIHKUPECTVÍ WWW.KOSMAS.CZ

Emancipace se odráží i v tom, že ženy víc pijou

„Mám to pod kontrolou.“ Věta, kterou slýcháme od lidí, kteří to pod kontrolou nemají. Týká se to závisláků všech kategorií.

Táňa abstínuje třináct let. Konzumace alkoholu ji přivedla téměř na práh smrti. V nejtěžší chvíli života ji rodiče dovedli až k vratům Apolináře, ikonického místa nejen českých alkoholiků, ale i dalších závislých.

Vymanit se ze závislosti nebylo pro Táňu, se kterou jsme hovořili během setkání u Apolináře, snadné. V počátcích, kdy se od pití pokoušela osvobodit vlastním úsilím, se jí nedařilo. Až lékaři ji navedli správným směrem. Teď je, jak doufá, její abstínování trvalé.

Ženy mívají tajemství, ale také dobré skryše

Téma ženského alkoholismu česká společnost dlouho přehlížela. Ženy pily leckdy stejnou ligu jako mužští šampioni, ale nechlubily se tím. Svou alkoholovou vášeň většinou dovedně skrývají, takže na včasnou léčbu někdy bývá pozdě. „Moje první žena byla vždy společenská, v dobrém rozmaru, i kvůli tomu jsem si s ní začal,“ vzpomíná Michal. Příběh jeho první manželky neskončil dobře. Pár měsíců po svatbě začal doma nacházet tu láhev rumu, tu placatci vodky. Pití bylo třeba ve spíži za bramborami, v prádelníku, v koupelně mezi pracími prášky a saponáty na nádobí. Manželství skončilo rozvodem. Michalovy snahy dostat ženu do léčebny se nesetkaly s kladnou odezvou. Jeho ex nakonec spáchala sebevraždu.

Typy alkoholček se mění, vyrovnávají se mužům

To, že se ženy stále zdatněji vyrovnají mužům nejen v profesích, ale i v pití, „zavínila“ právě rovnoprávnost. Když rovnost, tak ve všem. Závislosti kopírují vývoj společnosti. Platí také to, že žena se skleničkou už není faux pas, ale normalita.



Citát

Zatímco muži „občas slaví“, „občas jim to také nevyjde“ a podobné historky rádi vyprávějí, u žen jsou tyto stavy vnímané jako selhání „matky rodu“. A ta přece nepije!

MICHAELA DUFFKOVÁ
ABSTINUJÍCÍ ALKOHOLIČKA

Zatímco před čtyřiceti lety byla typickou pacientkou adiktologů žena mezi třicítkou až čtyřicítkou a s dětmi, momentálně je to spíše čtyřicátnice až padesátnice, s již dospělými dětmi a single, případně s partnerem, též výrazným konzumentem.

Změnila se ale i léčba alkoholček u samotného Apolináře. „Ženské oddělení disponuje v současnosti čtyřicet dvěma lůžky a řádná léčba trvá čtyři měsíce,“ vysvětluje Olga Pecinovská, vedoucí lékařka ženského lůžkového oddělení Kliniky adiktologie. Změnil se zároveň hierarchický přístup. „Dříve jsme pacientky oslovovali příjmením a titulem, dnes je to osobnější a používáme jen křestní jméno,“ říká Pecinovská.

Z plesu odcházejí v deset, vadí jim opilci na parketu

Abstinující alkoholčka Táňa, jejímž příběhem jsme začali, se čas od času se svými zkušenostmi svěří, aby i ostatním dokázala, že s démonem lze úspěšně bojovat. Už se nestydí vystupovat před větším publikem. „Dřív jsem si musela i před pracovním pohovorem dát pár hltů, tuhle léčbu trémy jsem brala jako zcela samozřejmou,“ říká mladá žena. Když jí někdo během povídání řekne, že ona nebo on „to má pod kontrolou“, jen se útrpně usměje. To si kdysi říkala také.

Uvědomuje si ale, že nebezpečí na ženy s jejím osudem

České rekordy

1/6

Šestina české populace konzumuje alkohol rizikově.

100

Sto tisíc z nás si dá denně pět a více skleniček alkoholu.

13,5

V Česku vypije 13,5 procenta dospělých žen více alkoholu denně, než je odborníky uznávaná „bezpečná“ dávka.

čihá všude. „Dělám pro zahradniční společnost, tam je zvykem, že na výjezdových školeních se nikdy nepije. Zatímco u českých firem je konzumace alkoholu málem povinností,“ konstatuje bývalá pacientka odvykací léčby Táňa. S manželem přesto do společnosti vyrazí rádi. „Z plesů ale odcházíme už v deset. To je doba, kdy parket definitivně okupují opilejší tanečníci,“ uzavírá Táňa zkušenosti.

Méně krve, více promile

Tento a podobné osudy znají v protialkoholní léčbě žen všichni adiktologové. „Je dobře, že už před padesáti lety si začala společnost tenhle problém uvědomovat a lékaři se na něj zaměřili,“ konstatuje Michal Miovský, přednosta Kliniky adiktologie VFN a 1. lékařské fakulty (LF) Univerzity Karlovy Praha a proděkan 1. LF UK pro nelékařské studijní programy a celoživotní vzdělávání. Právě před půlstoletím totiž rozdělil Apolinář, jak se mu vždy říkalo, léčení na pánskou a dámskou část.

„Je třeba brát nejrůznější specifika obou pohlaví, už třeba jen proto, že žena má jiné fyzické předpoklady, například má menší množství krve, proto se v ní alkohol ředí jinak než u mužů, kteří mají krve víc,“ připomíná jednu z maličkostí Miovský. Také proto rostou promile v krvi u žen při popíjení rychleji než u pánů. PAVEL HRABICA



Cvičení po dlouhé době

Havarijní cvičení v ústecké Spolchemii prověřilo součinnost vnitropodnikové hasičské jednotky s ústeckými krajskými hasiči a hasiči Správy železnic při úniku nebezpečné látky. Cvičení se uskutečnilo včera po dlouhé době, loni se kvůli covidu nekonalo. Firma se nechala slyšet, že tato cvičení chce obnovit.

2x ČTK



Návštěva lékárny se vyplatí!

DIAMizin Gurmar

ZABIJÁK CUKRU!

Jedním z největších strašáků dneška jsou potíže s nedostatkem inzulínu v těle, což obvykle bývá zapříčiněno obezitou, nezdravým životním stylem, nedostatkem pohybu a dědičností. Hledáte-li způsob, jak vyrovnat kolísající hladinu cukru v krvi, vsaďte na účinný přípravek.

Vyzkoušejte **DIAMizin® Gurmar** – zabiják cukru, ověřený doplněk stravy, který **stabilizuje a udržuje hladinu cukru v krvi** a omezuje chuť na sladké. Přípravek obsahuje extrakt z rostliny *Gymnema sylvestre*. Její účinné látky, kyseliny gymnemové, přispívají k optimální hladině glukózy v krvi a snižují chuť na sladkosti. Napomáhají tak redukci nadváhy.



Ekzém? Řešte příčinu, nejen následky!

Trpíte atopickým ekzémem? Pak je neustálé promazávání suché a svědivé pokožky zřejmě vaším denním chlebem. Hydratace ekzematické pokožce uleví, neřeší však příčinu problému. Tou je nedostačující funkce kožní bariéry.

Místo nekonečného mazání a mírnění atopických projevů podpořte u pokožky funkci kožního pláště zodpovědného za její přirozenou obranyschopnost. Pomohou přírodní látky. **Atopos ošetřující krém** díky složení s konopným olejem, rašelinou a panthenolem nejen dlouhodobě hydrataje a zvláčňuje suchou a svědivou pokožku atopiků i lupénkářů, ale především obnovuje její funkci kožního pláště. Tím je redukována skutečná příčina kožních problémů.

**Řešte ekzém v zárodku,
předejete obtížím.**



Pro život v pohodě

Už žádné trápení, starosti ani vnitřní neklid! Nastal čas přemoci psychickou nepohodu i občasné poruchy nálady, nahlídnout se do pozitivna a opět se naplno radovat ze života! Poznejte recept, jak povznést svou náladu do plusu s jedinečným přípravkem.

Objevte přímou a bezpečnou cestu k plnohodnotnému životu. Vyzkoušejte tradici ověřený, originální přípravek **L-Tryptofan Therapill**. Tento unikátní doplněk stravy obsahuje čistý a kvalitní L-tryptofan, jenž je přirozeným zdrojem hormonu štěstí (serotoninu). Složení je doplněno



Žádejte originál.

o vitamin B6, který přispívá ke snížení míry únavy a vyčerpání. L-Tryptofan Therapill vám proto pomůže navrátit duševní klid a ztracenou pohodu. Při jeho užívání se zároveň nebudete muset obávat nežádoucích účinků, jako je omezení bdělosti či návykovost.



**AU-MEDIC
blokátor
bolesti doporučuje 92 %
spotřebitelů.**

AU? AU-MEDIC! DLOUHODOBÁ ÚLEVA OD BOLESTI

Bolest pohybového aparátu chceme obvykle vyřešit co nejrychleji a vrátit se k běžnému životu. Díky revolučnímu krystalovému náplastem lze bolestivé pocity omezit bez chemických látek pronikajících do organismu.

Zdravotnický prostředek **AU-MEDIC blokátor bolesti** přerušuje vedení bolestivého signálu nervovým systémem do mozku díky mikro krystalům křemíku aplikovaných na malých náplastech, tzv. crystal tapech. Revoluční finsko-švédský vynález funguje na bázi piezoelektrického jevu a neuvolňuje tak do organismu žádné chemické látky. Každý tape zajišťuje úlevu od bolesti až po dobu 1 týdne.

Více informací na www.aumedic.cz

Zlomeniny mají smysl

Z berlínské prolézačky Triitopia se sevře žaludek každému úzkostlivějšímu rodiči.

Děti od šesti let výš se v parku Triitopia na severu německé metropole mohou proplétat mezi čtyřmi na sobě naskládanými ocelovými koulemi a šplhat po visutých provazových žebřících, dokud se nedostanou na plošinu ve výšce asi deseti metrů nad lesní půdou. Zprávu o atrakci přinesl britský list The Guardian.

Když risk znamená zisk

Výstup na Triitopii vypadá riskantně – a právě o to jde. Tato šplhací věž postavená v roce 2018 v berlínském Parku Ludwiga Lessera je symbolem trendu, který v Německu sílí v posledních pěti letech.

Stále více pedagogů, výrobců a urbanistů tvrdí, že dětská hřiště musí přestat usilovat o absolutní bezpečnost



Progressivní dětský park Triitopia

BERLINER SEILFABRIK

a místo toho vytvářet náročné mikrosvěty, jež děti učí zvládat obtížné situace – byť za cenu občasných zlomenin.

Pojišťovny příkyvuji

„Dětská hřiště jsou ostrůvky volného pohybu v nebezpečném motorizovaném prostředí,“ říká profesor Rolf Schwarz z Pedagogické univerzity v Karlsruhe, který působí jako poradce městských rad a projektantů dětských hřišť. „Pokud chceme, aby

byly děti připravené na riziko, musíme jim umožnit, aby s ním přišly do styku,“ dodává. S tím souhlasí i pojišťovny. Například nedávná studie zjistila, že u dětí, které si v raném věku zlepšily své pohybové dovednosti na dětských hřištích, je ve vyšším věku významně menší pravděpodobnost úrazu.

Svatá trojice hřišť mizí

Jak by hřiště budoucnosti mohla vypadat, naznačuje ob-

chodní veletrh volnočasových a sportovních zařízení, který se koná tento týden v Kolíně nad Rýnem. Výrobce lezecké věže Triitopia, společnost Berliner Seilfabrik, tu představí svou novou sedmimetrovou „DNA Tower“ a desetimetrovou „Tower4“ s kovovou skluzavkou, po níž mohou úspěšně lezci sjet dolů.

„Naše konstrukce v posledních letech výrazně narostly do výšky,“ říká spolumajitel David Köhler, jehož firma vyrábí lanové konstrukce dětských hřišť již od 70. let minulého století. „Děti se zpočátku mohou cítit nejistě, když poprvé lezou po našich sítích, ale ve skutečnosti právě díky tomu jsou naše konstrukce ještě bezpečnější. Protože když se cítíte nejistě, jste také mimořádně opatrní,“ říká.

„Svatá trojice dětských hřišť – klasická houpačka, vahadlová houpačka a skluzavka – je na ústupu,“ uzavírá Steffen Strasser ze společnosti Playparc, jednoho z asi 60 německých výrobců dětských hřišť. **HAL a ČTK**



Návrat

Kolekce zlatých předmětů z krymských muzeí, která byla v době obsazení ukrajinského poloostrova Ruskem v roce 2014 na výstavě v Nizozemsku, se má vrátit Ukrajině. Rozhodl o tom nizozemský soud. Ruskému odvolání navzdory. **AP**

INZERCE

Město Valašské Meziříčí vyhláší veřejnou zakázku:

Nemocnice Valašské Meziříčí – pacht závodu (koncese)



Stručný popis předmětu veřejné zakázky:

Předmětem koncese je provozování zdravotnického zařízení a poskytování zdravotních služeb v tomto zařízení. Poskytování zdravotních (mixu zdravotních a sociálních) služeb bude probíhat v areálu nemocnice ve Valašském Meziříčí, ul. U Nemocnice, které jsou ve vlastnictví Města Valašské Meziříčí, který bude dodavatelem zadavatelem propachtován. Součástí předmětu je také vybudování nového pavilonu následné péče s uvažovanou kapacitou 60–120 lůžek do vlastnictví zadavatele.

Více na valasskemezirici.ezak.cz

Žádost o účast podávejte do pátku 5. listopadu 2021 do 10:00 prostřednictvím nástroje E-ZAK valasskemezirici.ezak.cz

Krátce

Pochybný asistent

Asistent režiséra, který podal herci Alecovi Baldwinovi smrtící zbraň, byl při natáčení předchozího filmu propuštěn za podobný incident se střelnou zbraní.

Bezos plánuje

Komerční vesmírná stanice se chystá do konce desetiletí vypustit soukromá

americká kosmická společnost Blue Origin, kterou vlastní zakladatel internetového prodejce Amazon Jeff Bezos.

Severní sousedé

Téměř 41 procent Poláků se domnívá, že Polsko by mělo co nejdříve urovnat své spory s Evropskou unií a přijmout požadavky, které na zemi kladou unijní orgány. **ČTK**

Balkánská země. Nevěří očkování, plní se špitály

Bulharsko čelí čtvrté vlně covidové nákazy, proočkování 24 procent obyvatel je přítom v této sedmimilionové balkánské zemi nejnížší z celé Evropské unie.

Na covidových odděleních je nyní v Bulharsku hospitalizováno více než 7100 lidí, z nichž 608 je na jednotkách intenzivní péče. Více než 90 procent z těchto pacientů podle oficiálních údajů nebylo proti covidu-19 očkováno.

Od začátku pandemie v balkánské zemi se zhruba sedmi miliony obyvatel covidu-19 podlehl 23 316 lidí.

Vstup do většiny veřejných vnitřních prostor je nyní

v zemi podmíněn prokázáním bezinfekčnosti. Nová omezení vyvolala protesty a některé politické strany přechodnou vládu obvinily z nezvládnutí pandemie.

Zemi 14. listopadu čekají parlamentní volby. Do restaurací, kin a posiloven od minulého čtvrtka mohou v Bulharsku jen lidé, kteří byli očkováni proti covidu-19, nemoc prodělali nebo mají negativní test. Zájem o očkování v zemi od té doby vzrostl.

Bulharské zdravotnictví nicméně varovalo, že se opatření mohou zpřísnit, pokud se nepodaří aktuální vlnu nákazy zpomalit. **ČTK**

Dojatý Petr (62 let) vypráví, jak mu nový přípravek vrátil plné sluchové schopnosti, zbavil ho tinnitu (ušních šumů) a umožnil mu perfektní komunikaci s rodinou a okolím

„Hučení v uších přešlo za 20 minut. ZASE BEZ POTÍŽÍ SLYŠÍM SVÉ OKOLÍ“



I vy překonáte sluchovou přecitlivělost – zbavte se zvonění a dunění v uších už po 1. užití. Zjistěte, jak získat přípravek zdarma?

„Kdybych věděl, že se můžu tak rychle zbavit toho strašného hučení a šumění v uších, už dávno bych po tomto produktu sáhl. Už po 1. dávce jsem přestal slyšet neustálé pískání – byla to nepopsatelná úleva –, a navíc slyším silněji, jasněji a přestal jsem rodinu trápit neustálým vyptáváním, co řekli, a hlasitým poslechem rádia.“ Pan Petr je jedním z 79 400 lidí v Česku, kteří bez jakýchkoli složitých zákroků a léčby napravili svůj sluch za 24 h – teď je čas na vás!

TOP PRODUKT!

Za 24 h potlačí pronikavé šumy v uších

Pokud vaše každodenní fungování, správné myšlení, klidné usínání nebo komunikaci s blízkými narušuje nepříjemné šumění v uších, určitě si přečtete o vylepšeném přípravku s komplexem AudioBalance, který za 24 hodin odstraňuje mnohaleté fantomové zvuky a vrací dokonalou kvalitu sluchu bez jakéhokoli pískání, šumění, hučení a dunění. S jeho pomocí už téměř 80 tisíc Čechů překonalo poruchy sluchu a získali schopnost silně a jasně slyšet reálné zvuky (včetně septání) za méně než 7 dní.



Výběr odborníků – není lepší prostředek na šumy v uších!

Roman Hlava, laryngolog

Nový přípravek komplexně potírá sluchovou přecitlivělost a díky tomu vrací pohodlí do každodenního života, odstraňuje problémy se spánkem, zbavuje strachu spojeného se „slyšením hlasů“, zlepšuje schopnost soustředění a zastavuje úbytek sluchu u lidí v **každém věku**. Bez ohledu na příčinu vzniku šumění v uších se každý může zbavit dráždivého pískání, hučení a zvonění v hlavě už během první hodiny po použití přípravku.“

„Úžasné silný sluch a žádné šumy“

„Ušní šumy bleskově zmizely a já jsem byl zcela šťastný. Klid v hlavě, konec podrážděnosti, neustálého vtírání nějakých divných zvuků do uší. Pak došlo k dalšímu zlepšení:

začal jsem slyšet silněji, hlasitěji a mnohem výrazněji – ze dne na den jsem zjistil, že slyším např. vnučata, která si hrají ve vedlejším pokoji, ačkoli jsem nikdy dřív neslyšel, co se děje za zdí. Že slyším zvuk vody vařící se v konvici nebo otočení klíče v zámku, když se dcera vrací z práce. Teprve teď žiji naplno – zase mohu slyšet to, co se děje kolem mě, a to i v těch nejmenších detailech,“ shrnuje nadšený Petr.

LEPŠÍ SLUCH = VYŠŠÍ ŽIVOTNÍ KOMFORT!

Inovativní přípravek pomáhá:



- 1. Za 24 hodin se zbavíte úporného šumění v uších**
- 2. Ztiší se neustálé pískání a hučení uvnitř uší**
- 3. Zregenerují se sluchové nervy a přestane vám ubývat sluch**
- 4. Zlepšíte kvalitu sluchu až o 87 %**
- 5. Začnete slyšet silněji, hlasitěji a výrazněji – dokonce i hlasy z dálky**

Konec šumů v hlavě

Odborníci zdůrazňují, že za tak spektakulární účinností inovativního přípravku stojí dosud nevídaná maximálně vysoká koncentrace přirozených aktivních látek, které tvoří unikátní komplex AudioBalance. Jejich činnost spočívá v bleskovém zvýšení prokrvení orgánů ve středním uchu až o 60 %, úplné regeneraci sluchových nervů a oddělení fantomových zvuků (slyšených pouze v hlavě) od reálných zvuků z okolí. Přípravek **blokuje příliš reaktivní receptory odpovědné za vznik šumů**, proto většina uživatelů přestane slyšet iritující šumění a šelesty už během 24 hodin.

ZPRÁVA Z VÝZKUMU MedicReporters

Komplex AudioBalance je účinný dokonce i při pokročilém úbytku sluchu:



- ✓ OBOHACUJE A 3NÁSOBNĚ ZESILUJE ZVUKY Z OKOLÍ**
- ✓ ODSTRAŇUJE ÚPORNÉ UŠNÍ ŠUMY**
- ✓ ZLEPŠUJE SOUSTŘEDĚNOST, ODSTRAŇUJE BOLESTI HLAVY A POTÍŽE SE SPÁNKEM**

Změňte svůj život k lepšímu

Jak bude vypadat váš každodenní život bez šumění v uších?

→ Bez potíží budete telefonovat → Přestanete prosit partnera v rozhovoru, aby vám zopakoval, co řekl, vyptávat se „prosím?“, „ano?“, „co jsi říkal?“ → Nebudete už cítit strach a neklid vyvolané šuměním a pískáním v uších → Snadno si vyřídíte záležitosti na úřadě, na poště i v obchodě → Snadno odizolujete a poznáte hlasy ve větším kruhu, např. u rodinného stolu → Zbavíte

Konečně mi nic nezvoní v uších!



Přiznám se, že jsem nevěřil v působení tohoto produktu, ale stačila mi jedna dávka, aby šumění a hučení v uších zmizely jako mávnutím kouzelného proutku. Tomuto přípravku se nic nevyrovná – odstranil šumění v uších a při té příležitosti mi vylepšil sluch a jako by zesílil a zosílil veškeré zvuky z okolí. Úžasné.

Marek, 39 let, Ostrava

se pocitu podráždění a iritace → Zračněte lépe spát, zbavíte se bolesti hlavy a chronické únavy → Nepřeslechnete zvonek u dveří → Včas uslyšíte příjezdající auto a spěchající sanitku → Podíváte se na oblíbený program v televizi a nebudete si muset dávat zvuk na maximum.

Učinite to nejlepší rozhodnutí – už dnes zlepšete svůj sluch

Můžete nadále vnímat svět jen napůl, zlobit se na šumění v hlavě, potíže v komunikaci s ostatními lidmi a pasivně čekat, až se úbytek sluchu ještě víc prohloubí. Můžete také vzít věci do svých rukou a jedna dávka inovativního přípravku vám vrátí sluch do stereo kvality. Výběr je na vás – nepropásněte výjimečnou šanci.

ZBAVTE SE ŠUMĚNÍ V UŠÍCH 100% přirozeně a bezpečně. JEDINÁ PODOBNÁ PŘÍLEŽITOST!

Letos na podzim zapomeň na nemoci a špatnou náladu

Prvních 100 lidí kteří zavlaží do **10.11.2021** obdrží **100% NÁHRADU VÝROBCE!**

Zavolejte! 374 219 596

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

MIRONET

Revoluční pojetí
potlačení hluku

2.949,-

HUAWEI FreeBuds Pro
bezdrátová sluchátka s mikrofonom II ANC
bluetooth 5.2 II nabíjecí pouzdro

www.mironet.cz

Revoluce. V potlačení hluku

Dostupná špuntová sluchátka s chytrými funkcemi za dostupnou cenu? Huawei nabízí skvělou možnost. Bezdrátová sluchátka s mikrofonom, konektivitou Bluetooth 5.2 a nabíjecím pouzdem.

Sluchátka HUAWEI FreeBuds Pro přináší kromě čistého zážitku z poslechu hudby také novou definici aktivního potlačení hluku (ANC). Huawei představuje inteligentní hybridní dynamické ANC schopné rozpoznat lidský hlas, takto vám pak umožní uslyšet oznámení vaší zastáv-

ky v dopravním prostředku MHD, hlášení na letišti nebo oslovení kolemjdoucím, a to díky funkci „Voice mode“, kdy si zvolíte utlumení okolního hluku – kromě lidského hlasu.

Z několika dalších možností můžete též volit například „Ultra režim“ pro hluboké potlačení okolního hluku a naprosto nerušený poslech. Prodyšný design sluchátek FreeBuds Pro propojuje vzduch uvnitř ucha s vnějším prostředím, které jinak bývá sluchátkem odděleno, díky tomu ne-



Kvalitní sluchátka 2x MIRONET

dochází k nepříjemnému přetlaku v uších a sluchátka je tak pohodlné nosit i celý den.

Samozřejmostí je také výkonný mikrofón s funkcí potlačení šumu větru, takže s FreeBuds Pro nejen skvěle slyšíte, ale jste také sami výborně slyšeti. Nerušený poslech si užijete i v případě, že budete mít telefon nebo jiný přehrávač v místech s nižším dosahem signálu, každé sluchátko má totiž integrované hned dvě antény s 360° pokrytím.

Sluchátka HUAWEI FreeBuds Pro zakoupíte v internetovém obchodu Mironet za bezkonkurenčních 2949 korun.

SSD disk. To je synonymum rychlosti

Dnes již v podstatě standardně využívanou volbou jsou SSD disky založené na Flash NAND pamětech – neobsahují tedy žádné rotující části, díky čemuž pracují naprosto bez hluku. Zpravidla mívají o něco nižší kapacitu než klasické plotnové disky, zato jsou ale až 10x rychlejší.

Disk Kingston NV1 na rozdíl od klasických pevných dis-

ků tedy neobsahuje žádné pohyblivé části a díky tomu nabízí nejen mnohonásobně vyšší rychlost a odolnost, ale i nižší spotřebu a právě naprosto tichý chod. Tento rozdíl se projeví při každodenním použití, ať už se to týká startování operačního systému, surfování po internetu, úpravy fotek a videa, nebo hraní her.



Řešení od Kingstonu

Prostor pro nepřeherné množství dat skýtá v disku Kingston NV1 úložná kapacita 1 TB. Ukládejte vše, co potřebujete bez obav o zbytečné místo. Na disk uložíte vše potřebné od dokumentů, hudby, fotek a videí přes kamerové záznamy až po „nenažrané“ hry s instalačními soubory o velikosti desítek gigabajtů.

Velkorysý úložný prostor mimo jiné ocení i tvůrci videí a zapálení fotografové. Disk vás přímo vybízí k archivaci a zamezí zbytečnému mazání či přesouvání souborů. SSD disk Kingston NV1 s kapacitou 1 TB a rychlostí čtení a zápisu 2100/1700 Mb/s zakoupíte v internetovém obchodu Mironet za 2366 korun.

Xindl X: Těším se na 60členný sbor

Písničkář Ondřej Ládek, známý jako Xindl X, vypouští v pátek novou desku s názvem Terapie. V rozhovoru pro Metro mluvil nejen o netradičním vzniku alba, ale také o chystaném muzikálovém nebo o velkém listopadovém koncertu v O2 universum.

Byla pro vás tvorba desky nějaký způsob terapie?

Album se tak jmenuje i proto, že je na něm písnička Terapie. Ale psaní pro mě bylo do značné míry terapií, protože jsem celou desku napsal v době první vlny covidu, zavřený u rodičů na chatě. Bylo to období, kdy svět, jak jsme ho znali, na nějakou dobu končil a člověk nevěděl, co bude druhý den. Hudba na jedinou byla jednou z jistot, že můžu ráno vstát a napsat novou písničku. Všechny vznikly během asi tří měsíců. Rok pak ale ještě trvalo nahrávání. Když jsem ty písně poslouchal, tak jsem zjistil, že jsem se vyzpíval z dost osobních věcí, takže deska je o dost osobnější než minulě.

Mluvil jste o osobnějších písních. Dříve jste psal v první osobě, ale netýkálo se to vás...

Ano a teď jsem psal v první osobě – a bylo to o mně. Jsou to například písně Demoni-

ka, Lovce perel nebo Tady a teď.

Písně mají často vážná témata, ale jsou oděny do pozitivních hudebních kabátů. To byl záměr?

Je to jako, když někdo vaří jídlo a snaží se vybalancovat chutě. V písních je to podobné. Myslím, že není dobré napsat čistě veselou písničku. Pokud není veselé téma, udělám takový hudební obal.

Textově pořád držíte úroveň hodně vysoko. Inspirace v tomto směru vám ještě nedošla?

Bál jsem se, že by se to mohlo stát. Chtěl jsem si už dlouho napsat svůj muzikál, tak jsem se chtěl soustředit na libreto, ale zase přišla inspirace na nové písničky pro desku.

Zaslechl jsem, že jste zamýšlel muzikál o konci světa. A pak přišel covid...

Chtěl jsem moderně zpracovat příběh Archy Noemovy. A když se pak začaly dít věci okolo covidu, říkal jsem si, že to bych do scénáře ani nevymyslel, a pokud ano, tak by mi to nikdo nevěřil. Měl jsem pocit, že si zahrávám s ohněm, tak jsem toho raději nechal. Takže místo abych psal ve Španělsku muzikál, psal jsem v Česku na chatě



Xindl X

MICHAL ŠKORPĚ

novou desku. Na podzim jsem se pomalu k muzikálu vracel a nyní už si k tématu dokážu najít odstup a mám vymyšlený příběh i s postavami. Ale dialogy ještě nepíší.

Během tvorby až do vydání desky jste několik písní už vydal jako singly. To už je v současnosti běžné, nebo je šance vydat třeba jen jeden a zbytek držet pod pokličkou?

To by mi přišlo škoda dělat rok a půl na desce, aby z ní lidé znali jen jednu písničku. Ale třeba píseň Něco je ve vzduchu vyšla ještě v době, kdy jsem nepřemýšlel, že

bude nová deska, takže se nedá asi považovat za klasický singl k albu. Má chata, můj hrad z desky také trochu vybočuje, protože je to píseň psaná primárně pro televizní seriál Osada. Také tady jde o osobnější záležitost, protože jako dítě jsem hodně času trávil na chatě, jako hrdinové seriálu.

Poměrně dlouho jste během pandemie pobýval na Tenerife. Jak jste pracoval na desce na dálku?

Písně vznikly v Česku, nahrál jsem ve studiu jen zpěv a pomocnou kytaru a odjel na Tenerife s tím, že po návratu budeme s producentem Daliborem Cidlinským na desce pracovat dál. A asi tři věci jsem dal Janu Steinsdorferovi, aby si zkusil najít jiný pohled na Xindla. Ale situace tomu chtěla tak, že už jsme se nevrátili a místo čtrnácti dnů na dovolené jsme strávili na Tenerife osm měsíců. Nechci říkat, že deska vznikla po telefonu, ale z mé strany to tak v podstatě bylo. Kluci mi poslali nějaký nástroj a pak jsme si dlouze volali, co by tam šlo změnit nebo udělat jinak. Ale některé písně zase byly takové, že jsem jim řekl: Tos trefil na první dobrou a už s tím nemusíš nic dělat. Já jsem chtěl najít na té-

hle desce Xindla, aby si člověk už po sluchu řekl, ano, to je Xindl X. Chtěl jsem do popu dostat trochu folku a country. Od Honzy jsou Neony, Nenávist zdarma a Sing Sing v trochu modernějším zvukovém pohledu. Chtěli jsme tedy najít Xindla, ale zase úplně nestagovat.

Na co se můžou lidé těšit 25. listopadu na velkém vystoupení v O2 universum?

Chtěl jsem ten koncert udělat jako audiovizuální zážitek. Ondřej Pfeiffer, který nám dělá všechny animované klipy, připravuje ke každé písni projekce a budou samozřejmě i hosté. Přijdou si s námi zazpívat Pokáč, Tereza Mašková, Mirka Miškechová a Pavel Čadek. Já se ale hlavně těším, že tam budeme mít i šedesátičlenný sbor. Připravili jsme speciální aranže některých písníček.

Začal nový ročník StarDance, kde jste předloni tančil. Sledujete přenosy?

Ano, mám tam několik kamarádů, takže přeji všem. StarDance je sice soutěž, ale spíš se těším, co tam všichni předvedou. Nejde až tak o to, kdo vyhraje. Navíc Natálie Otáhalová nám hraje v klipu k Lovci perel, který vypustíme současně s deskou. **PUR**

Domácí magnetoterapie – i vy můžete překonat bolest

Koleno jako nové během 3 týdnů? Je to možné!

Průkopnický obvaz pomáhá odstraňovat bolest kloubů, otoky a loupání v kostech už od 1. užití

Zjistěte, jak můžete získat **BEZPLATNÝ** magnetický obvaz

Vaše koleno bolí, je oteklé a ztěžuje vám pohyb? Teď můžete účinně podpořit regeneraci poškozených a přetížených kloubů a nakonec se nenávratně rozloučit s bolestí a pocity ztuhlosti. Přesvědčte se, jak funguje průkopnický magnetický obvaz, který si oblíbilo už víc než 475 000 Evropanů!

Uvědomujete si, že koleno je nejvytíženější kloub ve vašem těle? Díky němu se hýbete, drží vaši váhu a stabilizuje celý pohybový aparát, všechny kosti a klouby. Není nic divného, že o sobě dává často vědět. Naštěstí teď máte šanci zregenerovat poškozené klouby a 4krát zvýšit produkci kolagenu v kloubní chrupavce – a to za méně než měsíc. Přestože inovativní stabilizátor vládne v britských, francouzských a německých domácnostech, na český trh se dostává až nyní. Podle odborníků je přesně tohle důvod, proč jsou senioři ze západní Evropy aktivní do vysokého věku, jsou vzpřímení a mají menší ortopedické potíže než my. **96 % uživatelů potvrzuje, že už po cca 20 minutách nošení obvazu ustoupila bolest v kolenu a páteři.** Následně z končetin zmizel otok a po několika dnech byli schopni samostatně chodit na dlouhé procházky, jezdit na kole a chodit po schodech.

Podpora nejen pro kolena...

Přestože stabilizační magnetický obvaz používáte na koleno, působí na celý pohybový aparát. Podle odborníků magnetoterapie urychluje proces regenerace pojivové tkáně a podporuje produkci kolagenu v kostech. Díky tomu budou vaše klouby „naolejované“, zvýší se jejich pohyblivost a vy získáte dřívější svobodu pohybu.

Účinně podporuje regeneraci kloubů už od 1. užití

Pokud vás bolí koleno a tento problém bagatelizujete, je to podle odborníků velká chyba. Mnoho lidí si neuvědomuje, že neléčená zraně-



George Walsh vytvořil obvaz, který pomáhá regenerovat kloubní chrupavku už za 21 dní.

„Bolest kolena ustoupí během 20 minut“

Obvaz působí na buňky svým magnetickým polem a díky tomu okamžitě posiluje kloub, šlachy a dokonce 2násobně zrychluje proces regenerace kloubní chrupavky. Během tohoto procesu mizí příznaky jako bolest, otok nebo neurčité píchání. Stabilizátor pomáhá jak na sportovní zranění, tak i na revmatické degenerace, protože obnovuje kloubní tkáň na buněčné úrovni.

Převratný magnetický obvaz vám pomůže:



- ✓ **Odstranit bolest a otok kolena za 20 minut**
- ✓ **Zbavit se loupání v křížci, zádech, ramenou a zápěstí**
- ✓ **Zregenerovat kloubní chrupavku za 30 dní**
- ✓ **Procházet se bez nepohodlí a chodit po schodech**

ni chrupavky mohou vést k úplné ztrátě pohyblivosti v kloubu. Tehdy stabilizace těla padne na vaši páteř, ramena a záda, což vám po čase znemožní chodit, sedat si na bobek nebo dokonce chodit po schodech. Nenechte se zastavit a jedněte preventivně. Průkopnický obvaz díky tomu, že působí na buňky magnetickým polem, podpoří proces hojení tkáně ve vašich kloubech a navíc může působit proti bolesti, zánětu a otokům. Navíc povzbudí váš organismus k větší produkci kolagenu, zlikviduje tření v kostech a tím způsobené nepohodlí. Navíc se k vašim buňkám dostane velké množství kyslíku a živin. Takhle v poškozených nebo starých kloubech začne proces obnovy chrupavkové tkáně. Čím rychleji začnete používat inovativní ortopedický obvaz, tím větší šance, že se vrátíte k úplné pohyblivosti dokonce už během 21 dní.

Zaručená podpora pro neaktivnější kloub

Jak přesně funguje „ortopedický zárazek“? Pokud se jedná o zlomeninu, obvaz zaručuje podporu při regeneraci poškozených šlach, svalů a kolenních vazů. Zajistí také stabilizaci kolenního kloubu, aby získal dřívější funkčnost. Pokud se problém týká degenerace nebo revmatismu, obvaz s využitím magnetoterapie obnoví klouby na buněčné úrovni. Odborníci tvrdí, že se vyplatí používat stabilizátor preventivně, abyste předešli vzniku úrazů a zajistili účinnou podporu pro pohybový aparát.

Můžete získat plný rozsah pohybu už za 21 dní

Revoluční obvaz každý den pomáhá lidem rozloučit se s bolestí a získat pohyblivost. Vezměte věci do svých rukou a přestaňte ztrácet čas metodami, které nemají výsledky. Vyberte si pohyb a užívejte si života!



Pro starší i mladší

Bez ohledu na váš věk, druh zlomeniny nebo degenerativních potíží, inovativní obvaz vám pomůže poradit si s bolestí a tuhostí končetin a problémy s pohyblivostí, už od prvních minut po aplikaci. Je navržena pro každodenní nošení a díky univerzálnímu tvaru se přizpůsobí každé velikosti kolena – jak u žen, tak i u mužů. Navíc zapínání vyrobené ze silných suchých zipů udrží obvaz na místě a zajistí vám maximální pohodlí.

„Vrátil jsem se ke sportu“



Kliment, 39 let, Cheb

Sport je můj život, který mi úraz vzal. Díky tomuto obvazu můžu znovu trénovat, zbavil jsem se bolesti a tuhosti za několik dní a moje koleno je jako nové!

„Znovu můžu bez potíží pracovat“



Eva, 42 let, Liberec

Jsem kadeřnice, takže jsem v práci pořád v pohybu. Bolest, tuhosti a píchání v končetinách mě doprovázely den co den, nemohla jsem se ani ohnout a sednout si na bobek. To všechno zmizelo už po týdnu nošení obvazu. Teď ho nosím každý den a cítím se skvěle!

ZDARMA PRODUKT

Nedej se podzimní auře! Postarej se o svoje zdraví a zdraví svých blízkých už teď!

Prvních 100 lidí kteří zavlaží do 10.11.2021 obdrží 100% NÁHRADU VÝROBCE!

Zavolejte! 379 829 324

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

Sudoku

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

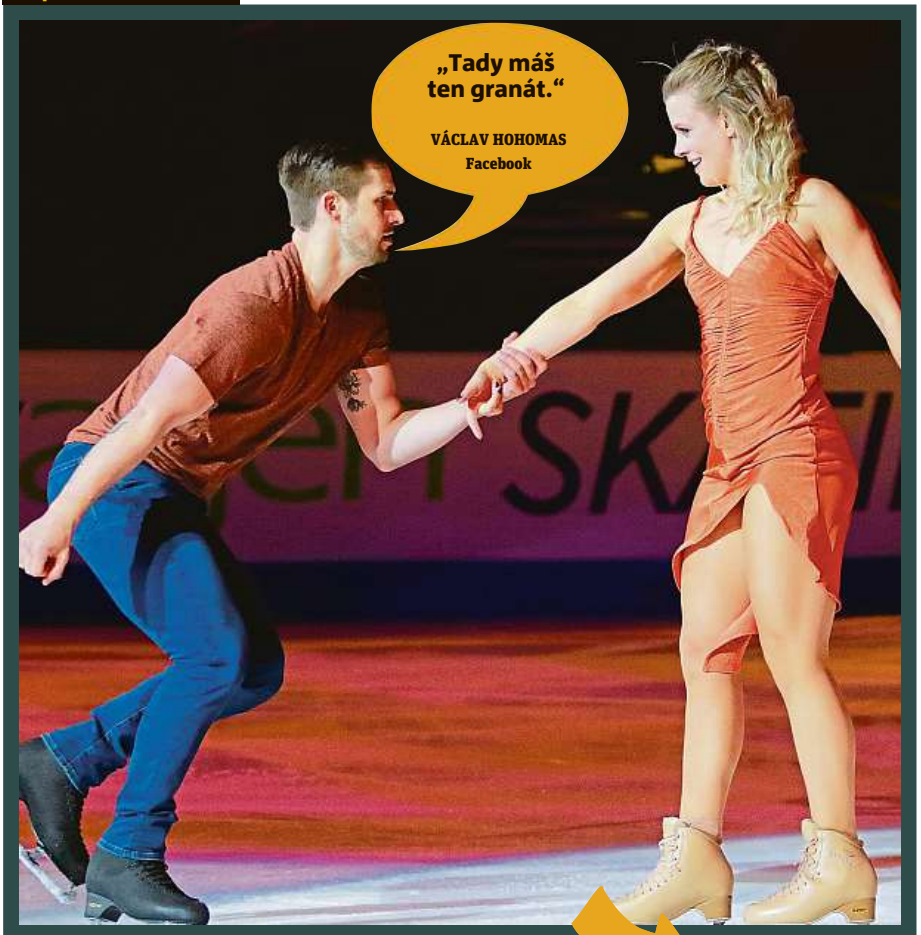
Luštěnka

J	E	Z	M	I		
	1					
U	R	J	A	N	T	
		2				
K	A	P	I	O	Č	
				3		
E	L	A	D	O	K	
			4			
V	E	Č	T	R	E	C
		5				

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

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

Napište svou bublinu



Počasí

DNES	ZÍTRA	PÁTEK	SOBOTA
10/14 °C	10/14 °C	10/14 °C	11/15 °C

Teplotní rekordy: ↓ -5,7 °C (1887) ↑ 20,6 °C (2006) Bio: ❤️❤️❤️

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

FOTO: 2x AP

TV tipy

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>16.15 Na krok od nebe III</p> <p>17.15 AZ-kvíz</p> <p>17.40 Černé ovce</p> <p>18.00 Události v regionech</p> <p>18.25 Kde domov můj?</p> <p>19.00 Události</p> <p>19.56 Branky, body, vteřiny</p> <p>20.15 Dobrodružství kriminalistiky (20/26)</p> <p>21.05 Labyrint III (7/7)</p> <p>22.05 Hercule Poirot</p> <p>23.00 Komici na jedničku</p> <p>23.55 AZ-kvíz</p> <p>00.20 Máte slovo s M. Jílkovou</p> <p>01.20 Na stopě</p> <p>01.45 Banánové rybičky</p> <p>02.15 Dobré ráno</p> <p>04.45 Kluci v akci</p> <p>05.15 Černé ovce</p>	<p>15.55 Televizní klub neslyšících</p> <p>16.25 Šileny svět studené války</p> <p>17.15 Ano, Masaryk (1/3)</p> <p>18.20 Jiří Gruša, neklidný Evropan</p> <p>19.15 Babylon</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Modrá krev</p> <p>21.00 Krajinou domova III (8/13)</p> <p>21.30 Manu a Matěj na cestě po jižní Itálii (3/10)</p> <p>22.00 Industrie (8/12)</p> <p>22.30 Velká vlastenecká válka</p> <p>23.25 Letecké katastrofy</p> <p>00.10 Desatero hříchů II (4/6)</p> <p>00.55 Cosa Nostra (2/2)</p> <p>01.50 Utišení bouře</p> <p>02.10 Křesťanský magazín</p>	<p>15.55 Kriminálka Miami II (15)</p> <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.25 Na lovu</p> <p>18.20 Ulice (4138)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 MasterChef Česko V</p> <p>21.45 Love Island (34)</p> <p>22.50 Námořní vyšetřovací služba: New Orleans V (22)</p> <p>23.45 Kriminálka Miami II (14)</p> <p>00.40 Kriminálka Miami II (15)</p> <p>01.30 Odložené případy VI (2)</p> <p>02.15 Námořní vyšetřovací služba: New Orleans V (22)</p> <p>03.10 Na lovu</p>	<p>16.50 Policie v akci</p> <p>17.50 Prostřeno!</p> <p>18.55 Hlavní zprávy</p> <p>19.40 Krimi zprávy</p> <p>19.55 Showtime</p> <p>20.15 1. MISE (10) Vyhodíme ho z kola ven. Seriál (ČR, 2021)</p> <p>21.35 Show Jana Krause</p> <p>22.40 Show Jana Krause</p> <p>23.50 Ano, šéfe!</p> <p>01.00 Policie v akci</p> <p>02.00 Komisař Rex VIII (7) Vitaminy na smrt. Krimiseriál (N/Rak., 2003)</p> <p>03.00 Jake a Tlustoch III (18) Já sama. Krimiseriál (USA, 1987-1992)</p> <p>04.00 Policie Hamburg VIII (23)</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 Zpátečka</p> <p>10.00 Óčko hity</p> <p>14.00 Óčko trendy</p> <p>14.30 Smartmania</p> <p>14.35 Óčko trendy</p> <p>15.00 Óčko hity</p> <p>17.30 KOTÁK KUČTÍK</p> <p>17.35 Óčko hity</p> <p>18.00 CZ & SK</p> <p>18.59 Nebuď dřevák, dej si tělák</p> <p>19.00 Moje desítka</p> <p>19.50 Óčko hity</p> <p>21.30 NAKED WARM-UP</p> <p>22.00 Naked Attraction</p> <p>22.30 Óčko flirt Proud klipů vs vzácky diváků Óčka</p>

NOVĚ OTEVŘENO Liberec

Ulice Sousedská



ZAVÁDĚCÍ CENY

Garantuju vám, že tady ušetříte!

doporučuje

Petr Fyčhelý

Auto ESA

Nejvěrnějšími zaměstnanci jsou ajťáci. Mají hodně rádi své jisté

Jít za lepším, nebo mít své jisté? Dileme víc než hamletovské. Jistota je to, čemu dávají Češi přednost. Měnit místo není jejich priorita.

Na rozdíl od západních trhů, kde firmy bojují s rostoucí fluktuací zaměstnanců, je v České republice zatím patrný opačný trend, pracovníci zde upřednostňují jistotu zaměstnání před změnou.

Kromě lehkého výkyvu letos na jaře lidé o změně práce spíše uvažují, než ji realizují. Zaměstnavatelé se navíc snaží fluktuaci svých pracovníků předcházet a jejich potřeby zjišťují v pravidelných průzkumech. Stále častěji z nich vyplývá, že pro zaměstnance je čím dál důležitější lidský

přístup, porozumění a ocenění ze strany zaměstnavatele.

Amerika není náš vzor

Dle průzkumu společnosti McKinsey & Company opustilo od dubna letošního roku svou práci více než 15 milionů amerických zaměstnanců. Téměř dvě třetiny amerických firem očekávají, že počet pracovníků, kteří chtějí změnit zaměstnání, v následujících měsících poroste.

V České republice je touha po změně zaměstnání menší. Svědčí o tom jak klesající fluktuace v některých oborech, tak i zjištění průzkumu Grafton Recruitment. Lidé o změně často jen uvažují. Asi nejmenší chuť ke změně je v oboru IT, kde by pouze desetina zaměstnanců využila zajímavé nabídky, pokud by přišla. Trochu více se po nové práci příležitostně poohlíží pracovníci z obchodu a marketingu (22 procent) či z podnikových služeb (30 procent), nejvíce pak z výroby, kde si

práci aktivně hledá čtvrtina zaměstnanců a dalších 37 procent by využilo dobrou nabídku, pokud by se jim naskytla.

Postižení se vraceli, ale jen částečně

„Výkyv v jinak docela nízké fluktuaci nastal v Česku letos na jaře po ukončení lockdownu, kdy se zaměstnanci ze sektorů zasažených restrikcemi začali postupně vracet ke svému původnímu zaměstnání. Zaznamenali jsme to zejména v oboru zákaznických služeb (například call centra, centra služeb pro zákazníky v e-shopech, péče o zákazníka a podobně), kam se v době zavřené země uchýlilo dost pracovníků z hotelů a cestovního ruchu,“ říká Jonathan Appleton, ředitel asociace ABSL, která sdružuje poskytovatele podnikových, zákaznických a IT služeb.

Jeho slova potvrzuje i Jan Nedělník, generální ředitel společnosti Comdata. Ta je jedním z největších poskyto-

vatelů zákaznických služeb v Česku. „Do zákaznických služeb přišlo v době lockdownu hodně lidí z jiných oborů, kteří o svou práci vlivem covidu přišli. Následně se do svého původního zaměstnání vrátili a fluktuace se tak lehce zvýšila, nicméně šlo spíše o dočasný výkyv. Fluktuace je nyní opět stabilizovaná, a naopak dokonce meziročně nižší než před vypuknutím pandemie,“ říká Nedělník.

Celkově se v oboru podnikových služeb drží míra fluktuace na předcovidových třinácti procentech, což je z pohledu celého trhu podprůměrná hodnota. Některé firmy z oboru se mohou chlubit nižším údajem, výjimkou není, zejména v případě IT center, pětiprocentní podíl lidí měnících místo.

V rámci průzkumů spokojenosti a potřeb zaměstnanců rezonuje ještě jeden důležitý trend – možnost práce z domova. Lidé si v době pandemie na tento model zvykli, ne-

Přemýšlení o změně

25

Přibližně čtvrtina českých zaměstnanců se letos na jaře poohlížela po jiném zaměstnavateli. To ale podle průzkumu agentury Randstad neznamená, že všichni tito lidé nakonec profesi nebo firmu skutečně změnili. Před covidem se fluktuace pohybovala celostátně kolem dvaceti procent.

chtějí se ho vzdávat. Potvrzuje to i průzkum společnosti Ernst & Young, o možnost práce z domova má zájem 9 z 10 kancelářských zaměstnanců. V průměru by takto chtěli pracovat dva až tři dny v týdnu. Více než polovina dotazovaných celého světa by zvážila odchod z práce, pokud by jim po pandemii nebyla poskytnuta určitá forma flexibility. **PAVEL HRABICA**

Muzeum? Ani náhodou

Historické člunkové listové stavy z 30. let 20. století patří rodinné firmě Tkalcovna Kubák ze Strmilova na Jindřichohradecku. Podnik s tradicí od roku 1870 vyrábí na strojích deky, přehozy, ubrusy či ponča z vlny, bavlny a lnu. Loni zvládla firma pět kilometrů dek a bavlněných ubrusových látek. Používají se jen přírodní materiály.



Majitel Filip Kubák teď rozšíří záběr o vlněnou izolaci. Začal ji vyrábět z vlny ovcí, které jí nemají tak dobrou, aby se z ní daly dělat příkrývky či jiný textil. Sám si s ní zatepluje dům. V dílně je deset tkalcovských stavů. Nejstarší, přes sto let starý stroj, je saské pásové snovadlo. Staré stroje mají proto, že umějí tkát způsobem, jaký moderní stavy nezvládnou. Loni vyhrála firma v kategorii Výrobce roku při 15. ročníku cen Czech Grand Design. **ČTK**

Krátce

Výdělek nestačí

Po zaplacení všech nezbytných výdajů se pětina Čechů nedostává na konci měsíce peněz. Nejčastěji chybí peníze ženám a lidem do 35 let s nižším vzděláním a příjmem do čtyřiceti tisíc korun, ale také Čechům žijícím ve městech od dvaceti do devadesáti devíti tisíc obyvatel. **MET**

INZERCE

Aktuální nabídky práce na **jobDNES.cz**

Vedoucí oddělení zahraniční spolupráce a

protokolu VŠ právo, mezinárodní vztahy, politické vědy nebo veřejná správa, min. 3 roky praxe v obl. diplomatického protokolu, min. rok praxe ve vedení týmu, znalost AJ-úroveň C1. Tel.: 257280408, Email: murllova@kr-s.cz

Více na www.jobdnes.cz/detail/LQ102E

Středočeský kraj

Středočeský kraj

Technika, elektrotechnika

Technik automatické třídící technologie
ELEKTROMECHANIK (30-36.000 Kč)
JUNIOR ELEKTROMECHANIK - 60000 NÁSTUPNÍ BONUS
ELECTRONICS MANAGER (90. - 120.000 CZK)
PROJEKTANT ELEKTRICKÝCH STROJŮ

Více na www.jobdnes.cz

Stavebnictví, projekce, architektura

Geodet Senior
Stavební technik s pracovištěm v Brně
Technik stavebních investic pro Břeclavsko
Vedoucí stavební technik s pracovištěm v Brně nebo v Jihlavě
ROZPOČTÁŘ

Více na www.jobdnes.cz

Tvůrčí práce, kultura, umění

Člen sboru ND - 1. tenor
Pracovník techniky scény (kulisák)
Tanečník baletu- člen sboru
Tutti hráč do skupiny 1. houslí
1. housle - 2. zástupce koncertního mistra

Více na www.jobdnes.cz

Očkování berou sportovci vážně

Do startu olympijských her zbývá sto dní.

Drtivá většina sportovců, kteří mohou pomýšlet na účast na únorových zimních olympijských hrách v Pekingu, je naočkovaná proti koronaviru. Od svazů to zjistil šéf výpravy Martin Doktor. Vakcíny proti covidu je pro účastníky prakticky nezbytná, jinak by museli do třítýdenní karantény.

Výjimku budou mít jen jednotlivci, kteří se nemohou naočkovat ze zdravotních důvodů. O nikom takovém v českých barvách zatím Doktor neví. „Mám hlasy ze sportovních svazů, a co jsem většínou dostal, bylo, že všichni jsou naočkovaní. Dohromady těch nenačkovaných s výjimkou hokejistů budou jed-



Martin Doktor MAFRA

notky. U hokejistů je hodně široký longlist, tam byla proočkovanost na úrovni 90 procent. To je takový můj odhad,“ řekl včera sportovní ředitel Českého olympijského výboru. U zatím nenačkovaných sportovců Doktor na základě informací svazů předpokládá, že se ještě naočkovat nechají.

Sportovci musejí mít plně očkovaní minimálně dva týdny před odletem. Pro účastníky nevidí jinou cestu. Třítýdenní izolace před vrchol-

ným závodem je pro sportovce nemyslitelná. A získat výjimku ze zdravotních důvodů vůbec nebude snadné. „Musel by o tom rozhodnout speciální panel, který bude vytvořen a bude posuzovat každou žádost zvlášť. Pouze v případě vážných zdravotních komplikací by tato komise rozhodla, že to lze a že ten člověk nemusí do karantény,“ poukázal Doktor na pravidla, která upřesnila v pondělí vydaná první verze manuálu s opatřeními proti koronaviru.

Pro letní olympijské hry v Tokiu očkování nebylo povinné a nebyla očkovaná i část české výpravy. Tehdy se ale vakcíny dostaly k olympionikům až těsně před hrami, kdy vrcholila příprava. „Teď je ta situace jiná. V tuhle chvíli každý může být naočkovaný. Proto to může být jakousi podmínkou účasti,“ doplnil Martin Doktor. **čTK**



Poklona božskému Diegovi

Fotbalisté Barcelony a Boca Juniors sehraji v prosinci přátelský zápas na počest zesnulé legendy Diega Maradony. Oznámili to zástupci španělského a argentinského klubu, jejichž dresy slavný Argentinec během kariéry mimo jiné oblékal. Duelem, který bude hostit Saúdská Arábie, chtějí připomenout první výročí jeho úmrtí. **čTK**

Krátce

Další do party

Italský tenista Matteo Berrettini se jako šestý hráč kvalifikoval na letošní Turnaj mistrů. Účast si zajistil postupem do druhého kola turnaje ve Vídni.

Zahřívá lavičku

Basketbalisté New Orleans se na čtvrtý pokus dočkali prvního vítězství v novém ročníku NBA. Tomáš Satoranský zůstal po-

druhé za sebou pouze mezi náhradníky a na hřiště se nepodíval.

Kartička za milion

Podepsaná nováčkovská kartička Sereny Williamsové z roku 2003 se stala nejdražší prodanou ženskou sběratelskou kartou v historii. Anonymní zájemce za ni minulý týden v aukci zaplatil 44 280 dolarů, tedy zhruba 982 000 korun. **čTK**

Hala. Funguje 75 let

Československá Budvar aréna je nejdéle kontinuálně fungujícím zimním stadionem v Česku. Otevřena byla 27. října 1946 jako teprve třetí zimní stadion s umělou leduovou plochou v zemi, a to po Praze a Bratislavě. V roce 1967 pak stadion dostal zastřešení a o 12 let později i druhou leduovou plochu. V současnosti je hala, která je majetkem města, domovským stánkem hokejistů HC Motor České Budějovice.



Fandové Motoru MAFRA

Kromě toho slouží i pro veřejné bruslení, krasobruslení, provozování míčových spor-

tů, bruslení in-line a také pro kulturní akce, například koncerty.

Aréna, která má kapacitu 6421 diváků, v minulosti hostila i významné mezinárodní sportovní akce, například mistrovství světa ve volejbale mužů v roce 1966 a mistrovství světa hokejistů do 18 let v roce 2005. V letech 2000 až 2002 prošel multifunkční zimní stadion kompletní rekonstrukcí, náklady dosáhly 273 milionů. **čTK**

INZERCE

NOVÝ SPECIÁL

časopisu tina
plný tipů a rad

Jak si zpřijemnit Vánoce



Jen za
29 Kč

Právě
v prodeji!

Všechny dárky jako na dlani



Rozzáří pleť nejen u stromečku

REVOLUTION
MAKEUP REVOLUTION LONDON

REVOLUTION SKINCARE Rose Quartz Roller

Roller z růženínu pro masáž obličeje a dekoltu
Stimuluje průtok krve a zklidňuje pleť
Zlepšuje vstřebávání krémů, sér a masek
Při zchlazení ve vodě pomáhá proti otokům



499,-

obj. kód: KSPL548

Sváteční štamprle jak se patří

DICTADOR



Dictador XO Insolent 25Y 0,7 l 40 %

Lahodný rum s tropickým zráním
Tóny vanilky, ořechu, dubu a medu
Zraje 25 let, destilační metoda Pot Still
Určeno pro osoby starší 18 let

2 329,-

obj. kód: ALKO170

Letošní Vánoce budou jízda



Xiaomi Mi Electric Scooter 3

Elektrická koloběžka s dojezdem až 30 km
Rychlost až 25 km/h, hmotnost 13,2 kg
Odolná konstrukce z leteckého hliníku
Přehledný displej na řídítkách, 8,5" pneumatiky

11 990,-

obj. kód: MSX112a6

Každá žena bude potěšena

PURITY VISION®



PURITY VISION Wellness sada

Dárková kosmetická sada oblíbených bio produktů
Kávový peeling, růžová voda, bambucké máslo
Pro ošetření pokožky celého těla i vlasů
Jemné čištění, hydratace a zpevnění pleti

399,-

obj. kód: VBAL686

S dárky vám podáme pomocnou ruku.

alza.cz

Kupte na www.alza.cz nebo volejte 225 340 111

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 27. 10. 2021 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na www.alza.cz/reklama. Aktuální ceny najdete vždy na www.alza.cz.