

NEJEN PRAHA-PRČICE. JARO PŘEJE TURISTŮM

AKCE ČESKY PĚŠKY NABÍDNE LIDEM DVANÁCT POCHODŮ STRANA 4

metro

 [mojemetro](#) |  [denikmetro](#)

PRAHA

Středa, 30. března 2022

Č. 62, [www.metro.cz](#)

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slavi: Arnošt

INZERCE



Hlavní podmínkou je mír. Čeká se, co Putin

Jednání v Istanbulu. Ukrajina představila svou vizi. **Nadějně vyhlídky?** Rusové označili schůzku za konstruktivní. **Deník Metro.** Přináší svědectví muže, který uprchl z obleženého města Mariupol STRANY 5 AŽ 8

Mynářův srub lehl popel

V Osvětimanech na Uherkohradištsku v noci na včerejšek vyhořela hospoda Na Srubu vlastněná firmou hradního kancléře Vratislava Mynáře. Předběžná výše škody je 15 milionů korun. Příčina vzniku požáru včera nebyla známa. „Pracujeme s tím, že požár mohl vzniknout z nedbalosti, kvůli technické závadě nebo že byl založen úmyslně,“ řekla policejní mluvčí Milena Šabatová. Požár likvidovalo sedm profesionálních a dobrovolných jednotek hasičů.

ČTK



„Výsměch ostatním občanům“

Prezident Zeman udělil milost šéfovi Lesní správy Lány Miloši Balákovi, který byl odsouzen za ovlivňování veřejné zakázky. Zohlednil jeho bezúhonnost i pracovitost. Mnoho politiků i právníků považuje Zemanův krok za zneužití této výjimečné pravomoci. Rozhodnutí označili za výsměch ostatním občanům, pohrdání právním státem a justicí, klientelismus, totální selhání či porušení principu rovnosti před zákonem. STRANA 4

INZERCE

Známí Neznámí

Opravdu potřebujete vědět všechno?

V KINECH OD 31. BŘEZNA



9 771211 781002 22062

Číslo dne

1. 4.

Divadlo Bez zábradlí začne po pauze způsobené pandemií koronaviru v pátek opět hrát. Scéna přerušila činnost koncem ledna v době, kdy byla velmi silná vlna pandemie a umělecké soubory se potýkaly s nařízenou karanténou a izolací. Mnohá divadla rušila a přesouvala představení a také se obávala menšího zájmu diváků. Divadlo Bez zábradlí také na druhou polovinu měsíce plánuje Festival Jiřího Menzela. Týden věnovaný tvorbě tohoto filmového i divadelního režiséra zahájí slavnostní večer (23. dubna), na kterém bude přítomna řada osobností a kolegů, kteří s Jiřím Menzelem spolupracovali. Jeho manželka Olga Menzelová představí Nadační fond Jiřího Menzela. ČTK

Novinka. Digitální infopanely v MHD

Pražští cestující se mohou těšit na nové technologie. V pilotním projektu se objeví na vybraných zastávkách nové digitální infopanely a další prvky. Náklady by letos měly být 12 milionů korun a změny provede městská organizace Ropid, která plánuje pražskou MHD.

Projekt se má týkat mimo jiné stanic a zastávek Palmovka, Nádraží Holešovice nebo Háje. Na autobusových zastávkách budou samostatné odjezdové digitální panely, které poskytnou informace o odjezdech a příjezdech on-line. Nový design a elektronické panely budou mít sloupky s jízdními řády.

K zastávkám se umístí takzvané totemy, které zvýrazní

na přestupních stanicích přístup k železnici.

Dosavadní turistické dopravní značení nahradí směrovky navigující lidi z okolí k zastávkám městské hromadné dopravy. Nově budou dovybaveny mapami. Zlepší se informační a orientační systém v rámci železnice na území hlavního města, kdy přibudou mimo jiné vitríny doplňující celostátní systém Správy železnic.

Pilotní projekt začne letos a bude pokračovat v příštím roce. Ropid chce zařízení průběžně sledovat a vyhodnocovat jeho fungování. Vyjádřit se k němu budou moci i cestující. Následně se rozhodne o finální podobě jednotného informačního systému. ČTK



PRAŽSKÉ SLUŽBY

Po svazích šplhá pavouk

Dálkově ovládaná sekačka Spider zvládne posekat ty svahy, kam se jiná technika nedostane. Při zajištění navijákem s lanem zvládne náklon až 55 stupňů. Výkonem je stroj vyrobený na Havlíčkovobrodsku srovnatelný až s patnácti křovinořezy. Loni byly jeho hlavním rajonem svahy v okolí Červeného vrchu a stráně podél Rozvadovské spojky a u dálnice D8. „Ačkoli je Spider možné doplnit pluhem pro úklid sněhu, v Pražských službách má naplno během letní sezony,“ říká mluvčí Pražských služeb Radim Mana.

MET

„Český chlebiček? To je umělecké dílo“

Legendární lahůdkářství oslavilo 130 let.

Chlebiček je podle Ivany Klinderové, která je spolujatelkou pražských Lahůdek Zlatý kříž, umělecké dílo a unikátní český výrobek. Obecně nejprodávanější je chlebiček „ruské vejce“, který kvůli reakcím zákazníků v souvislosti s invazí ruských vojsk na

Ukrajinu lahůdkářství přejmenovalo na „zlaté vejce“.

Včera to bylo 130 let, kdy žatecký rodák Josef Lippert otevřel v Praze v ulici Na Příkopě lahůdkářství. Lidé tu pořídili speciality, které nebyly jinde k dostání, třeba paštiku s pravými lanýži nebo humrové chlebičky. Podnik patřil k nejproslulejším svého druhu v zemi až do druhé světové války. „Prodej lahůdek má v Praze dlouhou tradici,“ potvrzuje Anna Zamrazilová za společnost Chlebičky Let-

ná. Doplnila, že firemní zákazníci sice uvádějí nižší prodej, než bývaly v 90. letech, ale své příznivce si lahůdkářský sortiment udržel do dnešní doby.

Zvláštní pozornosti se chlebičky podle Klinderové z Lahůdek Zlatý kříž těší u Asiátů. Například Japonci podle ní neřeší, jak by si mnozí lidé mohli myslet, kalorickou hodnotu. Ochutnat chtějí co nejvíce různých chlebičeků.

V síti Ovocný Světozor, která má 14 provozoven, předsta-

vují chlebičky 30procentní podíl z celkového prodeje. Češi jsou podle jednatelky firmy Aleny Bártové při výběru spíše konzervativní, kromě nejprodávanějšího chlebičku s vejcem, šunkou a bramborovým salátem nejvíce kupují hermelínový, s uherákem nebo šunkový. K uspokojení poptávky Ovocný Světozor zařadil do prodeje ale třeba i chlebiček se žervé a sušenými rajčaty, s mrkvovo-celerovou pomazánkou nebo obložené žitné chleby. ČTK

Krátce

Na připomínky je víc času

Obyvatelé metropole se budou moci vyjádřit k plánované výstavbě v lokalitě Bubnů-Zátor do 28. dubna, magistrát termín prodloužil. Vedení radnice Prahy 7 zároveň schválilo své připomínky k výstavbě, které ještě projednají zastupitelé městské části. Na území Bubnů-Zátor má vzniknout nová čtvrť, kde by mohlo v budoucnu žít až 25 tisíc lidí. K zahájení výstavby je nutné, aby hlavní město schválilo změnu územního plánu. ČTK

V Rudolfinu

Hudební festival Dvořákova Praha 8. září v Rudolfinu zahájí Novosvětská symfonie a Violoncellový koncert v podání Mnichovských filharmoniků. Dvořákova díla provede orchestr pod vedením dirigenta Čong Mjong-whuna. Festivalovým posluchačům se dále představí například Clevelandský orchestr a jeho šéfdirigent Franz Welsler-Möst nebo Symfonický orchestr Švédského rozhlasu s dirigentem Danielem Hardingem. Včera program představili Reditel festivalu Jan Simon (vlevo) a Peter Jarůšek, člen souboru Pavel Haas Quartet. ČTK



Magistrála. Počítejte se zdržením

Od pátku začnou opravy mostu ve Wilsonově ulici, která je součástí pražské magistrály, a nájezdu na ni z křižovatky Bulhar. Opravena bude konstrukce mostu oficiálně nazvaného X539. Práce skončí nejpozději do 15. června. Řidiči musí podle magistrálního webu opravujeme.to počítat v dopravní špičce s asi desetiminutovým zpožděním. Práce budou silničáři provádět po částech a provoz bude omezen vždy pouze v části, kde budou pracovat. Částečně pak budou zabráněny pruhy na nájezdové rampě, po které se bude jezdit pouze v jednom pruhu. ČTK

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 znanatnější. 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 odpadů. Paradoxní je, že stále víc výrobců nápojů usiluje o komplexní zavedení záloh na všechny druhy nápojových obalů, jak PET lahví, tak plechovek. Zatím bezúspěš-

ně. 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 absolutních číslech to představuje roční úsporu patnácti set tun hliníku.

Podobně jako Prazdroj se i někteří další výrobci snaží vracet 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



Zatím nevratné. Plechovek v Česku přibývá. MAFRA

skleněné lahvi. Stejně tak tradiční český producent nápojů Kofola se opět vrátil ke skleněným obalům s vratnou zálohou.

Šetříkové nutí vlastníky k protipatřením

Statistiky odpadového hospodářství v Česku však nepříliš lichotivá čísla. Ačkoli se někteří prodejci potravin nebo domácí chemie snaží zavést bezobalový systém prodeje, za posledních dvanact let stoupl množství vyhozených obalů o téměř pade-

sát 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 dvoutleté 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 odváží své odpady například na sídliště a vyhazují je do kontejnerů, které patří

Víc vyhazujeme

3500

Nemáme se špatně, nakupujeme stále víc. O to víc ale vyhazujeme odpadky. Na jednoho Čecha vychází ročně 3500 kilogramů odpadů všeho druhu. Před deseti lety to bylo o 800 kilogramů méně. Konec skládkování měl nastat už za pět let. Minulý parlament ale prodloužil tento termín až do roku 2030. ČSÚ

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 společnosti 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

Bezodpadové by měly být jednou také stavby

Architekti by měli mít povinnost projektovat objekty tak, aby bylo možné materiál z nich znovu využít.

- Největší podíl na odpadech má v zemích Evropské unie stavebnictví. Jedná se asi o 35 procent všech odpadů.
- Například v Praze je od letoška cena za jeden litr odpadu 50 haléřů. Čtyřčlenná rodina

tak ročně zaplatí více než 3600 korun za odvoz. To se s vysokými cenami paliv může ještě zvýšit.

- Někteří města likvidují odpady na vlastní náklady. V Ústí nad Labem lidé tyto poplatky neodvádějí.
- V roce 2029 bude stát jedna tuna odpadu na skládce 1900 korun, nyní je to 500. MET

S VYSTŘIŽENÝM INZERÁTEM ZÍSKÁTE U POKLADNY 30 Kč SLEVOU NA VSTUPNÉ!

Deník METRO, 30. 3. 2022

FOR KIDS

16. VELETRH POTŘEB PRO DĚTI

Souběžně probíhající veletrhy:
FOR PETS | FOR BEAUTY

**SLEVA 30 Kč
NA VSTUPNÉ**
U pokladny
vyměňte inzerát
za zlevněnou
vstupenku.

PVA
EXPO PRAHA

www.forkids.cz

OFICIÁLNÍ VOZY



7.–10. 4. 2022

INZERCE

Hyundai TUCSON N Line. V AutoPalace Butovice.

N Line



Zima je zábava, když máte správné auto. Nyní při koupi vozu získáte navíc výkupní bonus 40 000 Kč, praktické příslušenství Traveller za ½ ceny včetně tažného zařízení a střešních příčníků. Zimní pneumatiky zdarma jsou samozřejmostí. Je čas nasednout.

AutoPalace
Butovice

www.butovice.hyundai.cz

HYUNDAI
Partner České fotbalové reprezentace



5 letová záruka
BEZ OMEZENÍ KM

5 letová záruka
Hyundai Assistance

8 letová záruka
160 000 km



TUCSON – kombinovaná spotřeba 1,5–7,8 l / 100 km, emise CO₂ 34,9–178 g/km (údaje dle WLTP).



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 vyrazí na pochody

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 a Klubu českých turistů (KČT). Cílem projektu je prostřednictvím série pochodů napříč republikou motivovat veřejnost k pohybu. „Sna-

žili jsme se vybrat obsahově přitažlivá 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 předseda KČT Vratislav Chváta. Doplnil, že 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. 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 je i nejznámější pochod v Česku mezi Prahou a Přibem, jehož 55. ročník

se bude konat 21. května. Po prázdninové přestávce vyrazí turisté opět v září, kdy se vydají třeba na pochod zvaný Po stopách kocoura Mikeše z Mnichovic.

• První ročník byl ovlivněn pandemií koronaviru a souvisejícími vládními opatřeními. Řada pochodů byla kvůli omezením zrušená nebo se konala v náhradních termínech. ČTK

Milost od prezidenta nepříjemně překvapila

Miloš Zeman se postaral o rozruch. Jeho nový krok politici označují za pochybný.

Politici začali velmi rychle komentovat milost, kterou prezident Miloš Zeman udělil šéfovi Lesní správy Lány Miloši Balákovi za manipulaci s veřejnou zakázkou.

Děláte si pr...? Reagoval mezi prvními lidovecký europoslanec Tomáš Zdechovský. Skartovačka a razítko se Zemanovým podpisem vítězí nad spravedlností, napsal senátor Pavel Fischer.

Prezident udělil milost šéfovi Lesní správy Lány Miloši Balákovi, který byl odsouzen za ovlivňování veřejné zakázky v Lánské oboře (více v boxu). Zaplatit by také měl podle rozsudku 1,8 milionu korun a dostat čtyřletý zákaz činnosti. Zeman mu svým rozhodnutím vše prominul.

Na udělení milosti reagují další politici, například před-

sedá vlády Petr Fiala. „Obávám se, vzhledem ke všem okolnostem tohoto případu, že tento krok nepřispívá k důvěře občanů v právní systém naší země,“ řekl.

Podle ministra vnitra Víta Rakušana může tento typ milosti zpochybňovat institut milosti jako takové. „Myslím, že to je velmi selektivní, že to zavádá pochybnosti, zda to není jistý typ protekce, protože je to člověk jemu blízký,“ uvedl Rakušan.

K rozhodnutí hlavy státu se vyjádřil i předseda Senátu Miloš Vystrčil. „Jedná se o další pozoruhodnou změnu názorů pana prezidenta Zemana,“ prohlásil.

Dle europoslance Jiřího Pošpíšila prezident Zeman flagrantně zneužil pravomoc udělovat milost. „Za mě je to na abdikaci,“ uvedl.

„To je flusnutí do ksichtu všem policistům, soudcům, státním zástupcům, whistle-blowerům a úplně všem poctivým a pracovitým lidem,“ píše na Twitteru starosta Prahy 7 Jan Čížinský.

Za skandální považuje rozhodnutí prezidenta i exminis-

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.

• 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. „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 dospěl k závěru, že pro přisné odsouzení nebyla zřejmě rozhodná povaha činu, ale i to, kde odsouzený pracuje, což je hledisko, které trestní právo nezná,“ doplnil prezidentův mluvčí Jiří Ovčáček.

tr zahraničí Tomáš Petříček. „Je to hrozný signál směrem k veřejnosti a potvrzení moci jeho blízkých spolupracovníků,“ napsal.

Senátorka Miroslava Němcová připomněla Zemanova

slova z roku 2013. „... Aby jakýkoli můj nástupce nemohl institut amnestie nebo milosti jakýmkoli způsobem zneužít. To je jeden z mých závazků mé prezidentské funkce,“ píše. IDNES.cz

E-shopy frčí

233

O nákupu na internetu je mezi Čechy stále větší zájem, trend zrychlila v posledních dvou letech pandemie koronaviru. Češi loni utratili 223 miliard korun, meziročně o 14 procent více. ČTK

Krátce

Nouzový stav dva měsíce

Nouzový stav vyhlášený v souvislosti s uprchlickou vlnou z Ukrajiny po ruské invazi do této země potrvá do konce května. Vláda Petra Fialy jej bude moci o téměř dva měsíce prodloužit, včera získala potřebný souhlas Sněmovny. Dolní komora prodloužení nouzového stavu schválila hlasy poslanců pětice koaličních stran. Zákondárci opozičních ANO a SPD žádost kabinetu nepodpořili. O návrhu hnutí ANO na prodloužení stavu nouze o 30 dnů už dolní komora nehlasovala. Poslanecká debata trvala zhruba devět hodin. 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 střílejí 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 střílí 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)

UŠETŘÍTE 60 Kč

Česká potravina

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



www.billa.cz





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 nejdrobnější 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

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.

Užívejte 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 neudhy vypořádat.


Účinky zázračné 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.



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. Vypadlo 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. Znervózovalo 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

Tříkrát 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 oslavit 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 vypadlo 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 pojede. 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 uvězněni 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 Andrewa (na fotce) se zúčastnila mše ve Westminsterském opatství na počest prince Filipa. Choť britské panovnice zemřel loni v dubnu. **AP**



Děti uprchlíků se mohou v Praze zapojit se svými českými vrstevníky do sportovních tréninků v klubech. A to nejen fotbalových. Více prahasportovni.eu. MAFRA

Kdo si hraje, nezlobí. A také nemá čas myslet na zlé věci

Trenéroví jednoho z pražských fotbalových klubů zvoni mobil. Na druhém konci se špatnou češtinou ozývá cizinka. „Mohl by můj syn u vás hrát fotbal?“

Do Česka proudí statisíce uprchlíků z Ukrajiny. Mnozí z nich sem zamířili za svými nejbližšími, kteří tu už roky pracují. Jsou mezi nimi i děti. Hodně z nich přišlo ze dne na den o možnost sportovat. Naštěstí nacházejí vstřícnou odezvu u našich sportovních klubů.

Timofej už střílí góly za litoměřický klub

„V Litoměřicích je několik center, kde jsou nyní uprchlíci ubytováni. Starají se o ně dobrovolníci, hledají možnost, jak je začlenit do života s námi,“ říká Jan Dostál, trenér zdejšího fotbalového klubu FK Litoměřicko. Hned zpočátku, kdy se ve městě objevi-

ly první rodiny, uspořádalo o víkendu město setkání v parku Jiráskovy sady. Jan Dostál přivedl do parku čtyři malé fotbalisty, aby ukrajinským klukům předvedli své umění. K českým fotbalovým záklům se hned přidalo i několik ukrajinských kluků. Výsledkem bylo, že hned na místě se dva z nich přihlásili, jestli by byla možnost hrát přímo v klubu. „Takže teď máme dva nové fotbalisty,“ říká Jan Dostál.

Jedním z nich je osmiletý Timofej, druhým čtrnáctiletý Nazar. Starší z nich prý hrával už doma. Timofej si už dokonce zahrál v jednom z nesoutěžních zápasů na turnaji v Libouchci a dokonce dal gól. Odměnou mu byla medaile a drobné odměny. „Panuje dohoda mezi kluby a trenéry, že v těchto případech není nutné řešit registraci a další oficiality. Je důležité, aby měly ty děti možnost zábavy a odreagování od toho, co prožily,“ připomíná trenér Dostál.

V případě, že by oba kluci zůstali v Česku delší dobu, papírování by se určitě nevyhnu- li. „Ten starší říkal, že neví, jestli se v dohledné



FK Litoměřicko má barvy shodné s ukrajinskou vlajkou. FB

době vrátí. Maminka mladšího Timofeje je lékárnice a ta se vrátit domů chce. Říká, že tam na ni čeká lékárna. Zatím si našla práci při sázení stromků,“ dodává Dostál.

Tréninky mají ukrajinské děti bez poplatků

Česko má teď nejen nové ukrajinské fotbalisty. Ažyl u nás našly lyžaři, florbalistky, gymnastky a další sportovkyně a sportovci. Každé město i sportovní svazy hledají cesty, jak je rychle zapojit do činnosti. Například v hlavním městě se mohou zdarma

zapojit do sportovních tréninků přímo v klubech. „Magistrát společně se sportovními kluby a organizacemi spustil projekt sportovních tréninků pro Ukrajince,“ říká pražský radní Vít Šimral. Veškeré informace jsou k dispozici na internetových stránkách prahasportovni.eu.

Do Prahy od začátku války na Ukrajině přišlo téměř šedesát tisíc uprchlíků, z nichž většina jsou matky s dětmi. „Jedná se hlavně o bezplatné tréninky, případně poskytnutí prostor pro ukrajinské skupiny, které by si chtěly v Pra-

ze zatrénovat svůj oblíbený sport. Především usilujeme o to, aby se tady děti adaptovaly a zapoměly na extrémní situaci, která v jejich zemi teď panuje a negativně ovlivňuje jejich psychický stav,“ připomíná Šimral.

Do projektu se zapojilo několik oddílů, mezi nimiž jsou házenkáři, florbalisté, basketbalisté, taneční oddíl nebo fotbalový klub Slavoj Vyšehrad a klub korejských bojových sportů Taehan. Pokud se některý z klubů či oddílů bude chtít zapojit, může se přidat prostřednictvím zmíněné internetové stránky, kde vyplní registrační formulář.

Papírování se nevyhnu

České fotbalové kluby mají momentálně možnost, aby přivedly do svých řad mládežnické hráče ze zahraničí bez poplatku za přestup. Výkonný výbor české fotbalové asociace schválil usnesení je od této povinnosti osvobodit. Možnost však mají jen do konce měsíce března.



PAVEL HRABICA
pavel.hrabica@metro.cz

VELKÉ JARNÍ GRUNTOVÁNÍ ČE



Do úklidu okolí se zapojují celé rodiny.

ARCHIV

Vezměte pytle i děti. V sobotu se bude smejčit.

O víkendu vyrazí do terénu dobrovolníci z celé republiky, aby pomohli uklidit černé skládky, odpadky a další nepořádek. Iniciativa Uklidíme Česko pořádá úklidovou akci už podeváté. Hlavní úklidový den bude v sobotu, uklízet se bude po celý duben.

Začalo to na skládce

Zaneřádné okolí nedaleko zakladateli úklidové akce Miroslavu Kubáskovi spát. V roce 2012 proto přišel s internetovou aplikací Zmapuj-To, do které mohou lidé zanést černé skládky, na které ve svém okolí narazí, a informovat tak o nich příslušné úřady.

Během prvních dvou let fungování této aplikace bylo nahlášeno přes 2500 míst se skládkami ve 40 městech a obcích. I přes aktivitu lidí, kteří menší i větší kupy od-

padků nahlašovali, skládky neubývaly. Ukázalo se, že úřady nedokážou dostatečně rychle reagovat na neustále přibývajícím upozorněním a odpady odstraňovat.

První úklid Česka

Motivací k založení spolku Uklidíme Česko byla nespokojenost s odezvou úřadů. První dobrovolníci vzali odpadky útokem na jaře 2014. Od té doby se akce pořádá dvakrát ročně a zapojují se do ní nejen jednotlivci a rodiny, ale také školy, hasiči, policisté, záchranáři, politické strany, mediálně známé osobnosti, zástupci měst a obcí nebo nejrozdílnější spolky, jako jsou například vodáci.

Rekordní účast evidoval spolek v roce 2019, kdy proběhlo 3895 úklidů a zapojilo se 157 163 lidí. Během celosvětové epidemie však zájem ze strany občanů opadl, především kvůli nařízeným hygienickým opatřením. Od letošního úklidu mají zakladatelé iniciativy velká očekávání. „Letos máme nahlášených zhruba 3500 úklidových akcí.“

INZERCE



**MOBIL
.CZ**

Svět vzhůru nohamaž

Datuj zdarma a zůstaň
v pohodě 😊

Data zdarma platí na 30 dní od dobítí. Nevztahuje se na dobítí nad 300,- Kč v případě nastavení jiné než datové odměny. Více na www.mobil.cz



SKA. UKLÍZEJÍ I CELÉ RODINY

Rozklad lahve

450

Volně pohozená PET lahev se rozkládá několik století. Uvádí se, že plastové lahve potřeby 100 až 450 let k tomu, aby se zcela rozložily. Igelitovému sáčku to trvá „jen“ 25 let, plastový kelímek rozklad zvládne za 70 let.

Odpad v Praze

721

Praha ročně vyprodukuje 721 tisíc tun odpadu. V celkové produkci je na druhém místě hned za Středočeským krajem, který ročně překročí 800 tisíc tun. Třetí příčku obsadil Moravskoslezský kraj se 653 tisíci tunami odpadu.

Recyklace papíru

7

V Česku se nejvíce recykluje papír, na nový ho lze proměnit až sedmkrát. Oproti tomu plast a sklo lze recyklovat teoreticky donekonečna. Z plastových materiálů lze vyrobit nové PET lahve nebo textilní vlákna na výrobu oblečení.

Akce Uklidme Česko bude probíhat po celé Praze

Jarní úklid vypukne už v sobotu 2. dubna. Vybrali jsme pro vás několik míst, kam se můžete přihlásit. Kompletní seznam a registraci naleznete na www.uklidmecsko.cz.

• **Praha 2:** Velký jarní úklid Nuselských schodů a okolí **Kde:** Sraz u kapličky pod Nuselskými schody **Kdy:** Sobota 9. dubna od 14 hodin **Program:** Úklid okolí Nuselských schodů a vinohradských tunelů **Info:** www.uklidmecsko.cz/event/33619

• **Praha 3:** Uklidme nejen Krejčárek **Kde:** Kulturní centrum Vozovna **Kdy:** Sobota 2. dubna od 10 hodin **Program:** Úklid Krejčárku, přílehlých parků a okolí KC Vozovna **Info:** www.uklidmecsko.cz/event/32372

• **Praha 5:** Uklidme okolo Motolských rybníků **Kde:** Sraz nedaleko tramvajové zastávky Motol na cestě směrem k Motolským rybníkům **Kdy:** Úterý 5. dubna od 17:30 **Program:** Sběr odpadků na travnatých a zalesněných plochách v okolí potoka a rybníků **Info:** www.uklidmecsko.cz/event/31051

• **Praha 7:** Divadlo VILA Štvanice uklidí ostrov Štvanice **Kde:** Divadlo VILA Štvanice **Kdy:** Sobota 2. dubna od 14 hodin **Program:** Úklid odpadků na západním cípu ostrova Štvanice **Info:** www.uklidmecsko.cz/event/30833

• **Praha 8:** Dobrovolný úklid Čimického háje **Kde:** Sraz před budovou Hovorčovická 1713/22 **Kdy:** Sobota 2. dubna od 10 hodin **Program:** Tradiční úklid Čimického háje **Info:** www.uklidmecsko.cz/event/32114

• **Praha 10:** Uklidme naše Malešice **Kde:** Sraz před EkoCentrem Rektorská 22 **Kdy:** Sobota 2. dubna od 9 hodin **Program:** Úklid Malešického lesíka, drobné odměny a tradiční guláš **Info:** www.uklidmecsko.cz/event/31528

• **Praha 10:** Uklidme Botič **Kde:** Sraz u laviček před Finančním úřadem pro Prahu 10 **Kdy:** Sobota 2. dubna od 10 hodin **Program:** Sběr odpadků v okolí Botiče, doporučená je pevná obuv **Info:** www.uklidmecsko.cz/event/32920

• **Praha 18:** Uklidme Letňany **Kde:** Sraz u odpočívadla u zastávky Výstaviště Letňany **Kdy:** Sobota 2. dubna od 9 hodin **Program:** Úklid ke zlepšení prostředí v městské části Letňany **Info:** www.uklidmecsko.cz/event/31026

• **Praha 22:** Uklidme Botič **Kde:** Sraz u altánu v parčíku **Kdy:** Neděle 10. dubna od 9 hodin **Program:** Společný úklid Pitkovic, parku, školky, dětského hřiště **Info:** www.uklidmecsko.cz/event/32404

Je to zhruba tolik, kolik bylo dohromady za poslední dva covidové roky," uvádí Kubásek.

Přidat se může kdokoli

Do akce se lze zapojit jako organizátor nebo dobrovolník, obě skupiny se musí nejprve zaregistrovat na oficiálních webových stránkách. Organizátoři mohou sami přijít s návrhem na oblast, kterou si přejí očistit od odpadků, ať už v okolí svého bydliště, nebo v oblíbené lokalitě.

Pro ty, kteří by rádi úklid zorganizovali, slouží jako inspirace seznam nahlášených skládek ve zmíněné aplikaci ZmapujTo. Na organizátorech je také zajištění odvozu odpadu na příslušná místa po skončení akce.

Pozor je třeba dát na vlastnictví prostranství. U soukromých pozemků je potřeba kontaktovat majitele, možnost úklidu s ním domluvit a předejít tak případným nepříjemnostem při neoprávněném vstupu na pozemek.

Skupina dobrovolníků to má o něco jednodušší, stačí

se na webových stránkách zaregistrovat a vybrat si ze seznamu pořádaných úklidů ten, který je jejich srdci či domovu nejbližší.

Pomůcky pro úklid zajistí pytlomaty

Snahou spolku je zajistit úklidové pomůcky pro co nejvíce účastníků. „Zatím jsme rozeslali přes 100 tisíc pytlů na odpadky a 150 tisíc rukavic. Očekáváme, že se letos do uklízení svého okolí pustí 200 tisíc lidí," říká Kubásek.

Během akce se ve městech a obcích objeví takzvané pytlomaty, tedy stanoviště, kde si mohou účastníci akce vzít pytle na odpadky. Přípravu těchto míst mají na starost organizátoři. „Při tvorbě pytlomatu buďte kreativní a myslete na povětrnostní podmínky," vybízí pořadatelé akce na svých stránkách.

Pěči o okolí učí od dětství

Významnou skupinou, která se do úklidů pravidelně zapojuje, jsou školy. „Z celku nahlášených úklidů tvoří školy většinou kolem dvaceti pro-

cent. Zapojují se nejen základní a střední školy, ale také řada školek," komentuje Kubásek.

Uklízet se bude například v okolí Divoké Šárky. „Vedeme děti k ekologii, a protože nás všechny trápí odpadky po návštěvních parku, rozhodli jsme se do akce zapojit a trochu to tu poklidit," napsala Tereza Dvořáková, která organizuje sbírku za místní mateřskou školku.

Mladší ročníky se pořadatelé snaží motivovat formou fotosoutěže, ve které mohou soutěžit jako hlavní cenu vyhrát tablet.

Očišťa i zkušenost

Cílem akce je nejen uklidit nepořádek v okolí, se kterým si úklidové služby, správa měst a obcí nevědí rady, ale také skrze vlastní prožitek poučit o zatím nevyřešeném problému vzniku skládek a poukázat na množství volně poházeného odpadu v přírodě. „Ti, co jednou uklízeli, už další nepořádek dělat nebudou," uvádí pořadatelé akce. **VERONIKA REICHELTOVÁ**

INZERCE



Čas NA ZMĚNU: CHCEŠ PRACOVAT V MODERNÍ A STABILNÍ FIRMĚ?

Přijď na náborový den do našeho distribučního centra v Modleticích u Prahy, kde hledáme kolegy a kolegyně do skladu:

Kdy: **4. 4. 2022**
Kde: **hotel ILF, Budějovická 15/743, Praha 4 - Michle**
Čas: **od 9:00 do 18:00**

Nemusíš se nikde registrovat, stačí, když přijdeš!
Více informací o volných pozicích: kaufland.cz/kariera



Moje první volba

Držte se! I Podkolačka totiž brzdí tvrdě a dlouze

Kampaň Neskákej mi pod kola se v novém ročníku zaměřuje na chování cestujících uvnitř busů a tramvají.

„Kdybych se nedržel, tak mám makovici napadrt.“ I takové hlášky včera zaznívaly z úst novinářů v areálu Ústředních dílen dopravního podniku v Praze 10. Zástupci největšího pražského dopravce si totiž v rámci zahájení čtvrtého ročníku bezpečnostní kampaně „Neskákej mi pod kola!“ přichystali ukázky brzdění prostředků hromadné dopravy. Deník Metro u toho nesměl chybět.

Nulové skóre

Dopravní podnik se letos ve spolupráci s Besipem, policií, magistrátem a organizátorem dopravy Ropidem letos zaměřil na pravidla bezpečného chování během jízdy uvnitř dopravních prostředků. Mezi ně patří i povinnost cestujících se držet. Upozorňovat na to bude také nový polep autobusu a tramvaje.

„Největší úspěch kampaně za uplynulá dva roky je nulové skóre v počtu smrtelných nehod tramvají s chodci. K žádné smrtelné nehodě nastěště nedošlo ani během prvního kvartálu letošního roku, i když počet cestujících v dopravních prostředcích roste,“ říká pro deník Metro mluvčí podniku Aneta Řehková.

V některých situacích v běžném provozu je napří-



Prudké brzdění má za následek ještě prudší pád. ČTK

klad autobus občas nucen prudce změnit směr jízdy nebo brzdít. Dopravní podnik proto apeluje na cestující, aby dodržovali přepravní řád a v případě nenadálého nutného zabrzdění či mimořádné nehody si tak nezpůsobili zdravotní úraz v interiéru vozů. Příčinou mimořádnosti může být cokoliv, například vstup chodce do dráhy autobusu nebo tramvaje. Že je následně prudké brzdění pro cestující více než nekomfortní, jsme si v ústředních dílnách vyzkoušeli jak v připraveném autobuse, tak v tramvaji.

„V rámci pokračování kampaně jsme nechali nově polepit autobus SOR NB 12 a tramvaj typu T3 s nápadným červeným polepem a v čele s lebkou, který upozorňuje mimo jiné na dodržování přepravního řádu a tím pádem bezpečné cestování v MHD,“ vysvětluje Josef Voltr, jenž má u do-

pravce na starost marketing a obchod.

Tramvajím a autobusům s polepem kampaně, který měl doposud jen černo-žlutou variantu, se v hlavním městě přezdívá Podkolačka a Podkoláček. Tyto prostředky MHD bývají polepené nejen různými poučkami, ale i siluetami nebožtíků.

„Cestující naleznou na autobusu a tramvaji například následující upozornění: Nerespektování výstrahy dveří může způsobit smrt. Lehkovážní cestující lehce narazí. Držet se vyplatí. Neopírejte se o dveře. Pusť sednout ty, kteří to neustojí. Gravitace je dobrý sluha, ale zlý pán. Kočárka postav se směru jízdy, ne příčně,“ komentuje Voltr.

Kočárky a mobily

Během posledních let jsou celkové statistiky ohledně počtu úrazů v jedoucích autobusech spíše klesající, ale stále



Výrazy hovoří za vše. Byla to pěkná šlupka. METRO

poměrně vysoké. Podle Řehkové v roce 2018 dopravní podnik evidoval celkem 221 úrazů v jedoucím autobusu, v roce 2019 celkem 257 úrazů, v roce 2020 celkem 196 úrazů a loni 141.

„Nejrizikovější skupiny, u nichž dochází ke zranění v salonech vozů, jsou zejména: senioři, lidé věnující veškerou pozornost užívání mobilních telefonů, či matky s kočárky, které se drží pouze kočárku a už ne madla ve voze. Věříme, že kampaň pomůže informovat právě je,“ míní pro Metro Řehková.

Mezi nejčastější příčiny nehod cestujících v autobusech a v tramvajích se podle dopravního podniku řadí krom nedostatečného držení také procházení se vozem za jízdy či například sezení bokem, případně vkleče na sedadlech.

Smutný rok

„Osvětlová bezpečnostní kampaň vznikla v roce 2019 původně proto, aby v hlavním městě zabránila srážkám tramvají s chodci. Počet podobných střetů totiž do té doby každým rokem stoupal, přičemž v roce předešlém došlo na smutný rekord. Jedoucí tramvaj usmrtila osm chodců, tedy nejvíce v historii. Letos, loni ani předloni nezpůsobila jedoucí tramvaj mezi chodci ani jedině úmrtí. V roce 2019 pak celkem tři.

„Nejčastější příčiny srážek tramvají s chodci jsou samozřejmě nepozornost chodců a soustředění se na displeje různých přístrojů za chůze místo na okolní dopravní si-

tuaci, případně v kombinaci s posloucháním hudby, kvůli čemuž neslyší a nevnímají příjíždějící tramvaj a její varovné zvonění. Takový chodec nedokáže včas a s rozvahou zareagovat na blížící se nebezpečí,“ popisuje Řehková a dodává: „Nebo také mylné přesvědčení značné části chodců, že na přechodu pro chodce mají absolutní přednost i před příjíždějící tramvají. Chybný odhad vzdálenosti a délky brzdné dráhy příjíždějící tramvaje v situacích, kdy se chodec snaží na poslední chvíli riskantně přeběhnout tramvajový pás a domnívá se, že to v pohodě stihne, i před příjíždějící tramvají. Chybný odhad vzdálenosti a délky brzdné dráhy příjíždějící tramvaje v situacích, kdy se chodec snaží na poslední chvíli riskantně přeběhnout tramvajový pás a domnívá se, že to v pohodě stihne, i před příjíždějící tramvají. Chybný odhad vzdálenosti a délky brzdné dráhy příjíždějící tramvaje v situacích, kdy se chodec snaží na poslední chvíli riskantně přeběhnout tramvajový pás a domnívá se, že to v pohodě stihne, i před příjíždějící tramvají.“

Antikolizní systémy

Kampaň používá také například drsnější videa skutečných případů z běžného provozu na svém webu, nastříkané siluety chodců na nejčastějších místech srážek v ulicích metropole či zmiňované nepřehlédnutelné žluto-černé a nově červené preventivní siluety a autobusy s lebkou, siluetami obětí a aktualizovaným skóre usmrčených chodců a sloganem „Pomoz mi nezabýjet!“. Dopravec rovněž plánuje letos v červnu pokračovat v testování druhé etapy inovovaného antikolizního systému. Ten by mohl v budoucnu srážkám tramvají zcela zabránit.



FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jaroševsky@metro.cz

Brzdná dráha 42 metrů i špatně zaparkovaný kočárek

Brzdná dráha nezatižených tramvají z padesáti kilometrů v hodině činí zhruba 42 metrů, při zatížení ještě více. Osobní vůz stejnou rychlost ubrzdí na zhruba třinácti metrech.

- Cestujícím s kočárkem je v jedoucím tramvaji či autobusu doporučeno, aby umístili kočár ve voze vždy po směru jízdy. V tomto případě nehrozí převrácení kočárku vlivem náhlého brzdění. Na kanálech dopravního podniku vznikl pod hlavičkou kampaně „Neskákej mi pod kola!“ návodný spot, jak správně s kočárkem cesto-

vat a co hrozí při nedodržování těchto pravidel. Bezpečný způsob je, kdy doprovod drží jednou rukou kočárek a druhou madlo zádržného systému vozu.

- Cestujícím se rovněž doporučuje, aby manipulovali s mobily, tablety a jinými zařízeními pouze při sezení ve vozech. V případě náhlé změny směru jízdy či brzdění může dojít k pádu či k poškození. K vyražení telefonu z ruky může dojít nechtěně jiným cestujícím, který se buď řádně nedržel, nebo pouze prochází vozem.

- Kvůli nerespektování signalizace u dveří, ať už akustické či optické, může dojít i přes bezpečnostní systémy vozu k sevržení cestujícího dveřmi. I na to se osvětlová kampaň letos zaměřuje. Řidič má totiž v některých případech zhoršené podmínky vizuální kontroly situace podél vozu, a to zejména tehdy, pokud stojí například v zatáčce.

- V nejhorších případech pak může dojít k vklečení cestujícího ve dveřích vozidla, v nejhorším případě pak k přejetí.

Brumlovka.

Zastavte se



BRUMLOVKA.cz

VELIKONOCE V MUZEU MHD



Pátek
15. dubna 2022
od 9 do 17 hodin.

**Přijďte si do Muzea MHD
uplést pomlázku
a vyzdobit vajíčka.**

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 pijí 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“.

Citát

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 přežívat 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 píšou 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](#) [#grafflife](#) [#graffart](#) [#aerosolart](#) [#art](#) [#graffitiart](#)

#METROTAG

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 vyjma sídlištní zástavby jen velmi těžko povolovala výstavba na orných polích, hlavně první bonity – černozemem 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 nepřerušovanou 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

JEŠTĚRKA

Komiks

F POHODĚ
:o)

Primabalerína

A. Židkova



MIRONET

Objevte svět jemných detailů



5.799,-

ASUS VG259Q Gaming

www.mironet.cz

Fantazie. Popust'te 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 tepající 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 zajistí, 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

INZERCE

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, palác koruna, Praha 1, po-pá 8.30 -17.00 hod. Tel: 225 065 177, 178

Nemovitosti - nabídka

Vyplatíme Vaše dluhy!

Vykoupíme Vaši nemovitost a nadále můžete v nemovitosti bydlet

731 911 992

Pronájmy - poptávka

- Hledám dlouhodobý pronájem bytu pro 2 os. - menší do 14 tis, větší do 19 tis. Potřebuji: centrum do 30 min., čisto, dobrý stav. RK nevolat. 605845088

Auto-moto - poptávka

KOUPÍM VAŠE STARÉ AUTO

EKO LIKVIDACE AUTOMOBILU
ODTAH ZDARMA
TEL.: 733 389 624
721 325 994
731 583 690

Autodily Buštěhrad
e-mail: dilybustehrad@email.cz
<https://www.autovrakovistebustehrad.cz/>
Po-Ne 9:00 - 20:00
Buštěhrad, Trinečská ul.
(Průmyslová zóna u 7 kominů mezi areálem Peroutka a ČVUT.)



Knihy a časopisy

VYKUPÍME KNIHY

zaplatíme hotově a **2000,- Kč** za jednu banánovou krabici knih.

Než prodáte své knihy, porovnejte **CENOVOU NABÍDKU!**

Telefon: **773 537 401**

KNIHY!

odkoupím velkou **KNIŽNÍ POZŮSTALOST** solidní ceny za Vaše knihy.

Tel.: 603 478 873

Byty - nabídka

- Prodám cihlový ddužstevní byt 2+kk, Vysočany, 62m2, 4,5mil. Kč+ anuita, 777060126.

VÝKUP KNIH a KNIHOVEN

koupíme jednotlivé knihy i celé sbírky, pozůstalosti apod.

Přijedeme (pro více než 300 ks) **zaPlatíme odvezeme**

Celá ČR

tel. 604 11 44 66
e-mail: arco@antikvariaty.cz

JURIS REAL
real estate

JURIS REAL, spol. s r.o.

Společná realitní a advokátní kancelář Vám nabízí přímý výkup nemovitostí, zprostředkování prodeje, nebo realizaci dražby či aukce na největším dražebním portále v ČR, kde získáte maximální možnou cenu. Vyřešíme právní vady, dluhy, exekuce.

Možnost okamžité vyplacení zálohy.

737 941 901

www.prodejtojinak.cz

Výměny

- Zajistíme VÝMĚNU vaší nemovitosti, rozdíl ceny doplatíme, vybrat si můžete i z našich nemovitostí, které vlastnime. 774335509.

Specialista na výměny bytů a RD. 776363636

Hobby - poptávka

- ZDENĚK BURIAN - koupím ilustrace a obrazy. Tel.: 608221020

Intimní

VENKOVNÍ, VNITŘNÍ ŽALUZIE, ROLETY

SÍŤE PROTI HMYZU
staré žaluzie na protiúčet

slava 15%
261 26 38 47
261 26 04 16
777 03 80 01
www.gato.cz
z ceny zakázky na plastové žaluzie
a eurookna Praha 4

slava 50%
z ceny montáže hliníkových žaluzií

- Sbírám auta, motorky, traktory, voj. techniku, díly, vraky, technické průkazy, typové osvědčení, vybavení dílen, garáže, vše do r. 1990. T: 734843403
- Koupím jakékoliv vozidlo (i veterána). Platím ihned. Tel: 603328155.

Ostatní

- KNIHY! Koupím knihy novější i starší + starožitný a retro nábytek do stylové citárny - křesla, židle, stolký, lampy, obrazy, knihovny aj. T. 603478873

NAŠI MILÍ ČTENÁŘI, PROSÍME, DO KOŠE NEPATŘÍME!



NAŠI MILÍ ČTENÁŘI, PROSÍME, DO KOŠE NEPATŘÍME!



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 jakékoliv renomované 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**

Krátko

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.

Jasná výhra

Čeští fotbalisté do 21 let vyhráli v osmém z deseti utkání kvalifikační skupi-

ny o mistrovství Evropy na hřišti poslední Andorry 3:0 a drží naději na první místo v tabulce a přímý postup. Navíc si výhrou zajistili minimálně druhou pozici ve skupině, která zaručuje baráž. Lvíčata rozhodla o výhře v úvodních deseti minutách, kdy se trefili Adam Karabec a Daniel Fila. Ten po změně stran

stanovil konečný výsledek.

Lanař Messiho?

Fotbalová Barcelona podle svého prezidenta Joana Laporty neuvažuje o návratu Lionela Messiho. Kapitán argentinské reprezentace loni po 21 letech odešel do Paris Saint-Germain. **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 Isiahovi 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**