

NEJEN PRAHA-PRČICE. JARO PŘEJE TURISTŮM

AKCE ČESKY PĚŠKY NABÍDNĚ LIDEM DVANÁCT POCHODŮ STRANA 2

metro

mojemetro | denikmetro

Středa, 30. března 2022

Č. 62, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Arnošt

INZERCE



Hlavní podmínkou je mír. Čeká se, co Putin

Jednání v Istanbulu. Ukrajina představila svůj pohled. **Nadějně vyhlídky?** Rusové označili schůzku za konstruktivní. **Deník Metro.** Přináší svědectví muže, který uprchl z obleženého města Mariupol STRANY 4 AŽ 6



Mynářův srub lehl popel

V Osvětimanech na Uher-skohradištsku v noci na včerejšek vyhořela hospo-da Na Srubu vlastněná fir-mou hradního kancléře Vratislava Mynáře. Před-běžná výše škody je 15 mi-lionů korun. Příčina vzni-ku požáru včera nebyla známá. „Pracujeme s tím, že požár mohl vzniknout z nedbalosti, kvůli technic-ké závadě nebo že byl za-ložen úmyslně,“ rekla poli-cejní mluvčí Milena Šaba-tová. Požár likvidovalo sedm profesionálních a dobrovolných jednotek hasičů.

ČTK

INZERCE

Známí Neznámí

Opravdu potřebujete vědět všechno?

V KINECH OD 31. BŘEZNA



9 771211 781002 22062



Jsou doma! Podívejte se jim do obývacího

Sledovat dění v čapím hnízdě na pivovarském komíně v Holešově na Kroměřížsku mohou lidé díky kameře, kterou radnice nechala instalovat na vedlejší komín. S umístěním kamery pomohli hasiči. Záběry na hnízdo, ve kterém se už usídlil čapí pár, jsou v přímém přenosu k vidění na YouTube. „Na mnoha místech České republiky existuje možnost nahlížet čapům přímo ‚do obývacího‘. Jelikož jsme ale nechtěli narušovat pohodlí a soukromí čapí rodinky, rozhodli jsme se kameru instalovat na vedlejší komín,“ uvedla mluvčí tamní radnice Hana Helsnerová. Do Česka přilétají čápi v březnu, vybrat si mohou téměř z 1500 hnízd. První zpravidla přilétá samec, vlastní hnízdění začíná v dubnu. Na vejčích čápi sedí v průměru 33 dní. Další dva měsíce krmí mláďata.

2x ČTK

Česky pěšky. Lidé si dají 12 pochodů

Turisté se mohou vydat na Okoř, do Českého ráje nebo do Prčic.

vybrané trasy vedou kolem hradů, zámků, rozhleden a dalších kulturních či přírodních památek.

Prvním letošním bude pochod s názvem Do Okoře bez oře, který se uskuteční 2. dubna (více v boxu). ČTK

Kam vyrazit?

Do Okoře bez oře. Start je naplánovaný v Zákolanech a v Kralupech nad Vltavou, odkud by turisté měli dorazit k hradu Okoř.

- Další pochody se budou konat v dubnu, v květnu a v červnu například u Moravské Třebové, v okrese Ústí nad Orlicí nebo v Českém ráji.

- Součástí akce Česky pěšky je podle Chvátala i **nejznámější pochod v Česku mezi Prahou a Prčicemi**, jehož 55. ročník se bude konat 21. května. Po prázdninové přestávce vyrazí turisté opět v září, kdy se vydadí třeba na pochod zvaný **Po stopách kocoura Mikeše z Mnichovic**. Lidé, kteří se pochodů zúčastní a jsou starší 15 let, mohou soutěžit o ceny. K tomu se však musí registrovat u stánku Česky pěšky v cíli pochodu. Oceněný bude turis-

ta, který absolvuje nejvíce pochodů z 12 pochodů zařazených do soutěže, a vybraní lidé, kteří absolvují alespoň dva pochody. Konkrétní jména výherců vzejdou ze slosování po posledním pochodu tohoto ročníku akce, který se bude konat 1. října. Soutěžit se bude i v rámci každého pochodu zařazeného do projektu Česky pěšky.

- První ročník projektu Česky pěšky byl ovlivněn pandemií koronaviru a souvisejícími vládními opatřeními. Rada pochodů byla kvůli omezením zrušená nebo se konala v náhradních termínech. Klub českých turistů byl založen v roce 1888 skupinou vlastenců kolem Vojty Náprstka, který byl prvním předsedou klubu. Od roku 1889 se členové organizace začali věnovat značení turistických tras. ČTK

Druhý ročník akce Česky pěšky nabídne turistům 12 pochodů po republice, na nichž mohou utužit svou kondici i psychiku. Účastníci pochodů se mimo to mohou těšit na doprovodný program zvláště pro děti a soutěže o ceny. Česky pěšky je projektem České podnikatelské pojišťovny (ČPP) a Klubu českých turistů (KČT).

Cílem projektu je prostřednictvím série pochodů napříč republikou motivovat veřejnost k pohybu. Sdíleli to předseda představenstva ČPP Jaroslav Besperát a předseda KČT Vratislav Chvátal.

„Snažili jsme se vybrat obsahově ptažlivá témata a pochody vhodné i pro rodiny s dětmi, jejichž počet mezi účastníky pochodů roste. Účastníci si tak mohou vybrat kratší i delší trasy,“ řekl za KČT Chvátal. Doplnil, že

Milost. Zeman ji dal šéfovi Lán

Prezident Miloš Zeman udělil milost šéfovi Lán Miloši Balákovi, který byl odsouzen k třem letům vězení. Hlava státu to sdělila ministru spravedlnosti Pavlu Blažkovi, kterého přijala na zámku v Lánech. Podle ústavního právníka Jana Kysely jde o střet zájmů, který je ale těžko napadnutelný.

„Prezident republiky při rozhodování o milosti vzal jednak v úvahu, že omilostněný byl dosud bezúhonný, je

prezidentu republiky znám jako mimořádně pracovitý a kvalifikovaný vedoucí zaměstnanec, zároveň však, po seznámení se s rozsudkem prvoinstančního soudu, který byl potvrzen odvolacím soudem, dospěl k závěru, že pro přísné odsouzení nebyla zřejmě rozhodná povaha činu, ale i to, kde odsouzený pracuje, což je hledisko, které trestní právo nezná,“ doplnil prezidentův mluvčí Jiří Ovčáček. IDNES.cz

Šéf Lesní správy Lány na svobodě

Krajský soud v Praze potvrdil před několika dny šéfovi Lesní správy Lány Balákovi tříleté vězení za ovlivnění dvousetmilionové veřejné zakázky v Lánské oboře. Muž dostal i peněžitý trest ve výši 1,8 milionu korun a čtyřletý zákaz činnosti.

- Balák podle soudu zvýhodnil při přípravě a zadání veřejné zakázky manažera firmy Energie – stavební a báňská Libora

Tkadlece. Tkadlec za to dostal podmíněný dvouapůlletý a peněžitý trest. I on vinu odmítá. Firma ESB musí zaplatit 5,4 milionu korun a má tříletý zákaz účasti ve veřejných zakázkách.

- Více než dvousetmilionová zakázka se týkala druhé etapy zajištění a odvodnění svahů v Lánské oboře a jejich rekultivace.

E-shopy frčí

233

O nákupy na internetu je mezi Čechy stále větší zájem, trend zrychlila v posledních dvou letech pandemie koronaviru. Většina kamenných prodejen musela být několik měsíců uzavřena a tempo dál poroste. Češi loni utratili 233 miliard korun, meziročně o 14 procent více. ČTK

„Suché“ rybníky

40

Kvůli suchu a vypouštění rybníků z důvodu jarních výlovů momentálně chybí v některých středočeských rybnících až 40 procent vody. Hrozí, že rybáři nebudou mít kam nasadit násady nových ryb. Extrémní sucho letošního jara může podle nich ovlivnit produkci ryb v dalších letech. ČTK

Krátce

Kauza Bečva

Státní zástupce Jiří Sachr podal obžalobu v kauze předložské otravy řeky Bečvy. Obžaloval jednu fyzickou a jednu právnickou osobu, zřejmě společnost Energoaqua z Rožnova pod Radhoštěm na Vsetínsku a jejího ředitele Oldřicha Havelku. Napsal server Seznam Zprávy. ČTK

Požárů přibývá

Na vysoké riziko požárů upozorňují veřejnost hasiči. Může za to sucho, srážek každým rokem ubývá. Teplé počasí posledních dnů a s ním spojená nízká vlhkost vysušují například celé Karlovarsko.

Hasiči už museli zasahovat na řadě míst, kde hořel vyschlý porost. Podobná situace je i na dalších místech Česka.

Rozkradené muzeum

Někdejší dlouholetá ředitelka litoměřického muzea 71letá Eva Štíbrová je podle soudu pravomocně vinna, že za dobu jejího působení ve funkci ze zařízení zmizely tisíce předmětů za miliony korun. Odvolací krajský soud potvrdil prvostupňový verdikt. Žena tak má podmíněný trest a musí zaplatit škodu skoro 16 milionů korun. IDNES.cz

Za osm let vyvezou popeláři poslední odpadky na skládky

Na jedné straně šetříme, kde se dá, na druhé straně stále víc zaplňujeme kontejnery. Pandemie to, bohužel, prohloubila.

Vyrábět něco, co nemá šanci na opakovatelné použití, je pro některé výrobce stále znanantnější. Od roku 2030 to už bude téměř nemožné. V tom roce by mělo skončit v Česku skládkování. Vše, co vyrobíme, by se mělo znovu vrátit do výroby, nebo být využité jako surovina pro jiný druh výrobků. Jenže odpadů u nás neubývá, právě naopak.

Jak uspořit tisíce tun

Mediálně nejviditelnější boj v odpadové ekonomice se vede kolem nápojových odpa-

dů. Paradoxní je, že stále víc výrobců nápojů usiluje o komplexní zavedení záloh na všechny druhy nápojových obalů, jak PET lahví, tak plechovek. Zatím bezúspěšně. Snaží se o to často i ti, jimž například stoupá výroba právě nápojů v hliníkových obalech. Poslední statistiky ukazují, že každé čtvrté pivo v Česku zkonsumovali zákazníci právě v plechovkách. Výrobci sami by uvítali, kdyby se každý obal jejich nápojů opět proměnil znovu v obal a neskončil na skládce, případně ve spalovně.

„Podíl recyklátu v plechovkách s plzeňským pivem se zvýšil letos na 75 procent, což je aktuálně nejvyšší certifikovaná úroveň na trhu,“ připomíná Marek Pražák, zastupující mediálně Plzeňský Prazdroj. Firmě se tak podařilo snížit uhlíkovou stopu u každého plechovkového piva až o třicet procent. V ab-



Zatím nevratné. Plechovek v Česku přibývá. MAIRA

solutních číslech to představuje roční úsporu patnácti set tun hliníku.

Podobně jako Prazdroj se i někteří další výrobci snaží vrátet stále víc k produkci nápojů ve vratných obalech. Aby co nejméně zatěžovali životní prostředí už během výrobního procesu. Například Fritz-kola přichází s bioverzí svého nápoje, navíc ve vratné skleněné lahvi. Stejně tak tradiční český producent nápojů Kofola se opět vrátil ke skleněným obalům s vratnou zálohou.

Šetřítkové nutí vlastníky k protipatření

Statistiky odpadového hospodářství v Česku však nepříjnější příliš lichotivá čísla. Ačkoli se někteří prodejci potravin nebo domácí chemie snaží zavádět bezobalový systém prodeje, za posledních dvanáct let stoupla množství vyhozených obalů o téměř padesát procent. Výrazný vliv na vysoké množství odpadů, především papírových tašek a krabic, má velký zájem o internetové nakupování a rozvážka jídla. Tento

trend výrazně posílilo už více než dvouleté pandemické období.

Na menší produkci odpadů tlačí i postupné zvyšování poplatků za jejich odvoz. To vede ale například k tomu, že lidé vlastníci u rodinných domů jen jeden menší kontejner odvázejí své odpady například na sídliště a vyhazují je do kontejnerů, které patří někomu jinému. „Nedávno jsme se rozhodli, že vybudujeme pro naše kontejnery kryté a uzamčené stání. Odpadky nám sem často vyhazují nejen jednotlivci, ale třeba i řemeslníci a firmy, které tak šetří na vlastních nádobách,“ vysvětluje šéf společenství vlastníků jednotek (SVJ) z pražského Jižního Města. Spočítali si, že bez cizího odpadu by pro jejich blok stačilo nádoby vyvážet dvakrát, ne třikrát týdně, a SVJ ročně ušetří téměř sedmdesát tisíc korun. **PAVEL HRABICA**

INZERCE



Oprava Kludského maringotky

Jirkov na Chomutovsku začne zřejmě letos na podzim s opravou maringotky, kterou obýval princpál Karel Kludský. Historický obytný přívěs dva roky prověřovali restaurátoři, kteří narazili například na původní tapety, skrývaly se pod několika vrstvami novějších dekorů. Rekonstrukce město vyjde na několik milionů korun. Princpál a vynikající drezér Karel Kludský zažil mezi světovými válkami desetiletí slávy se svým cirkusem, který tehdy patřil mezi evropskou špičku. Pak ale jeho životní pouť provázely spíše smutné události a nakonec svůj cirkus rozpustil. Z jirkovské vily byl vystěhován, náhradní domek v nedalekých Vinařicích odmítl a žil s manželkou Elsou v maringotce.

ČTK



HLEDÁME NOVÉ ZAMĚSTNANCE:

NC OPERÁTOR (*)
MONTÁŽNÍ DĚLNÍK (*)
LAKÝRNÍK (*)
SKLADNÍK

NABÍZÍME:

- Měsíční prémie až 26%
- Náborový příspěvek 20 000 Kč pro vybrané pozice (*)
- Příspěvek na dopravu a stravování
- Příspěvek na životní / penzijní připojištění
- 5 týdnů dovolené, Multisport karta

Více informací o pozicích naleznete na portálu www.jobs.cz

KONTAKT:

- tel.: 543 563 111
- e-mail: personalni.brno@poclain.com



České letouny odletěly z Čáslavi do Litvy

Pět stíhacích letounů Jas-39 Gripen odletělo z čáslavské základny do Litvy, odkud budou střežit vzdušný prostor pobaltských zemí. Operační úkol čeští stíhači převezmou v pátek od dánského letectva, plnit ho budou do konce července. Jde už o jejich sedmé nasazení k ochraně vzdušného prostoru členských států Severoatlantické aliance, v Pobaltí budou hlídat počtvrté. Čeští piloti by měli zasahovat proti letounům nedodržujícím pravidla mezinárodního leteckého provozu. „Občas se stane, že letouny Ruské federace ne vždy přesně dodržují pravidla mezinárodního leteckého provozu, a pak jsou letouny Aliance aktivovány, aby tuto aktivitu monitorovaly. Ale nikdy nedošlo k žádné eskalaci,“ uvedl velitel čáslavské základny Jaroslav Míka.

2x ČTK



Ruská ekonomika

-8,5

Ruská ekonomika letos v důsledku útoku na Ukrajinu klesne o 8,5 procenta. Předpověděla to ratingová agentura S&P Global. Prudce tak zhoršila svou předchozí prognózu, podle které se měl ruský hrubý domácí produkt letos zvýšit o 2,7 procenta. Rusko se v důsledku svého útoku na Ukrajinu stalo terčem rozsáhlých mezinárodních sankcí, ze země navíc odchází řada západních podniků. Ekonomové z Institutu pro mezinárodní finance varují, že Rusko se bude řadu let potýkat s negativními důsledky odlivu vzdělaných Rusů a omezeného přístupu k technologiím ze Spojených států a EU, což bude brzdit technologický rozvoj země. ČTK

Krátce

Zelenskyj poděkoval Česku

Ukrajinský prezident Volodymyr Zelenskyj na Twitteru poděkoval premiérovi Petru Fialovi za podporu Ukrajiny ve válce proti ruské agresi. „Víme o významné humanitární a bezpečnostní asistenci a výjimečném zacházení s Ukrajinci, kteří našli dočasné útočiště v České republice. Velice si toho vážíme,“ napsal Zelenskyj.

Konec diplomatů

Belgie vyhostí 21 ruských diplomatů. Viní je ze špionáže a považuje je za hrozbu pro bezpečnost země. Diplomata vyhostí Irsko. Jeden pracovník ruského

velvyslanectví v Praze byl prohlášen za nežádoucí osobu a musí opustit ČR. Ruské diplomaty vyhostí i Nizozemsko.

Chce dál usilovat o vstup do EU

Ukrajinské návrhy, které byly zaslány prezidentovi Vladimíru Putinovi, počítají s tím, že Rusko nebude proti vstupu Ukrajiny do Evropské unie.

Další odcházejí

Z Ruska odcházejí nebo pozastavují svůj provoz další firmy. K tomu se rozhodla například společnost Johnson & Johnson a prodejce sportovního vybavení Decathlon. ČTK

Ted' se čeká na Putina

Ruský prezident studuje návrhy Ukrajiny. Sejde se se Zelenským?

Ukrajinská delegace na včerejších vyjednáváních v Istanbulu navrhla ruské straně systém bezpečnostních záruk. Pokud by fungoval, Kyjev přijme neutrální status Ukrajiny, uvedl podle agentury Reuters jeden z ukrajinských vyjednávačů. Nejprve však podle něj musí na celé Ukrajině zavládnout mír. Podle šéfa ruské delegace byla jednání konstruktivní, návrhy Kyjeva nyní prostuduje ruský prezident Vladimir Putin. Posun při jednání byl podle ukrajinské delegace dostatečný k tomu, aby se Putin setkal se svým ukrajinským protějškem Volodymyrem Zelenským. Podle ruské delegace je setkání na nejvyšší úrovni možné pouze v případě, že ministerstva zahraničí obou zemí stvrdí dohodu. „Své území neposkytneme cizím vojenským základnám, stejně

jako na svém území nerozmístíme vojenské kontingenty, a nebudeme vstupovat do vojensko-politických aliancí,“ uvedl vyjednávač Oleksandr Čalyj k ukrajinské neutralitě. Návrhy Kyjeva by rovněž zahrnovaly patnáctileté konzultační období o statusu Ruskem anektovaného Krymu a mohly by vstoupit v platnost pouze v případě úplného příměří, řekl vyjednávač novinářům v Istanbulu. Jakoukoliv dohodu musí schválit Ukrajinci i v referendu. Jedná se o dosud nejdobrodružnější a nejkonkrétnější návrhy, které Ukrajina ohledně dohody s Ruskem zveřejnila, napsala agentura Reuters.

Garanty navrhovaného bezpečnostního systému by se mohly stát Polsko, Izrael, Turecko a Kanada, uvedla ukrajinská delegace. Jednání týmů Ukrajiny a Ruska v istanbulském paláci Dolmabahçe na evropském břehu Bosporu trvala zhruba čtyři hodiny. Šlo o první osobní setkání obou delegací od 7. března, od té doby delegace jednaly prostřednictvím videokonferencí.

Kdy Rusko použije jaderné zbraně?

Hovorů v Turecku se podle Kremlu neoficiálně účastnil i ruský miliardář Roman Abramovič, o jehož zapojení do jednání o příměří v posledních dnech hovořila západní média.

ně, ať už bude mít jakýkoliv výsledek, důvodem k jejich použití není, řekl americké veřejnoprávní stanici PBS mluvčí Kremlu Dmitrij Peskov.

- Setkání po více než třech týdnech začalo vlažně, uvedl reportér ukrajinské televize. „Bylo to chladné přivítání, bez podání rukou,“ uvedl reportér, aniž bylo jasné, zda byl prvního setkání delegací přítomen, nebo informaci dostal od jeho účastníků. Agentura Reuters dříve informovala, že se na jednání osobně dostavil i Abramovič, který je kvůli ruské invazi na Ukrajinu na sankčních seznamech EU či Británie.
- Kreml minulý týden uvedl, že se oligarcha do vyjednávání zapojil pouze v počáteční fázi. Mluvčí Kremlu Dmitrij Peskov potvrdil, že se Abramovič mírových rozhovorů v Istanbulu účastní, ale nikoliv jako oficiální člen ruské delegace. S jeho zapojením však podle něj souhlasila Moskva i Kyjev.
- Rusko použije jaderné zbraně jen v případě ohrožení vlastní existence. Operace na Ukraji-

- Zvláštní vojenská operace je oficiální kremelský termín pro ruskou invazi na Ukrajinu.

- „Máme bezpečnostní koncepci, která zcela jasně říká, že pouze v případě ohrožení existence státu v naší zemi můžeme použít a skutečně použijeme jaderné zbraně, abychom odstranili ohrožení existence naší země,“ dodal.

- Moskva se o jaderných zbraních zmínila během války proti Ukrajině několikrát. Sám Putin 27. února nařídil uvést jaderné síly do „zvláštního režimu“ bojové pohotovosti, což odůvodnil „agresivními vyjádřeními“ představitelů členských zemí NATO a „nelegitimními“ sankcemi, které Západ uvalil na Rusko v reakci na invazi.

- Americký prezident Joe Biden minulý týden varoval, že Spojené státy by zareagovaly, pokud by Rusko na Ukrajině použilo jaderné zbraně. ČTK

Mučení zajatců. Zatím se nepotvrdilo

Z analýzy, kterou provedli odborníci oslovení německým deníkem Bild, vyplývá, že video, na němž ukrajínští vojáci týrají ruské zajatce, je autentické. Drastické záběry, na nichž údajní Ukrajinci střelí do nohou spoutané Rusy, se v neděli rychle rozšířily po sociálních sítích. Zachycené chování, které naplňuje skutkovou podstatu válečného zločinu, ukrajinské vedení označilo za naprosto nepřijatelné a uvedlo, že případ vyšetří. Britská zpravodajská stanice BBC na svých internetových stránkách napsala, že se jí zatím nepodařilo ověřit, zda je video skutečné. Deník Bild se kvůli potvrzení autenticity nahrávky obrátil na ruskojazyčné experty i na odborníky hovořící ukrajinsky. Potvrdili, že údajní ukrajínští trýznitelé sice mluví rusky, ale se silným ukrajinským přízvukem. BBC s odvoláním na svého experta píše, že přízvuk, s jakým mluví vojáci vyslyšající zajatce, odpovídá tomu, „co se dá očekávat u Ukrajinců mluvících rusky“. Britská stanice ale připomíná, že to, že s největší pravděpodobností jde o obyvatel východní Ukrajiny, nemusí automaticky znamenat, že se jedná

o ukrajinské vojáky. Nelze vyloučit, že to jsou proruští separatisté z této oblasti. Bild ověřil, že se incident stal v Malé Rohani na předměstí Charkova, konkrétně v mlékárně na severu této obce. Také BBC

uvádí, že video vzniklo v maloroňanské mlékárně. Malou Rohaň v sobotu dobyly zpět ukrajinské jednotky. Podle místních aktivistů šlo o vojáky z 92. mechanizované brigády a dobrovolníky blízké plu-

ku Azov. Podle deníku Bild vše nasvědčuje tomu, že se příslušníci ukrajinských sil v Malé Rohani dopustili na ruských vojácích válečného zločinu. Jde ale o ojedinělý případ, žádné systematické jed-

nání. Na desítkách jiných videí ukrajínští vojáci zacházejí s ruskými zajatci slušně, připomíná Bild. Uvádí také, že dosud padlo na Ukrajině do zajetí více než 1500 ruských vojáků. **čtk**

INZERCE

Šetřete na ceně, ne na kvalitě.

BILLA

PŘESNĚ PODLE MÉHO GUSTA

Když jde o jídlo, myslíme na vše.

I na kvalitu za super cenu.

Venkovská šunka nejvyšší jakosti z pultu lahůdek (cena za 100 g) **18,90** Kč (26,90 Kč)

96% MASA JAKOSTI

Drastické záběry

Na sociálních sítích je ke zhlédnutí velmi drastické video. Na nich údajní ukrajínští vojáci střelí do nohou spoutané ruské vojáky.

• Toto video ale zatím nejde spolehlivě ověřit. Například web Manipulatori.cz tvrdí, že podle jeho zdroje vojáci nejsou řádně označeni jako ukrajínští vojáci a někteří mají dokonce ruské přílby. To však nemusí být důkazem podvodu, ale například toho, že za incidentem stojí nějaké polovojenské milice, například Azov. Přesto se dá stále počítat s tím, že se jedná o podvrh. Skupina Anonymous zveřejnila rozkaz od ruského generála. V dokumentu je generál Bulgakov znepokojen tím, že ruská armáda se hromadně vzdává a odmítá bojovat. Nařídil natočit propagandistická videa s cílem zdiskreditovat postoj ukrajinských sil k válečným zajatcům.

• Poradce ukrajinského prezidenta Oleksij Arestovyc přesto znovu požádal ukrajinské vojáky, aby dodržovali Ženevskou konvenci, která říká, že se všemi válečnými zajatci by se mělo zacházet lidsky, podle vojenského práva. MAP

Hrozny révy vinné bílé bezsemenné vanička, 1 ks, 500 g Indie 100 g = 7,98 Kč -33% 39,90 Kč (59,90 Kč)

BILLA Eidam 30 % t. v s. z pultu lahůdek cena za 100 g -33% 13,90 Kč (20,90 Kč)

Lipánek Maxi 130 g více druhů 100 g = 13 Kč -23% 16,90 Kč (21,90 Kč)

Activia Jogurt 120 g, více druhů 100 g = 9,92 Kč -30% 11,90 Kč (16,90 Kč)

Emco Tyčinky s ořechy 105 g více druhů 100 g = 30,38 Kč -33% 31,90 Kč (47,90 Kč)

BonaVita Müsli od 700 g více druhů 100 g = od 7,99 Kč -37% 59,90 Kč (94,90 Kč)

Rio Mare Insalatissime 160 g, více druhů 100 g = 37,44 Kč -50% 59,90 Kč (119,90 Kč)

Božkov Vodka 0,5 l 1 l = 199,80 Kč -33% 99,90 Kč (148,90 Kč)

Radegast Rázná 10 0,5 l + záloha 1 l = 21,80 Kč -27% 10,90 Kč (14,90 Kč)

Nabídka platí od středy 30. 3. do úterý 5. 4. 2022.




www.billa.cz



KOMERČNÍ SDĚLENÍ

**ŽIJÍCÍ LEGENDA VYPRÁVÍ
PŘÍBĚH ZAČÁTKU
SVÉ KARIÉRY PŘÍRODOVĚDCE**



DAVID ATTENBOROUGH
Výpravy do divočiny
Dobrodružství mladého přírodovědce

ARGO
KNIHU POHODLNĚ ZAKOUPÍTE
V PŘÁTELSKÉM KNIHKUPECTVÍ WWW.KOSMAS.CZ

„Na půl hodiny jsme slavili“

Deník Metro přináší svědectví Saši, dlouholetého spolupracovníka Lékařů bez hranic. Z Mariupolu, obklíčeného ruskou armádou, se mu podařilo utéct v polovině března.



Ostřelované město leží na jihovýchodu Ukrajiny. LBH

V Mariupolu jsem se narodil a prožil v něm celý svůj život.

Jak má člověk vůbec popsat situaci, kdy se jeho domov mění v dějiště hrůz? Všude, skoro ve všech čtvrtích, vznikaly improvizované hřbitovy. Dokonce i na dvorku školky kousek od mého domu, kde by si normálně měly hrát děti. Jak jim tohle má zaručit nějakou budoucnost? Kolik bolesti a smutku jsme ještě schopni unést? Každý den jako byste přicházeli o celý svůj život.

Byl jsem dojatý, když jsem viděl, jak si lidé pomáhají. Vypadalo to, že se každý neustále stará o někoho jiného, nikdy o sebe. Matky se strachovaly o své děti, děti zase o své rodiče. Já se bál o svou sestru. Bombardování ji tak stresovalo, že jsem myslel, že bude mít srdeční zástavu. Její sportovní hodinky ukazovaly 180 tepů za minutu. Znervózněvalo mě vidět ji takhle. Řekl jsem jí, že by bylo hloupé, kdyby uprostřed toho všeho zemřela strachem! Časem si zvykla a místo toho, aby během bombardování ztuhla, začala vyjmenovávat všechny možné úkryty, které jí přišly na mysl. Pořád jsem se o ni strašně bál a bylo mi jasné, že ji odtamtud musím dostat.

MDŽ v Mariupolu

Třikrát jsme se přesouvali, než jsme našli bezpečné útočiště. Měli jsme štěstí, protože jsme narazili na skvělé lidi, které dnes považují za svou rodinu. Historie nám už ukázala, že lidé přežijí, když drží pospolu a navzájem si pomáhají. Viděl jsem to na vlastní oči a hluboce mě to zasáhlo.

Dostalo mě i to, jak stateční někteří byli nebo být museli. Vzpomínám si na jednu rodinu, která vařila venku na ulici před svým domem. Jen pár metrů od jejich ohně zely

dva velké krátery po dělostřeleckých granátech, které jen pár dní předtím zasáhly jinou rodinu.

Dojalo mě také to, jak lidé přilnuli k životu a k těm dobrým věcem v něm. Navzdory všemu kolem jsme se 8. března rozhodli oslat Mezinárodní den žen. Pozvali jsme sousedy a oni zase přivedli své přátele. Někdo našel lahev šampaňského, jiný dokonce upekla koláč, i když jen s polovinou potřebných ingrediencí. Na pár minut se nám podařilo zapnout hudbu. Na půl hodiny jsme opravdu slavili, byli šťastní, zase se smáli. Vtipkovali jsme o tom, že tahle noční můra skončí.

Ona ale pokračovala a vypadalo to, jako kdybychom se z ní nikdy neměli probrat.

Vybombardované krátery

Každý den jsme zkoušeli město opustit. Kolovaly ale různé fámy o tom, co se děje. Začali jsme si myslet, že k útěku nikdy nedojde. Jeden den se k nám dostala informace, že by měl město opustit konvoj. Natlačili jsme se do mého starého auta a ve spěchu jsme hledali místo, odkud konvoj pojedje. Řekli jsme to všem, komu jsme mohli. Teď mě ale přepadá smutek, když pomyslím na všechny ty, kterým jsem to říct nemohl. Všechno se to seběhlo příliš rychle. Nemohli jsme ani nikomu zavolat, protože jsme byli bez telefonního spojení.

Když jsme město opouštěli, uvědomil jsem si, že situace je mnohem horší, než jsem si myslel. Došlo mi, že jsem měl štěstí. Mohl jsem se totiž ukrývat v částech města, kterým se boje do jisté míry vyhnuly. Po cestě ven z Mariupolu jsme viděli tolik zkázy a utrpení. Viděli jsme vybombardované krátery v obytných domech, zničené

supermarkety, zdravotnická zařízení i školy. Ušetřeny nebyly ani úkryty, kde se schovali civilisté.

Ti, co zůstali

Teď jsme v bezpečí. Alespoň zatím. Budoucnost pro nás ale představuje velkou neznámou. Když jsem se konečně dostal na internet a viděl fotografie mého milovaného města, byl jsem v šoku. Domy byly v plamenech, mí spoluobčané uvěznění v sutinách. Ve zprávách jsem se dočetl o ostřelování mariupolského divadla, kde vyhledalo bezpečné útočiště mnoho rodin s dětmi. Já prostě nedokážu najít slova, jak popsat to, co cítím. Pořád se jen dokola ptám – proč?

Museli jsme za sebou nechat tolik našich milovaných. Neměli jsme jinou možnost. Myšlenka na všechny ty, co jsou pořád tam, je nesnesitelná. Bojím se o svou rodinu, až mě z toho bolí u srdce. Snažil jsem se dokonce vrátit zpět, abych je dostal ven, ale nepodařilo se mi to. Už o nich nemám žádné zprávy.

Ukrytí bez pomoci

Už je to měsíc, co tahle noční můra začala. A situace se pořád zhoršuje. Lidé v Mariupolu umírají každý den, a to kvůli bombardování, ostřelování a nedostatku základních potřeb, jako jsou voda, jídlo a zdravotní péče. Každý den, každou hodinu i každou minutu nevinní civilisté přežívají v nesnesitelných podmínkách. Uprchnout se podařilo jen malé části z nich. Obrovské množství lidí ale ve městě stále zůstává. Ukrývají se ve zničených budovách nebo ve sklepeních bez jakékoli pomoci zvenčí.

Proč se tohle děje nevinným lidem? Kam až nechá lidstvo tuhle katastrofu dojít? SAŠA, LÉKAŘ

Krátce

Němci rozvolní

V Německu v sobotu definitivně vyprší plošná karanténní omezení, a od neděle tak prakticky jediným celoněmeckým nařízením proti pandemii nemoci covid-19 zůstanou povinné roušky v hromadné dopravě a ve zdravotnických zařízeních.

Robot karbaník

Umělá inteligence na turnaji ve Francii porazila osm mistrů světa v bridži, karetní hře, kde až dosud měli kvůli jejímu charakteru lidé nad počítači navrch. Podle odborníků jde o milník ve vývoji umělé inteligence a strojového učení. **ČTK**



Královna po boku syna

Britská královna Alžběta II. se včera poprvé po pěti měsících objevila na veřejnosti. Spolu s dalšími členy královské rodiny včetně prince Andrew (na fotce) se zúčastnila mše ve Westminsterském opatství na počest prince Filipa. Choť britské panovnice zemřel loni v dubnu. **AP**

Slyšte, slyšte... top čtyřka z lékárny



SEBOREA, LUPÉNKA nebo ATOPIE ve vlasech? Máme řešení!

Co mají společného seborea, lupénka a atopie ve vlasech? Nepříjemné a bohužel vytrvalé svědění vlasové pokožky, které významně omezuje náš běžný život. Pokud toužíte po účinné a rychlé úlevě, máme pro vás řešení.

Capillus šampon seborea zmírňuje tvorbu šupin a zarudnutí vlasové pokožky. Především však také rychle a dlouhodobě ulevuje od nepříjemného svědění. Přírodní složení nedráždí vlasovou pokožku. Naopak konopný olej a extrakt pomáhají k její přirozené obnově. Sůl z Mrtvého moře společně s grepovými semínky ničí přemnožené kvasinky. Pravidelným používáním šamponu tak vyřešíte nejen akutní stav, ale i opakovaný návrat potíží.

Díky unikátnímu přírodnímu složení získal šampon značku CPK – certifikovaná přírodní kosmetika.



Vincenz Priessnitz zná recept na bolesti kloubů

Namáhavá práce, nesprávné držení těla, ale i nevhodně zvolený pohyb se na vašem každodenním fungování negativně podepisují. Dopřejte si zaručenou úlevu a regeneraci a vaše tělo již nebude déle strádat.

Užijte si jaro bez starostí o své namožené klouby díky oblíbenému přípravku Priessnitz® Kloubní mazání De Luxe. Ihned při první aplikaci pocítíte okamžitou úlevu, a to díky významnému obsahu boswellie, kafru, rozmarýny a Transmitteru. Právě Transmitter znásobuje sílu těchto látek a prodlužuje jejich účinnost. Příjemný chladivý efekt pak zajišťuje přítomnost mentolu.



Konec smutku, strachům a starostem

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

Vyzkoušejte tradici ověřený, originální L-Tryptofan Therapill. Tento unikátní doplněk stravy obsahuje čistý a kvalitní L-tryptofan, jenž je přirozeným zdrojem hormonu štěstí (serotoninu), a vitamin B6, který přispívá ke snížení míry únavy a vyčerpání. Přípravek 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.

L-Tryptofan Therapill
váš recept na dobrou náladu!



Jak na cholesterol, vysoký krevní tlak a imunitu

Vysoká hladina cholesterolu v krvi a vysoký krevní tlak dnes patří mezi naprosto běžné potíže. Tělo nám takto dává najevo, že naše celková vitalita a zdraví není úplně v pořádku. Utěšovat se však tím, že tento problém řeší všichni, není zcela na místě. S přibývajícím věkem je totiž mnohem těžší se s těmito neduhy vypořádat.

Účinky záračné houby Reishi objevili naši předci již před mnoha staletími. Houba Reishi přispívá k udržení normální hladiny cholesterolu, krevního tlaku a má významný vliv na posílení imunity. Unikátní doplněk stravy ReishiA 800mg EXTRACTUM obsahuje 100% čistý extrakt této houby, jenž zaručuje maximální kvalitu i účinnost.

REISHIA Ačko mezi Reishi.



Sudoku

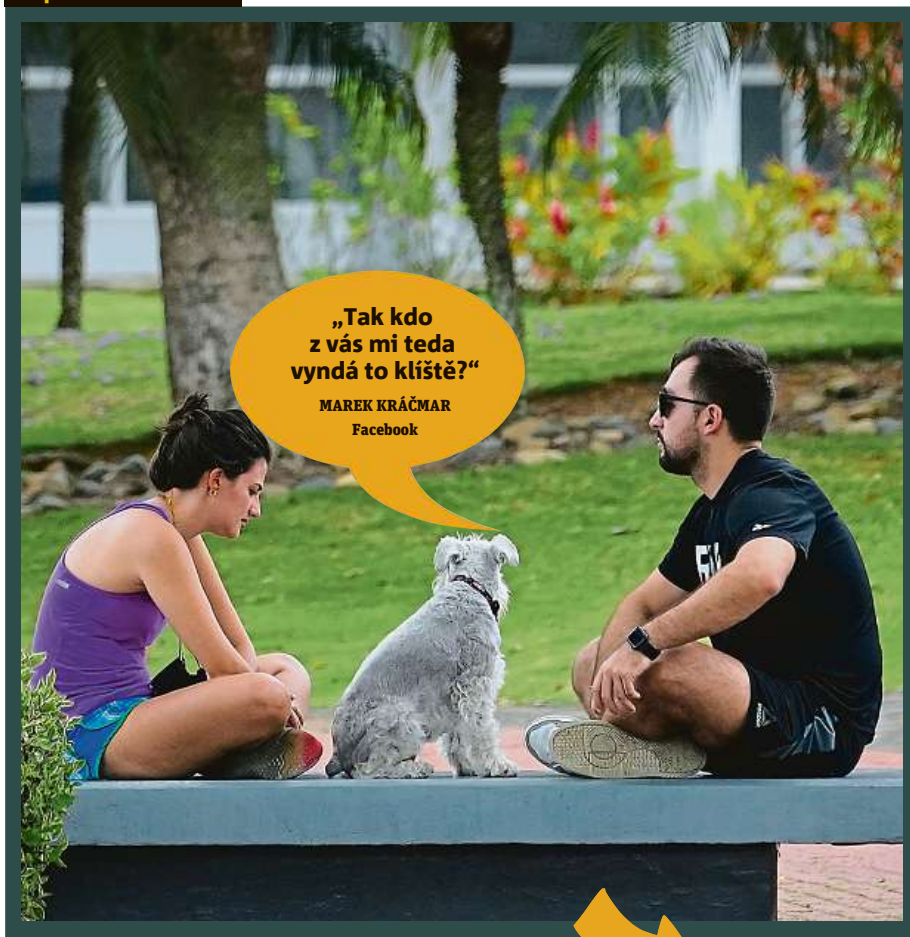
		5						
			4	7				3
	1	9	6		2	8		
					6	7	5	8
	3	4		9		1	6	
6	5	8	1					
		2	7		9	3	8	
	8			1	3			
						5		

Luštěnka

1. povel kočičího
2. písmena n
3. pevnina
4. sestra matky
5. opak „hladově“
6. plemeno
7. výkon skokana
8. francovka

1	2	3	4	5	6	7	8
S		S		S		S	
	A		A		A		A

Napište svou bublinu



Počasí

DNES	ZÍTRA	PÁTEK	SOBOTA
9/13 °C	3/7 °C	2/6 °C	1/5 °C

Teplotní rekordy: ↓ -10,4 °C (1785) ↑ 21,7 °C (1872) Bio: ❤️❤️❤️



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

TV tipy



<p>15.50 Zavolejte porodní sestřičky IV (4/8)</p> <p>16.45 Cestománie</p> <p>17.15 AZ-kviz</p> <p>17.40 Černé ovce</p> <p>18.00 Události v regionech</p> <p>18.25 Kde domov můj?</p> <p>19.00 Události</p> <p>19.56 Branky, body, vteřiny</p> <p>20.10 Četnické humoresky (13/39)</p> <p>21.30 13. komnata Adriany Krnáčové</p> <p>21.55 Hercule Poirot</p> <p>22.50 Všechno nejlepší!</p> <p>00.30 AZ-kviz</p> <p>00.55 AZ-kviz</p> <p>01.20 Bolkoviny</p> <p>02.15 Dobré ráno</p> <p>04.45 Kuchařská pohotovost</p>	<p>16.00 Klíč</p> <p>16.25 Civilizace (2/9)</p> <p>17.25 Budíž voda!</p> <p>18.15 Synové boha Slunce</p> <p>19.10 Babylon</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Bangkok, město zrozené z vody</p> <p>21.00 Objevování chutí s Gordonem Ramsayem</p> <p>21.45 Technické památky českých zemí (4/14)</p> <p>22.15 Velké stroje zblízka II</p> <p>23.05 Dějiny světa (2/8)</p> <p>23.55 Bílá princezna (3/8)</p> <p>00.55 Fargo IV (3/11)</p> <p>01.55 Pevnosti</p>	<p>15.55 Kriminálka Las Vegas (19)</p> <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.30 Na lovu</p> <p>18.25 Ulice (4238)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Výměna manželek XIV</p> <p>21.50 Malé lásky III</p> <p>22.50 Zákon a pořádek: Útvar pro zvláštní oběti XXII (6) Krimiseriál (USA, 2020-2021)</p> <p>23.45 Kriminálka Las Vegas (18)</p> <p>00.45 Kriminálka Las Vegas (19)</p> <p>01.40 Mentalista III (13)</p> <p>02.20 Zákon a pořádek: Útvar pro zvláštní oběti XXII (6)</p> <p>03.00 Na lovu</p> <p>03.45 Doktorů z Počátků (32)</p>	<p>16.50 Policie v akci</p> <p>17.50 Prostřeno!</p> <p>18.55 Hlavní zprávy</p> <p>19.40 Krimí zprávy</p> <p>19.55 Showtime</p> <p>20.15 1. MISE (29) Létající muži. Seriál (ČR)</p> <p>21.35 Show Jana Krause</p> <p>22.40 Show Jana Krause</p> <p>23.50 Ano, šéfe!</p> <p>01.05 Like House 3</p> <p>01.50 Like House 3 Night show</p> <p>02.05 Námořní vyšetřovací služba IV (4) Podvod. Krimiseriál (USA, 2006)</p> <p>03.00 Jake a Tusťoch III (13)</p> <p>04.00 Policie Hamburg XII (24)</p> <p>05.35 Pohoda u krbu</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 Flashback</p> <p>10.30 Mama Mixxxer</p> <p>11.30 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>18.00 CZ & SK</p> <p>18.59 Nebud' dřevák, dej si tláák</p> <p>19.00 Moje desítka Top 10 klipů dle diváka Óčka</p> <p>19.50 Óčko hity Klipy nonstop</p> <p>21.30 Naked Warm-up</p> <p>22.00 Naked Attraction Denmark</p> <p>22.30 Óčko flirt</p>
--	---	---	--	---

PAVEL MAURER

MILOVNÍK JÍDLA



Sloupek

SLANÁ VODA

Napili jste se někdy slané vody? Předpokládám, že nejspíš nedobrovolně v moři nebo když jste si chtěli totálně propláchnout trávicí trakt.

Můj pes například, kdykoli je u moře, tak bez skrupulí chlemtá slanou vodu. Zatím jsem na něm nikdy nezaznamenal, že by mu to jakkoli vadilo. Já používám slanou vodu, když vařím špagety nebo když si potřebuji propláchnout nos tam a zpět jogínským způsobem. Jinak raději piji pivo nebo vodu s bublinkami.

Slaná voda neprospívá některým rostlinám a živým organismům, a tak je moc zajímavé, jak toho lze využít třeba v zemědělství, potažmo v gastronomii. Třeba velmi populární jihoamerická superpotravina quinoa, když ji zalijete slanou vodou, tak nejdříve absorbuje sůl a v podobě krystalků ji částečně vyloučí na svých listech a pak se ze zbytku tekutiny „napije“.

Cítat

V podobě krystalků ji částečně vyloučí na svých listech a pak se ze zbytku napije.

Takže tuto plodinu lze pěstovat na poušti, navíc spotřebuje méně vody než třeba rýže nebo obilí.

Podobný příběh prožívá ryba tilapie, která se vyznačuje tím, že velmi rychle přibývá na váze (což mají rádi všichni farmáři) a navíc dokáže přežít v oblastech s vysokými teplotami a velmi slanou vodou, která už některým rybám nevyhovuje.

Ovšem pozor – tilapie má téměř sto druhů. Teď určitě není řeč o nechutných mutantech, kteří se natěsno chovají ve sladkovodních farmách a jsou krmeni křečím. Zde píšu o rybě v hodně slané vodě a o projektu, jak toho lépe využít v budoucnu. Na výstavě Expo Dubaj (končí zítra) bylo téma slané vody představeno jako jeden z mnoha návrhů na udržitelný rozvoj naší planety. Snad to pomůže.

Anketa

f Jak vnímáte prezidenta Bidena?



Raden Ted Sunny
Je to prezident ze staré školy, a proto se mi líbí.



Adam Kovář
Pořád lepší než Trump.

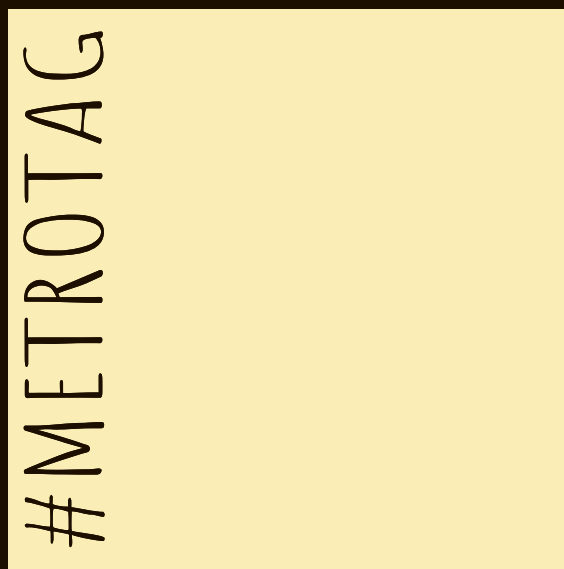


Jan Tesař
Znám lepší komiky.

@mojemetro



Do Žlutých lázní, kouzelného placu vklíněného mezi Vyšehradem a Braníkem, zavítali velmi zpěvní ptáčci. Půvabné papouchy zachytil **@fotojukl**. Děkujeme! **#graffiti #pintada #graffitismo #streetart #czechgraffiti #praguegraffiti #praguestreetart #prahagrffiti #graflife #graffart #aerosolart #art #graffitiart**



Tohle je místo na váš vzkaz! Do žlutého rámečku napište přání, výzvu, básničku nebo něco namalujte. Výtvar vyfotíte a sdílejte s hashtagem #METROTAG na svém Instagramu. Vzkaz lze poslat i jako zprávu přes Facebook nebo e-mailem na mms@metro.cz. Váš výtvar dáme do novin!

Dopisy a vzkazy

Trable s půdou

Co v ČR zasely devadesátky, to se nyní sklízí. Před rokem 1989 se výjma sídlištní zástavby jen velmi těžko povolovala výstavba na orných polích, hlavně první bonity – černozemí kolem Prahy. Po roce 1990 neviditelná ruka trhu rozparcelovala pole a skoro každý starosta plesal, jak se mu rozrůstá obec na polích, která prodávali potomci bývalých sedláků. Málokterý sedlák totiž šel znovu hospodařit, v každé vesnici se k půdě vrátil možná jeden sedlák (většinou ten, co dělal v JZD a měl nepřerušenu zkušenost s půdou a zvířaty), někde ani to ne. Restituent neměl stroje a zvířata a navíc ani zemědělské školy. Prostě ho komunisté zadupali do země tak, že se od hospodaření zcela odstříhнул. V současné době se ničí zemědělská půda výstavbou dalších a dalších dálnic a přeložek tratí či sněním o vysokorychlostní železnici. Padnou další tisíce hektarů.

MARTIN KUBÍK

dopisy@metro.cz,
www.facebook.com/denikmetro

V dopisu uveďte jméno a adresu. Metro si vyhrazuje právo editovat dopisy.

Řešení sudoku

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

Řešení luštěnky

JESTĚRKA

Komiks

F POHODĚ
:-)

Primabalerína

A. Židkova





Objevte svět
jemných detailů



5.799,-

ASUS
VG259Q Gaming

www.mironet.cz

Fantazie. Popusťte jí uzdu

Odstartujte svou kariéru se stylovým a výkonným tabletem. Výhodný balík produktů, který snoubí tablet Lenovo Yoga Tab 11 a celý soubor kancelářských aplikací Microsoft 365 pro rodiny, vás připraví na moře zábavy a podpoří vaši produktivitu, ať už jste kdekoli.

Spusťte některou ze současných náročných her či aplikací a objevte nekompromisní sílu ukrytou v osmijádřovém procesoru tepajícím na frekvenci 2,0 GHz. Samozřejmos-



Tablet Lenovo 2x MIRONET

tí je dostatek výkonu také pro vyřízení pracovních záležitostí. Plynulý multitasking

bez zdlouhavého přepínání umožní 8 GB operační paměti. Ohromující výkon zkrátka dotváří vynikající dojem, který ve vás Lenovo Yoga Tab 11 zanechá.

Prostor pro neomezenou kreativitu a realizaci vašich nápadů poskytuje veliký 11palcový displej orámovaný elegantním tělem se stále ještě velmi přijatelnými rozměry 169 mm na výšku, 256 mm na šířku a 8,3 mm do hloubky. Díky tomu budete mít vždy absolutní přehled, ať už

si budete prohlížet web, psát poznámky, nebo hrát hry, a to vše s naprosto nevídaným komfortem, jaký u tabletů s menší úhlopříčkou nenajdete.

Nechte navíc promluvit svou kreativitu díky neustále se rozrůstajícímu katalogu prémiových šablon v aplikacích Word, Excel a PowerPoint. Výhodný balík Lenovo Yoga Tab 11 a Microsoft 365 pořídíte v internetovém obchodu Mironet.cz za 10 490 korun.

Skvělý monitor. Připravit, pozor, hrát

Představte si svět nejjemnějších detailů a toho nejplynulejšího pohybu. Přesně takový svět uvidíte v herním monitoru ASUS.

Úhlopříčka displeje 24,5 palce představuje naprosto univerzální velikost pro takřka libovolné použití. Ideálně tak poslouží k filmové zábavě, hraní počítačových her nebo třeba k pohodl-

nému surfování na webu. Zážitky ze sledování pozdvihá na vyšší úroveň jemné Full HD rozlišení, jež na širokoúhlé obrazovce detailně zobrazí i ty nejmenší drobnosti.

Lépe si tak vychutnáte filmy a hry, navíc ve vysokém rozlišení zobrazíte také větší množství obsahu, což oceníte třeba při práci ve více otevřených oknech nebo v něko-

lika naráz spuštěných aplikacích. Extrémně krátká doba odezvy 1 milisekunda umožňuje plynulé hraní i sledování filmů s rychlými přechody bez jakéhokoliv zpoždění či sebemenšího náznaku rozmazání. Matná povrchová úprava IPS/PLS displeje zajišťuje, že vás už nikdy nebudou rušit žádné otravné odlesky, a vy se tak budete moct plně

soustředit na to, co zrovna děláte.

Výhody matného displeje ASUS oceníte zejména při práci ve světlých místnostech a ve chvílích, kdy se vám do monitoru opřou paprsky přímého světla. Skvělý herní monitor s nízkou odezvou ASUS VG259Q Gaming pořídíte v internetovém obchodu Mironet.cz za 5799 korun.



Pro libovolné použití



VÁCLAV RYBA

Písničkářka

Nápaditá autorka, zpěvačka s charismatickým hlasem i brilantní kytaristka – to vše je Tereza Balonová. Jednadvacetiletá písničkářka sbírala poslední tři roky zkušenosti na koncertních pódiích. Nyní uzrál čas na její debutové album *Půlnoc*, které přináší osobitý mix ryziho písničkářského přístupu a barvitého současného popu. *Půlnoc* vyšla 25. března u vydavatelství SinglTon.



ONDŘEJ PÝCHA



PREMIUM
KUPÓÓÓÓÓÓN

KÄRCHER

Sleva 25 %
na řadu Home & Garden

PRO ZÍSKÁNÍ
KUPŮNU
SI STÁHNĚTE
APLIKACI



Portmonka

VÍCE INFORMACÍ O PRÉMIOVÝCH KUPŮNECH NAJDETE WWW.ELKUPON.CZ

Auto-moto - poptávka

• Sbíráám auta, motorky, traktory, voj. techniku, díly, vraky, technické průkazy, typové osvědčení, vybavení dílen, garáží, vše do r. 1990.
T: 734843403



Velikonoce. S Bartidou!

Žlutá, zelená, červená. Také vás pomyslení na tyto barvy nabíjí pozitivní energii a příslibem jara? Oslavte letošní Velikonoce opravdu stylově a chutně – nápoje od Bartidy jsou nejen vesele barevné, ale hlavně vysoce kvalitní. Pokud tedy máte rádi klasické české nápoje, ale zároveň toužíte po opravdové kvalitě a prémiové chuti, neváhejte a dejte šanci těm od Bartidy. Garantujeme vám, že udělají radost nejen vám, ale i vašim hostům a koledníkům. A kromě skvělé chuti a vysoké kvality vás potěší i jedním designem placetek, které zpestří každý sváteční stůl.

Poloviční pracovní úvazky? Možná se nyní prosadí rychleji

Vstup ukrajinských rodičů na český trh práce může urychlit potřebné systémové změny.

Tisíce žen s dětmi. Pokud najdou práci, jak potom sladit pracovní povinnosti s péčí o malé školáky. To nyní poznáváme poté, co Česko zajistilo útočiště desetitisícům neúplných rodin z Ukrajiny. Až osmdesát procent všech uprchlíků z válečných zón totiž tvoří ženy s dětmi. Nejen pro ně může být důležité, aby mohly sladit práci s péčí o své potomky.

Profesní růst a kariéerní rozvoj rodičů, inkluzivní přístup zaměstnavatelů k mateřské a rodičovské dovolené, rodiče a zaměstnavatelé v časech



Mezi uprchlíky převládají ženy, většinou s dětmi. MAFRA

hybridních forem práce v době „postcovidové“, spolupráce veřejné správy a privátních zaměstnavatelů při podpoře rodičů v práci, podpora ukrajinských rodičů v Česku a jejich integrace na trhu práce. To vše bylo součástí pro-

gramu již 7. ročníku konference Matky a otcové vítání 2022, kterou pořádala společnost Byznys pro společnost.

„Podle průzkumu agentury IPSOS pro Světové ekonomické fórum v roce 2022 si až dvě třetiny lidí na celém svě-

Uprchlíci a práce

52

U dvaapadesát procent firem, které dlouhodobě využívají v práci Ukrajince, se jejich zahraniční zaměstnanci kvůli válce zatím domů nevrátili. Asi čtvrtina ze zaměstnavatelů deklaruje, že ukrajinským uprchlíkům, kteří jsou nyní v Česku, mohou nabídnout zkrácenou pracovní dobu. Polovina českých firem je nyní může zaměstnat na plný pracovní úvazek nebo na dohodu.

tě přejí, aby po skončení pandemie covidu-19 mohli i nadále intenzivně využívat flexibilní pracovní podmínky. Zkušenosti během dvou let našich životů s covidem-19 zásadně změnily a stále mění přístup k flexibilitě práce,“

říká Pavel Štern, ředitel programů pořádající organizace Byznys pro společnost.

Systémová podpora rodičů na trhu práce musí být podle účastníků konference i nadále prioritou pro veřejnou správu a bude třeba mnohem více motivovat a podporovat zaměstnavatele. I přes pozitivní změny v praxi posledních let ženy-matky i nadále nesou největší břemeno negativních ekonomických dopadů mateřství, což dokládají i mnohé studie a průzkumy.

„Česká republika čelí historicky bezprecedentní výzvě – potřebě pomoci stovkám tisíc uprchlíků z Ukrajiny vyhnaných útokem ruské armády a začlenit velkou část těchto uprchlíků do české společnosti způsobem, který udrží jejich lidskou důstojnost a zároveň bude i pro Česko dlouhodobě prospěšný,“ říká sociolog Daniel Prokop z agentury PAQ Research. **PH**

Pracovat v pojišťovně znamená podávat pomocnou ruku

Úspěšný pojišťovací poradce je vlastně takovým „rodinným lékařem“, vysvětluje obchodní ředitel Kooperativy agentury Praha Petr Procházka.

O práci pojišťováků, tedy pojišťovacích poradců, koluje řada mýtů. Jaká je tato práce ve skutečnosti?

Náročná na čas, psychiku a na pravidelné vzdělávání, ale zároveň velmi zajímavá, pestrá a nadprůměrně odměňovaná (pokud k ní přistupujete aktivně a s nadšením). Jde o práci, která v sobě nese značnou část poslání a osvěty, a dokonce lze říci, že je to do určité míry životní styl. Nejen to pouze o zajišťování potřeb klienta, ale dnes je to i o prevenci a společenské odpovědnosti. Je to práce pro Ty, kteří jsou komunikativní, rádi se učí novým věcem a jsou tak trochu i psychologové. Práce v pojišťovně především znamená neustále chránit své klienty před nástrahami každodenního života, pomáhat jim v nou-



zi či předcházet případným rizikům.

Jaké předpoklady musí mít uchazeč, který se k vám hlásí a čím ho přesvědčíte, že pojišťovna je správná volba?

Jak už jsem zmiňoval, zejména je potřeba mít vysokou úroveň komunikace a zároveň mít předpoklady v oblasti obchodních dovedností. Nemusí jít přímo o „rozeného obchodníka“, ale vztah

k obchodu by tam měl být. Vše ostatní jsme schopni nového kolegu naučit.

Proč zrovna Kooperativa? Kromě toho, že jde o práci pro velkou prestižní firmu s mezinárodním zázemím a mnoha získanými oceněními, vyzdvihl bych to, že se řadíme mezi nejdůvěryhodnější společnosti u nás. V rámci oboru umíme pojistit prakticky cokoliv a koho. A to, že není potřeba mít vystudovaný tento obor dokládá skutečnost, že máme v řadách kolegy mnoha profesí (např. stavaře, strojaře, lékaře, právníky, ...), ze kterých se stali špičkoví odborníci a profesionálové v obchodě. Úspěšný pojišťovací poradce je vlastně takový rodinný lékař, který dbá na to, aby poznal a vyřešil rizika, které jeho klienty ohrožují.

Jak je to aktuálně s obchodními praktikami v tomto oboru?

Současná legislativa nedovoluje klientskému poradci z jakéhokoliv renomanované spo-

lečnosti, ke které samozřejmě patří i Kooperativa, se odchýlit od předem definovaných postupů a pravidel. Poradci musí mít odbornou zkušenskou, která napomáhá čistit trh od lidí, kteří nemají předpoklady či dostatečné kompetence v oboru.

Nakolik je profese poradce náročná na čas a cestování?

Záleží na tom, jak kdo umí hospodařit s časem. Zejména pozice v terénu má výhodu v tom, že si každý organizuje čas dle vlastních možností, případně dle potřeb jeho zákazníků. S tím se pojí i setkávání se s nimi. Schůzky si lze domluvit na pobočce, v kanceláři, u klientů doma či v zaměstnání nebo někde na neutrální půdě (kavárny, ...).

Můžete uvést specifika oboru a zároveň nováčků v Praze?

Za nejvýznamnější považuji vyšší úroveň finanční gramotnosti občanů, se kterou souvisí nutnost mít v týmech opravdové profesioná-

ly. Další skutečností je to, že zde sídlí mnoho společností se zahraniční účastí, což pro nás znamená ztrátu potenciálu u těchto firem, které řeší své zajištění v domovských zemích. V neposlední řadě je to i větší anonymita klientů oproti jiným regionům, kterou se nám za poslední léta daří eliminovat systematickou péčí o klienta.

S tím souvisí i to, s čím se naši noví kolegové setkávají a s jakými nároky musí počítat. Dále je nutné mít na mysli i to, že se jedná o vztahový obor, který nelze dělat krátce či nárazově. Díky tomu není výjimkou řada kolegů s 20 či 30letou praxí u Kooperativy. Úspěšný klientský poradce si neustále buduje důvěru klientů, která mu přináší další klienty a doporučení.

Co ještě kromě výše uvedeného nabízí vaše společnost na této pozici?

U nás je možnost spolupráce na zaměstnanecký poměr, ale v poslední době převažuje spolupráce na IČ, v rámci které lze provozovat i obchodní místo. Samozřejmě je kvalitně zpracovaný adaptační proces, kariéerní postup, neformální setkávání, příspěvky na životní pojištění, doplňkové penzijní spoření a spousta dalších benefitů.

O víkendu semifinále

Sparta přivítá Budějovice, Třinec Boleslav.

Semifinále play-off hokejové extraligy začne v neděli a doma se v něm utkají mistrovský Třinec s Mladou Boleslaví a pražská Sparta s Českými Budějovicemi. Série na čtyři vítězné zápasy budou na stejných místech pokračovat v pondělí. V Mladé Boleslaví a Českých Budějovicích se bude hrát následně ve čtvrtek a v pátek. Případné 5. duely jsou na programu v pondělí 11. dubna, pokračovat se může také dva dny nato a nejspozději se rozhodne v pátek 15. dubna.

Sparta se utkala v play-off s Českými Budějovicemi dosud čtyřikrát. V roce 1996 spolu oba soupeři hráli o bronz a Pražané obě utkání vyhráli.

Nekonečný zápas

2

Sparta porazila v pátém čtvrtfinále Liberec 5:4 ve třetím prodloužení a postoupila do semifinále. Druhé nejdelší utkání v historii soutěže rozhodl v čase 103:28 obránce Tomáš Pavelka. Dvěma góly se na výhře Pražanů, kteří se v semifinále utkají s Českými Budějovicemi, podílel Adam Polášek. **ČTK**

V letech 1997, 1999 a 2003 uspěla Sparta proti Jihočechům ve čtvrtfinále, postupně to bylo 3:2, 3:0 a 4:0 na zápasy. Třinec změří síly s Boleslaví ve vyřazovací části potřeťí. V prvním souboji ve čtvrtfinále v roce 2015 slavil postup po vítězství 4:1 na utkání a loni uspěl v semifinále po výhře 4:3 na utkání. **ČTK**



Jak zlomit penaltové prokletí? Trénovat

Trenér Gareth Southgate (na snímku vlevo) se rozhodl v předstihu bojovat se starým prokletím anglické fotbalové reprezentace. Jednapadesátiletý kouč vyzval hráče, aby důkladně začali trénovat pokutové kopy. Anglie naposledy nezvládla rozstřel ve finále loňského mistrovství Evropy s Itálií. Bolestnou vzpomínku má Southgate i z hráčské kariéry, kdy v semifinále Eura 1996 neúspěšným pokusem zavínil vyřazení s Německem. „Bavili jsme se s hráči, co bychom mohli zlepšit, abychom vyhráli mistrovství světa. A jednou z takových oblastí jsou i penalty,“ řekl Southgate před včerejším přípravným zápasem s Pobřežím slonoviny. **AP**

Krátce

Vynechá závod

Osminásobný motocyklový mistr světa Marc Márquez přijde kvůli problémům s dvojitým viděním o třetí závod nové sezony, víkendovou Velkou cenu Argentiny. Včera o tom informovala jeho stáj Honda. Devětadvacetiletý Márquez obsadil

v úvodním závodě sezony v Kataru páté místo, poté však v Indonésii při několika pádech utrpěl otřes mozku a závod na okruhu Mandalika vynechal.

Další sankce

Mezinárodní biatlonová unie kvůli invazi na Ukrajinu vyloučila Rusko a Bělo-

rusko. Unie už začátkem března vyloučila ruské a běloruské reprezentanty ze závodů a nyní sáhla rovněž k suspendaci národních svazů.

Pošlapala vlajku

Turecká plavkyně narozená na Ukrajině Viktorija Gunesová zveřejnila na In-

stagramu fotografii, na níž jsou vidět její obuté nohy, jak stojí na ruské vlajce. Mistryně Evropy z dlouhé polohovky na loňském šampionátu v krátkém bazénu tím rozhořčila ruské závodníky. Mezinárodní plavecká federace v reakci na tento incident vyzvala sportovce k zachování respektu.

Lanaří Messiho?

Fotbalová Barcelona podle svého prezidenta Joana Laporty neuvažuje o návratu hvězdného útočníka Lionela Messiho. Kapitán argentinské reprezentace loni po 21 letech odešel do Paris Saint-Germain, kde ale zatím nenaplnil vysoká očekávání. **ČTK**

Mladá Češka zazářila v Miami

Spanilá jízda české tenistky Lindy Fruhvirtové (na snímku) na turnaji v Miami skončila v osmifinále. Šestnáctiletá hráčka podlehla 2:6 a 3:6 světové šestce Paule Badosaové ze Španělska. Fruhvirtová na Floridě nečekaně postoupila přes bývalou světovou jedničku Viktorii Azarenkovou z Běloruska nebo Belgičanku Elise Mertensovou, Badosaovou už ale hráčka ze třetí stovky žebříčku nezaskočila. Ve druhém setu se sice ujala vedení 2:0, avšak Badosaová skóre otočila. Do čtvrtfinále naopak prošla Petra Kvitová. **AP**



Vít Krejčí. V NBA hrál v základu a pomohl k výhře

Český basketbalista Vít Krejčí poprvé v kariéře v NBA nastoupil v základní sestavě Oklahoma City a dvanácti body přispěl k vítězství 134:131 po prodloužení na palubovce Portlandu. V zápase odehrál 32 minut, během nichž proměnil čtyři ze šesti trojek a přidal tři doskoky a po dvou asistencích a ziscích. V bodech i minutách vyrovnal své kariérní maximum.

Krejčí sehrál důležitou roli, když v poslední čtvrtině zápasu třemi trojkami držel Thunder v kontaktu s Portlandem,

kteřý měl neustále mírné vedení. Pět minut před koncem pak Krejčí přepustil místo na hřišti Isaiahovi Robyemu, který se stal hrdinou zápasu, když zaznamenal třináct ze svých třiceti bodů právě v závěru. Portland devět vteřin před koncem vedl o tři body, proto trenér Oklahomy pustil do hry také Víta Krejčího, míč si však vzal Roby a trojkou poslal zápas do prodloužení. V něm přidal dalších sedm bodů a zařídil vítězství Oklahomy. Poslední dvě minuty prodloužení odehrál i Krejčí. **ČTK**