

# NATŘETE TO BOLESTI ZAD, SVALŮ I KLOUBŮ!

- **Konopné mazání Thermolka** rychle a účinně ulevuje při potížích s namoženými svaly, ztuhlými klouby i při bolestech zad.
- Hřejivé mazání je vhodné pro seniory, sportovce i osoby trpící následky sedavého či fyzicky náročného zaměstnání.
- Originální receptura s konopným olejem, jedlí sibiřskou a směsí bylin zregeneruje a uleví od bolesti i ztuhlosti zad, svalů a kloubů.
- Hřejivý efekt vanilky a kapsaicinu navíc příjemně prohřeje celý pohybový aparát.



**thermolka**

**Vsadte na konopí  
a buďte s bolestí zad  
rychle hotovi.**



*Cannaderm®*

K dostání v lékárnách,  
zdravých výživách nebo  
na [www.thermolka.cz](http://www.thermolka.cz)



# vlasové hnojivo



## Husté složení, hustý výsledek!

**STOP** NADMĚRNÉMU VYPADÁVÁNÍ VLASŮ

**STOP** POMALÉMU RŮSTU VLASŮ

**STOP** LÁMAVÝM A TŘEPIVÝM VLASŮM

**Vlasové hnojivo pomůže navrátit vašim vlasům přirozenou hustotu a kvalitu.**

Žádejte v lékárnách a zdravých výživách.

[www.VlasoveHnojivo.cz](http://www.VlasoveHnojivo.cz)

# NA PIVO, NA NÁKUP NEBO DO POSILOVNY

OD ČTVRTKA SE UVOLŇUJÍ NĚKTERÁ OPATŘENÍ STRANY 2 a14

# metro

mojemetro | denikmetro

Pondělí, 30. listopadu 2020

Č. 221, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Ondřej

Dr.Max<sup>+</sup>



**ZDRAVÉ A VESELÉ**

Vánoční nadílka  
v lékárnách Dr.Max!

**Adventní nabídka pro  
naše věrné klienty**

Nabídka platí pouze pro držitele  
Karty výhod Dr.Max od 1. 12. do  
6. 12. 2020 nebo do vyprodání  
zásob. Běžné ceny jsou platné  
pro kamenné lékárny, v e-shopu  
se mohou lišit.

INZERCE

# Nejdražší český obraz. Kupka za 90 milionů

**Aukční rekord.** Obraz Františka Kupky nazvaný Divertimento II byl včera vydražen za 90,24 milionu korun včetně přírážky. **Toyen.** Dosavadní první příčka patřila obrazu Piková dáma za 78,65 milionu STRANA 6



## Vánoce začaly v tichosti. Pražský smrk už září v národních barvách

Advent je tady. V mnoha městech se během prvního adventního víkendu poprvé rozsvítily vánoční stromy, což se ale letos kvůli koronavirové pandemii muselo obejít bez obvyklých slavností. Září už také sedmnáctimetrový smrk na pražském Staroměstském náměstí ozdobený šesti kilometry světelných řetězců, několika stovkami vánočních koulí v modré, bílé a červené barvě a čtyřiceti světelnými hvězdami.

ČTK



## V rouškách. Nabídka cvičení pro členy vlády

„Nabízíme lekci cvičení v roušce zdarma pro celý poradní tým vlády. Rychle by pochopil, že toto nařízení je absolutně nesmyslné. Pro cvičení

čí to neznamena bezpečí, ale naopak zdravotní rizika,“ reaguje na plánovaná nařízení od 3. prosince prezidentka České komory fitness Jana Ha-

vrdová. Fitness centra a další vnitřní sportoviště se sice otevřou, ale cvičící musejí mít roušky. A to je zásadní problém. „Zvětšuje se takzvaný

mrtvý prostor, kdy opakovaně vdechujeme již vydýchaný vzduch a nedochází k dostatečnému odvodu vydýchaného CO<sub>2</sub>. Následně dochází

k hromadění hlenu a bakterií v roušce, a ta tak už po několika minutách cvičení nemusí být účinná,“ varuje Havrdová. **MET**

# Obchody, restaurace i služby v ČR se otevřou od čtvrtka

**Až do konce roku. Vláda zvažuje prodloužit nouzový stav. Od 3. prosince končí zákaz nočního vycházení.**

Jedna dobrá, druhá špatná zpráva. Tak by se dal popsat plán české vlády. Vláda podle ministra zdravotnictví Jana Blatného znovu požádá Sněmovnu o prodloužení nouzového stavu. Řekl to po jednání vlády. Vicepremiér Karel Havlíček v diskusním pořadu Otázky Václava Moravce řekl, že kabinet bude žádat o prodloužení do konce roku.

### Bez nouzového stavu nelze pokračovat

Nouzový stav má zatím trvat do 12. prosince. Česko má být od čtvrtka ve třetím rizi-

### Až od čtvrtka, ať mají obchody a služby čas se připravit

Ministři jednali netypicky v neděli od devíti hodin ráno. Původně vláda zvažovala, zda otevře restaurace, obchody a služby již od pondělí. „Rozhodnutí posunout to na čtvrtek je kompromisní,“ řekl vicepremiér Karel Havlíček. On i Blatný argumentovali, že to dá všem, kteří budou otevřít, čas se na to připravit.

• Otevřou se také galerie a muzea, a to z jedné čtvrtiny své

kapacity. Podle systému PES by se mohly také otevřít některé památky, musí je ale navštěvovat skupiny maximálně do deseti lidí. Počty lidí na bohoslužbách se budou od čtvrtka řídit velikostí kostela.

• Předseda opoziční ODS Petr Fiala vítá plánované rozvolnění opatření proti koronaviru. Ocenil také, že kabinet rozhodl konsenzuálně. Čtvrtkem podle něj snad skončí diskrimi-

nace malých prodejců, ti totiž do nyníška museli mít zavřeno. Fiala to řekl v diskusi na televizi Prima.

• **Česko je v nouzovém stavu od 5. října.** Původně měl trvat 30 dní. Už se prodlužoval. O platnosti do 12. prosince rozhodla vláda 20. listopadu. Původně plánoval menšinový kabinet prodloužení o 30 dnů do 20. prosince, nezískal k tomu ale souhlas Sněmovny. Na nou-

zový stav jsou vázány restrikce k omezení šíření nákazy, jak je stanoví protiepidemický systém ministerstva zdravotnictví PES. Na jaře v Česku platil kvůli šíření koronaviru nouzový stav od 12. března do 17. května. Po souhlasu dolní komory se tehdy prodlužoval dvakrát na celkem 66 dní. Tentokrát bude trvat nejméně 68 dní, pokud vláda s avizovanou žádostí o další prodloužení uspěje, ještě déle.

kovém stupni v systému protiepidemických opatření (PES). Blatný počítá s tím, že v něm země v příštích týdnech zůstane. Bez nouzového stavu by podle Blatného nebyla opatření vymahatelná. Na žádost jsou nicméně ještě dva týdny čas, poznamenal. „Ve trojce (třetím stupni systému PES) je nouzový stav nutný,“

uvedl Havlíček. Podle něj by mohl být potřeba ale i ve druhém stupni rizika. Podle místopředsedy sněmovního hospodářského výboru Martina Jiránka není situace předvídatelná, a nouzový stav by tak podle vyjádření členů vlády mohl trvat do února, řekl v České televizi. Pokud by se podle Havlíčka situace nezlep-

šovala a ČR se do nižších stupňů rizika šíření nákazy neposouvala, „může hrozit“ i další prodloužení. Systém PES i v nejnižším prvním stupni s nulovým rizikem s nouzovým stavem počítá.

### První drobné rozvolnění

Od čtvrtka se budou moci v Česku po šesti týdnech otev-

řít zčásti muzea a galerie. Vláda rozhodla, že celá země přejde ve čtvrtek do třetího stupně protiepidemického systému. Podle něj se mohou otevřít všechny obchody, restaurace i služby, skončí i zákaz nočního vycházení. „Obchody se otevřou i v neděli,“ řekl ministr Blatný (viz box). **ČTK a iDNES.cz**

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

### Práce - nabídka

• Bartoň a Partner s.r.o. přijme zaměstnance na pracovní pozici: Strážný/á na objekt John Crane Hněvotín. Dvoušměnný provoz (ranní, noční) po-pá 18:00 - 06:00, so, ne a svátky 24 hod. nepřetržitě - obchůzková činnost, 30 hod. úvazek. Mzda: 12 880,- Kč, nástup 1.2.2021, vhodné pro OZP. Požadavky: základní znalost práce na PC. Kontakt: +420 734 596 039.

**HLEDÁME ZAMĚSTNANCE NA POZICE:**  
**RECEPCE A OSTRÁHA**  
Požadujeme invalidní důchod.  
Mzda od 100 Kč/hod.  
**Tel.: 774 110 964**

• Českomoravská reklamní agentura Kompakt spol. s r.o. hledá obchodní zástupce po celé ČR pro prodej inzertních ploch ve svých tiskových produktech. Práce v místě bydliště, nadstandardní provize 25-27,5% z obrátu (obvyklý výdělek 40 - 80 tis. Kč/měsíc), služební auto a další benefity. Vyžadujeme samostatnost, zodpovědnost a spolehlivost. Životopisy zasílejte na e-mail: manager@kompakt-cr.cz nebo volejte na tel.: 325613594.



**IMI** v Modřicích roste, pojdte růst s námi

hledáme **OPERÁTORY VÝROBY** i další pozice

Na dobu neurčitou / Zajímavé ohodnocení / Příjemné prostředí

Více info na **800 700 078** nebo [www.hybemesvetem.cz](http://www.hybemesvetem.cz)



### Odborníci vidí uvolnění jako přijatelný kompromis

Imunolog Václav Hořejší a epidemiolog Petr Smejkal v diskusním pořadu televize Prima **Partie označili podobu uvolnění opatření za přijatelný kompromis. Podpořil to i imunolog Vojtěch Thon.**

• „Já si myslím, že to je správně v zásadě, protože to respektuje ta pravidla, která se stanovila v systému PES,“ uvedl Hořejší. Poznamenal, že je rád, že uvolnění nezačne od pondělka, ale až ve čtvrtek. Vědec také uvedl, že je to dobrý kompromis mezi tím, co je třeba udělat.

• Smejkal řekl, že celkem

souhlasí s Hořejším, že se jedná o kompromis, byť upozornil, že variabilita systému PES mezi kraji je vysoká. Epidemiolog také řekl, pokud je vláda na vážkách, je lepší přiklánět se k přísnějším opatřením. Zdůraznil, že je zásadní systém PES zachovat, byť se změnami, a hlavně testovat.

• Nedělní krok vlády ocenil i imunolog Vojtěch Thon. Je přesvědčen, že ke zmírnění opatření lze přistoupit, pokud budou lidé dodržovat hygienická opatření. Míni, že je potřeba, aby už začaly fungovat obchody a služby.



Ulice bez lidí, adventní atmosféru navozují muzikanti. **ČTK**

# CYBER MONDAY

POUZE DNES

**-20%**

NA VŠE  
NA DOUGLAS.CZ



# DOUGLAS

# VOODOO, ŠIMPANZ, „PRAŽÁK“

Máte rádi houpavé reggae a ryčné ska? Pak budete znát kapelu Fast Food Orchestra. Holdujete metalu, elektriku či dechovce? Nebojte. Rozhovor s frontmanem „Fast Foodu“ Filipem Vondráškem se poneše na vlnách cestovatelských zážitků. „Náš nejnovější singl Vezmu tě s sebou vznikl částečně v Africe,“ předesílá Poláček, který letos navštívil i západoafrický Senegal.

**Přiznávám, o Senegalu vím snad jen to, že tam hovoří francouzsky a že v něm leží Dakar, jenž dal jméno slavné rallye...**

V Dakaru vámi prokmitá africká lehkost, vlny, surf a vibrující noční život. Nicméně všechno podstatné pro mou výpravu začalo až v Saint-Louis na severu Senegalu, kam jsme původně vyrazili za největší kolonií pelikánů na světě.

**Povídejte.**

Ubytovali jsem se v koloniálním hostelu francouzského institutu, kde se začaly dít velké věci. Francouzský kultur-

ní atášé nás bral na koncerty reggae a rapových kapel a taky na všelijaké výstavy. Navštívili jsme třeba výstavu na téma migrace, jejíž součástí byl i výklad voodoo z mušlí.

**Voodoo z mušlí?**

Fakt! A byla to hodně zajímavá zkušenost. Jsem těmto věcem sice otevřený, ale zároveň i poměrně skeptický. Nicméně mě hodně vyděsilo, že mág znal neuvěřitelné detaily z mého současného života. A taky jsme se dozvěděli, že nás čeká dobrodružství na východě Senegalu a později i v Gambii na šimpanzím ostrově, na nějž se dostanete celkem dost komplikovanou cestou.

**Tak to vezmeme pěkně popořádku.**

Ze Saint-Louis jsme vyrazili do Tambacoundy, což je město na východě země, odkud jsem měli v plánu vyrazit do národního parku Niokolo-Koba nedaleko hranic s Guineou. Přes Airbnb jsme si rezervovali ubytování, ale vzhledem k tomu, že v Africe



Filip Vondrášek JAN HRMÁDKO



Pelikán a pohoda na pláži

jen málo co funguje tak, jak se zpočátku tváří, nakonec se ukázalo, že místo v 19.00 budeme na místě ve tři ráno. Majitel domu s tím však neměl žádný problém. Vyklubal se z něj potomek libanonsko-francouzského páru, který v Senegalu žije od pěti let. Donátor a filantrop, který staví školy a finančně podporuje sportovní kluby. Zadarmo nás osobně vozil po parku, připravil nám hromadu jídla poskládaného z blízkovýchodních specialit, které sám navařil, a řekl nám, že až příš-

tě přijedeme, nebudeme nic platit. Měl to ubytování jen za účelem potkávání se s Evropany. Nakonec nám ještě sehnal odvoz do přímořského městečka Cap Skirring.

**Co vás potkalo tam?**

Vše plynulo až nevzrušivě do okamžiku, kdy jsem se šel naší hostitelky dva dny před odjezdem zeptat, zdali neví, jak se nejlépe dostat do Gambie. Jen se zasmála a řekla, že za dva dny jiný host jede na letiště a že pokud chceme, můžeme se s ním svést. Na

hranicích se potvrdila naše obava, že potřebujeme vízum. To pro občany EU není potřeba jen v případě, že do Gambie přiletíte. Při cestě po zemi nutné je. Dělalí jsme smutné oči a doufali, že ho získáme. Ve skutečnosti by to byl docela problém, neboť bychom museli zpátky objet celou Gambii, což by v místních podmínkách bylo tak na tři dny. Celník nás trochu napínel, ale nakonec z něj vypadlo, že byl před týdnem v Praze, a dal nám vízum na sedm dní.



## Tisíce vánočními žárovkami rozzářil svou zahradu. Drží český rekord

Před 19 lety, kdy začínal, tam rozmístil 200 žárovek, letos jich bude mít kolem 65 tisíc. Jeho dům je o adventu velkou atrakcí. „Když rozsvítím a vše funguje, mám z toho největší radost. Chodí sem mladší i starší lidé, všem se to líbí, aspoň mi to říkají,“ řekl Trunec. Žárovek každý rok přibývalo, loni jich měl zhruba o pět tisíc méně. Uctyhodný počet se stal českým rekordem. „Letos jsem zase něco přidal na střeše, něco na 100 let staré sáně, které jsem pořídil, vždycky se nějaké místečko k dotvoření najde,“ řekl Trunec. I když se muž inspiroval v amerických filmech, kde je tradicí zdobit domy svítícími řetězy, kolem jeho domu není Santa Claus nebo sobí spřežení. „To se mi nelíbí, moje řetězy svítí, neblíkají, mají připomínat staré české Vánoce. Před Vánoci sem navezu tři vozy chvojí a tújí, které všemu přidají vánoční atmosféru,“ řekl Trunec. Protože má řetězů stále víc a víc, vše připravuje od konce září. Začíná na střeše, protože kdyby později nasněžilo a mrzlo, nebylo by bezpečné lézt ve výškách. Postupně pak dává svítící řetězy také na nižší místa. „Deset patnáct procent řetězů nechávám na střeše celý rok, musím je před sezónou překontrolovat. Kolem toho je hodně papírování, každý řetěz, každá zásuvka má své číslo. Zásuvek mám 480. Kdybych neměl všechno očíslované, nevyznal bych se v tom,“ řekl Trunec. Na trhu jsou řetězy různých délek, dají se koupit třicetimetrové i šedesátimetrové. Na obnovu svítících ozdob dá Trunec každoročně kolem 10 tisíc korun a adekvátně tomu dost vydá za spotřebu elektriny. „Každý si myslí, že je to pár kabelů a to je všechno, ale to není pravda. Světla mám na dálkové ovládání, pak už stačí zmáčknout jedno tlačítko,“ řekl Trunec. Dům v Chotovicích svítí každý den do 22 hodin až do Tří králů.

# A NĚŽNÁ SYMFONIE DŽUNGLE



Obyvatel šimpanzí kolonie

šimpanzího azylu, čemuž jsme tedy moc nevěřili. Nakonec nám přinesl na ni číslo. Ukázalo se, že se jedná o Janis Carterovou, která šimpanzí kolonii založila a která je v každém druhém dokumentu o primátech. Zpočátku byla oprávněně nepřijemná, zavolali jsme jí, když byla zrovna na jednání s gambijskou vládou. A my jsme jí navíc drze řekli, že máme už jen čtyři dny...

## Jak tahle anabáze nakonec dopadla?

Janis Carterová docela zuřila, vyslechli jsme si, že turismus tvoří jen nepatrnou část projektu a že se lidi objedávají půl roku dopředu. Ale světe, div se, měli volnou jednu ze dvou překrásných eco chatiček přímo nad ostrovem, kde se člověk sprchoval pod širým nebem za symfonie zvuků džungle. K šimpanzům se jelo na lodi, pozorovali jsme je zhruba z patnáctimetrové vzdálenosti a byl to úžasný zážitek. Jenis nám poté psala e-mail, jak se nám to líbilo, a byla velmi milá.



Všední den v Senegalu

4x ARCHIV

## Co všechno vám Afrika dala? Jak vnímáte muziku černého kontinentu?

V podstatě každá moje cesta se nějakým způsobem zapíše do hudby, kterou skládám. Africká hudba je pestrá, veselá a má pozitivního ducha, což mě na hudbě baví ze všeho nejvíce. S kapelou hrajeme reggae a ska – oba styly vznikly sice na Jamajce, ale právě fúzí afrických rytmů, jamajského folkloru a amerického jazzu. Navíc Afrika má hromadu skvělých interpretů. Jen tak namátkou mě na-

padá Alpha Blondy z Pobřeží slonoviny, či asi nejznámější jihoafrický reggae interpret Lucky Dube. Když už jsem mluvil o Senegalu, určitě bych měl zmínit Youssou N'Doura. Baví mě ta bezprostřednost a lehkost, se kterou afričtí muzikanti hrají. Největším zážitkem je ovšem pozorovat obecenstvo, jak na africkou hudbu tancuje. Čirá radost bez kapky studu.



DAVID HALATKA

david.halatka@metro.cz



Radost ve vlnách

## Vzali jste to rovnou na slibovaný šimpanzí ostrov?

Představte si, že jakmile jsme do země vkročili, tamní nám svorně tvrdili, že v Gambii žádní šimpanzi nejsou, nebo vůbec nevěděli, jak se tam dostat. Místní cestovky jen kroutily hlavou a přehazovaly si nás od jedné k druhé. Když jsme se po neúspěšných pokusech vrátili do hotelu a sedli si na terasu, přišel k nám kluk, který hlídal hotel, a začal si s námi povídat. Tvrdil nám, že zná šéfovou

INZERCE

# Kamera, klapka, Vánoce!

Dokážete si představit, že byste se stali tváří komunikace značky Vodafone a zahráli si sami sebe ve vánočním příběhu? Vítězům letošního GIGA castingu se to podařilo a na konci října se zúčastnili natáčení v režii Ondřeje Sokola. Jaký to byl zážitek pro hlavní protagonisty, Michaelu, Sama a Maxe Budimanovi?

Co se vám honilo hlavou, když jste se dozvěděli, že si zahrajete hlavní roli ve vánoční reklamě Vodafoneu?

Přiznám se, že nejdřív jsem váhala. Ale nakonec jsem dospěla k závěru, že by bylo sobecké, kdybych do toho nešla a synům pokazila radost.

Jak náročné pro vás jako neherečku bylo natáčení?

Přednáším indonésistiku na Filozofické fakultě a vím, že učitel musí být do jisté míry i herec, aby studenty zaujal. Tím pádem to teď na natáčení pro mě nebyl takový šok.

V příběhu jsme navíc byli sami za sebe, vlastně jsme ani nehráli. Předváděli a komentovali jsme situace, které ze svého života dobře známe. A atmosféra byla i díky Ondřeji Sokolovi natolik příjemná, že se nám výborně pracovalo.

V reklamě si kluci volají s babičkou a dědou. Prozradíte nám o nich něco?

Kluci jsou napůl Indonésané, druhou půlku rodiny mají v Jakartě, hlavním městě Indonésie. Manžel bohužel před pěti lety zemřel a babička

s dědou jsou daleko, ale naštěstí si s nimi pravidelně voláme, nejlépe přes Skype, protože se díky tomu i vidíme. Kluci s nimi mají moc hezký vztah.

Už psali kluci Ježíškovi? Mladší Max dárky začíná vymýšlet už v lednu, jeho letošní dopis měl na konci října už dvě strany. Sam chce oproti tomu většinou jen jeden velký dárek, ale vždycky je těžké z něj vydolovat, co by to mělo být. V tom to má Ježíšek dost náročné. Naštěstí se může inspirovat u Maxe (smích).

Vánoční dárky si zasloužíte i vy. Rozbalte si neomezená data do mobilu, vánoční videotéku na Vodafone TV nebo pevný internet na 3 měsíce zdarma a další překvapení na [vodafone.cz/vanocce](http://vodafone.cz/vanocce).

Veselé Vánoce vám přeje Vodafone.



# Rekord: Kupka za 90 milionů



Obraz Františka Kupky s názvem Divertimento II. ČTK

**Ikona českého abstraktního umění opět překonala očekávání.**

Obraz Františka Kupky s názvem Divertimento II se na aukci v Praze prodal za 75,2 milionu korun, včetně

aukční přírázky za něj kupec zaplatil 90,24 milionu korun. Obraz se tak stal novým českým aukčním rekordem. Vyvolávací cena obrazu, který patří podle aukční síně k jednomu z nejvýznamnějších děl jeho abstraktního období 30. let, byla 30 milionů korun. Dosavadní tuzemský aukční rekord patřil obrazu Piková dáma od malířky

Toyen, který se letos v říjnu prodal za 78,65 milionu korun včetně aukční přírázky.

Abstraktní malby Františka Kupky dlouhodobě obsazují první místa českého aukčního žebříčku. V první desítku jich má čtyři, tři příčky v top ten patří Oskaru Kokoschkovi a dvě místa Toyen.

Včerejší aukce Galerie Kodl v Praze na Žofíně nabídla na 250 uměleckých děl. Kvůli platným opatřením proti koronaviru se dražila převážně přes internetové platformy, v sále bylo jen šest dražitelů, draží se i po telefonu. Kupce našla drtivá většina z přibližně poloviny nabídnutých děl. Kupkova malba našla nového majitele po rychlých příhozech, dražba trvala několik minut. Název Kupkova obrazu Divertimento se váže k italské hudební terminologii a označuje odlehčenou či zábavnou instrumentální skladbu. ČTK



## Napoleona zastavil virus

Zahájení připomínky bitvy tří císařů na slavkovském bojišti zkomplikovala ráno mlha, kvůli které nebylo vidět slunce při jeho vítání z vrchu Žuráň. Na slavkovském bojišti u Tvarožné si v sobotu nadšenci neorganizovaným pochodem připomněli 215. výročí bitvy tří císařů. Samotná rekonstrukce bitvy se letos kvůli opatřením v důsledku koronaviru neuskutečnila. Chystalo se na ni 1500 lidí z 15 zemí světa. Bitva u Slavkova patří k hlavním střetnutím napoleonských válek a k nejslavnějším bitvám, které se kdy odehrály na českém území. Vojska se střetla 2. prosince 1805 jihovýchodně od Brna a západně od Slavkova. Francouzská armáda v čele s císařem Napoleonem drtivě porazila ruské vojsko cara Alexandra I. i rakouské oddíly císaře Františka I. Napoleonovo vedení bitvy patří podle odborníků k mistrovským ukázkám taktiky. ČTK

INZERCE

# Dezinfikujte své byty

**Mikrobiologická kontaminace v uzavřených prostorech je stálou součástí vzduchu a obsahuje bakterie, plísňe a viry.**

Zvýšený výskyt kontaminace vzduchu může vyvolat mnoho nežádoucích účinků na zdraví od nevolností, k alergiím, zánětům, až po dýchací potíže. Tím přetěžuje náš organismus a oslabuje imunitní systém, který pak nemusí mít dostatečnou sílu na závažnější onemocnění, zvláště nyní v době chřipek. Hygienickým limitem znečištění ovzduší vnitřního prostředí dle EUR 14988 - kritérium koncentrace směsné populace bakterií a směsné populace plísňí v ovzduší pobytových místností je **kontaminace do 500 KTJ** (kolonie tvořících jednotek) /m<sup>3</sup>. Větší kontaminace může ovlivnit zdraví zásadním způsobem u lidí s výrazně poškozeným imunitním systémem, případně rozhodovat i o jeho životě.

Jedním z testů biologického biocidního přípravku BIOPEL® bylo snížení kontaminace ovzduší. Před aplikací přípravku jsme odebrali vzorky spadů. Petriho misky s agarem jsme nechali dvacet minut otevřené a po zavření je převezli do laboratoře ke stanovení kontaminace na 1 metr kubický. Následně jsme BIOPEL ve spreji preventivně aplikovali formou postřiku na všechny zdi v místnostech.

Laboratorní výsledky měření před aplikací stanovily rozmezí **kontaminace 629 až 4718 mikroorganismů na m<sup>3</sup>**.

Laboratorní měření spadů v ošetřených místnostech po sedmi dnech od aplikace, kdy místnosti byly běžně v provozu, stanovily rozmezí **kontaminace 31 až 236 mikroorganismů na m<sup>3</sup>**.

Poslední měření spadů v ošetřených místnostech po dvanácti týdnech od aplikace stanovily rozmezí **kontaminace 8 až 47 mikroorganismů na m<sup>3</sup>**.

**BIOPEL®** můžeme používat v místnostech, kde aktivně bydlíme, pracujeme a nemusíme odcházet nebo dokonce v místnosti nějaký čas nebydlet nebo nepracovat.



**Přípravek BIOPEL® s Chytrou houbou** - Pythium oligandrum dostanete v prodejnách barev, v řetězcích v odděleních s barvami nebo drogeriích prodávající barvy. Vaše otázky rádi zodpovíme na infolince: 728 814 202, e-mail: klimes@biopreparaty.eu Více informací naleznete též na:

**www.biorepel.cz**

Používejte biocidy bezpečným způsobem. Před použitím si vždy přečtěte označení a informace o přípravku.



# Santové do barů letos nepůjdou

Omezení se dotklo lidí, ale i „svatých“ mužů.

Tradiční cestu po barech, kterou v New Yorku každoročně vykonají tisíce mladých lidí v kostýmech Santa Clause, museli letos organizátoři kvůli koronaviru zrušit. Cílem akce Santacon je sice vybrat peníze na charitu, nezřídká jí však ve městě, které nikdy nespí, doprovází rušení nočního klidu a stížnosti na podnapilé účastníky.

„Všichni sobě se nakazili koronavirem, takže elfové Santovi doporučili, aby osobní účast na veselici odložil,“ napsali organizátoři na webu

události. Těm, kterým by snad alkoholické radovánky pro dobrou věc chyběly, doporučili, aby letos popíjeli doma při hrách a darovali peníze charitám, které zajišťují jídlo pracovníkům v první linii boje proti covidu-19.

V New Yorku guvernér státu Andrew Cuomo zakázal veřejná setkání více než deseti lidí a otevírací doby barů a restaurací jsou zkrácené. Alkohol navíc podniky mohou podávat pouze po zakoupení určitého množství jídla.

Santacon vznikl v roce 1994 v San Francisku jako snaha ironicky poukázat na konzumní způsob života v období Vánoc. Podobné akce se od té doby konají i v jiných městech, ta v New Yorku je však největší. **ČTK a MET**



## Proti zákonu o bezpečnosti

V sedmdesáti francouzských městech v sobotu desetitisíce lidí protestovaly proti návrhu kontroverzního zákona o globální bezpečnosti. Na jeho základě by hrozilo vězení lidem, kteří by zveřejnili fotografie policistů s úmyslem ublížit jim. Podle kritiků by však nařízení narušilo svobodu tisku a právo občanů na informace. **2x AP**



Krátce

## Kritizují Merkelovou

Švýcarská média kritizují plán politiků uzavřít letos v zimě z obav před šířením nákazy všechna evropská lyžařská střediska, který prosazuje především německá kancléřka Angela Merkelová. Švýcarsko i Rakousko to podle nich postihne hůře než Německo. Zájem o pronájem švýcarských apartmánů na prosinec přesto roste.

## „První“ Darth Vader odešel

V 85 letech zemřel britský herec Dave Prowse, první představitel Dartha Vadera ve filmové sérii Star Wars. Roli získal pro svou imponantní postavu, byl šampionem ve vzpírání. Za superhrdina, který britské děti učil bezpečnosti v silničním provozu, získal v roce 2000 Řád britského impéria. **ČTK**

INZERCE

# Čerstvé a lokální pod jednou střechou

Nejlepší čerstvost pro Česko! To je nová kampaň obchodního řetězce Kaufland. A opravdu dělá vše pro to, aby každý den nabízel pestrou škálu čerstvých lokálních produktů. Už nemusíte běhat od řezníka k zelináři, od pekaře do lahudek. V Kauflandu najdete vše, navíc za skvělé ceny.

Jeden z největších obchodních řetězců totiž vyhledává a podporuje ty nejlepší české dodavatele, kteří do jeho prodejen dodávají čerstvé, chutné a tradiční zboží v nejvyšší kvalitě a jejich nabídku neustále rozšiřuje. Také se snaží maximálně zkracovat cestu lokálních produktů, aby byly na prodejnách po sklizni nebo výrobě co nejdříve.

## 24 hodin od sklizně

Například česká keříčková rajčata „Naše rajče“ můžete mít na vašem stole již 24 hodin od sklizně. Mají plnou chuť, jsou totiž sklizena ve vysokém stupni zralosti, protože nemusejí cestovat z druhého konce

světa. Pocházejí ze dvou skleníků v Tušimicích u Kadaně, které zajišťují úrodu nepřetržitě, a tak česká rajčata najdete v nabídce Kauflandu po celý rok. Jejich pěstování je navíc ekologické – skleníky využívají k vytápění odpadní teplo, pro závlahu dešťovou vodu a květy opylují čmeláci.



## Jablka z českého sadu

Pod značkou „Bohemia Apple“ najdete ta nejkvalitnější česká jablka od sadaře Roberta Vyšaty vypěstované v sadech v Tuchorazi a okolí. Vyšata proměnil tuto středočeskou obec v jablečné království. Ročně vyprodukuje 14 tisíc tun konzumních jablek různých odrůd. Na pulty prodejen Kaufland míří například oblíbené odrůdy Golden Delicious nebo Gala. Najdete tam i jejich vynikající jablečný mošt. Pokud chcete po štedrovečerní večeři rozkrojit jablko, vyberte si z těchto. V nich určitě najdete krásnou hvězdičku.

## Kvalitní vejce na vánoční pečení

V prodejnách Kaufland najdete široký sortiment vajec, od podestýlkových chovů, po volný výběh i bio vejce. V pražských a středočeských prodejnách Kaufland naleznete navíc vejce ze Statku Dvořák. Ve Zlatníkách poblíž Prahy chová Josef Dvořák slepice ve volném výběhu v pojízdnych kurnících. Spokojené slepičky z projektu „Ujždíme na trávě“ se každý týden i se svým kurníkem přestěhují o kousek dál za zelenou travou. Po celou dobu tak žijí v přirozeném prostředí na trávě.

Pod jednou střechou tak najdete každý den prvotřídní ovoce, zeleninu, maso, vajíčka, mléčné produkty i pečivo od regionálních pěstitelů, farmářů a pekařů. Ušetříte čas, který můžete trávit se svými nejbližšími. Tak který Kaufland máte nejbližší?





## V ruské metropoli otevřeli kluziště. Bruslaři ho objednou za čtvrt hodiny

Moskva navzdory vysokému tempu šíření koronavirové nákazy v Rusku otevřela pro veřejnost obří kluziště. Nachází se v rozsáhlém areálu Výstavy úspěchů národního hospodářství (VDNCh) na severu metropole. Podle provozovatelů je ovšem atrakce s ohledem na vážnou epidemiologickou situaci v provozu za zvláštních podmínek. Vstupné lze koupit jen přes internet, což umožňuje zajistit přítomnost jen povoleného počtu návštěvníků a rovněž rovnoměrné využívání čtyř vstupů. Areál má i s infrastrukturou rozlohu 53 tisíc metrů čtverečních. Led je na ploše kolem 20 tisíc čtverečních metrů, což představuje zhruba 12 hokejových kluzišť. K objektu celého okruhu potřebují bruslaři přibližně čtvrt hodiny. Pobyt na kluzišti není časově omezen. Návštěvníkům jsou k dispozici stánky s teplými nealkoholickými nápoji a fastfoody. K bezpečnostním opatřením patří také povinnost nosit rukavice a roušky a nařízení ohledně rozestupů u občerstvení. Návštěvníci musí při vstupu projít speciálním rámem, který každému změří teplotu a vydezinfikuje oděv. 2x AP

Číslo dne

52,1

Covid-19 zafungoval. O tolik procent méně zákazníků než loni přišlo do kamenných obchodů v USA během letošní slevové akce Černý pátek – Black Friday. Tržby na internetu ve stejný den naopak stouply o 21,6 procenta a byly opět rekordní. Zákazníci takto zakoupili zboží v hodnotě devíti miliard dolarů (197 miliard korun).

INZERCE

**KOUPÍM PAROŽI, TROFEJE I CELÉ SBÍRKY.**  
Výkup vojenských věcí – military  
Tel.: 776 192 242  
vykupparozi@zau@gmail.com

# Stáří mostů trápí Brity

**Dlouhé objíždky i spory o financování oprav, to jsou hlavní problémy historických dopravních staveb.**

Oprava britských mostů z dob královny Viktorie, mnohdy nevhodných pro dopravu v 21. století, se stává opravdovým oříškem. Jejich uživatelé jsou totiž často našťvaní a panují spory o to, kdo opravy uhradí.

V předvolební kampani se Boris Johnson zavázal, že za-

**Strach z objíždky**

Charlotte Harmanová je 92 let a v Barnes bydlí od roku 1963.

- Nyní si dělá starosti, jak dlouho by ji sanitka vezla do nemocnice Charing Cross za řekou. Jednou už jela déle než hodinu. „Co by se stalo, kdyby se mi teď něco přihodilo?“ přemýšlí s obavami.

hájí revoluci v infrastruktuře. Slib ale narazil na složitou realitu a oprava mostu v Hammersmithu na jihozápadě Londýna proměnila každo-

denní život tisíců obyvatel města v noční můru.

Z domu v londýnské čtvrti Barnes vidí 46letý Toby Gordon-Smith řeku Temži. Jeho hlavní problém jako člověka na invalidním vozíku je v tom, že se nemá jak dostat na opačný břeh. Starý most v Hammersmithu na předměstí Londýna se otevřel před 133 lety. Letos v srpnu se uzavřel pro cyklisty a pěší, pro auta už o rok a půl dříve. Most byl konstruován jen pro povozy tažené koňmi a v litinové konstrukci jsou trhliny.

Způsobené obtíže jsou podle Tobyho Gordona-Smitha pro všechny obyvatele na jih od řeky hluboce frustrující.

„Na cestu do kanceláře teď potřebuji 45 minut, někdy i dvě hodiny, zatímco dřív stačilo deset minut,“ vysvětlil Gordon-Smith.

Hammersmith je jen jedním v řadě. Profesor John Kelsey z University College London a celá země spolu s ním si kladou otázku, jak obnovit a přizpůsobit potřebám 21. století stárnoucí dopravní stavby. Již tak vzdálené datum otevření opraveného mostu v Hammersmithu, plánované na rok 2027, by se ještě mohlo protáhnout kvůli kompetencím. O rozpočtu na opravu za 160 milionů liber (4,7 miliardy korun) rozhoduje sedm orgánů. ČTK a MET

fytofontana

**VIRO STOP**

## VIROSTOP ústní sprej

Přírodní síla cistu krétského a dalších léčivých rostlin.

- Vytváří ochranný film na sliznici nosohltanu, a tím fyzicky brání průniku virů a bakterií do buněk.
- Laboratorní testy prokázaly vysokou míru ochrany před koronavirem SARS-CoV-2.\*
- Posiluje imunitní systém.
- Má čisté přírodní složení.



\* Studii účinků extraktů cistu krétského proti koronaviru SARS-CoV-2 in vitro provedl v roce 2020 tým virologa Dr. Istvána Jankovicse na Complex Medical Centre – Déli Klínice v Budapešti.

Upozornění: Zdravotnická pomůcka I. třídy je určena pro dospělé a děti od 6 let věku. Preventivně aplikujte 2x denně pět vstříků u dospělých a 2x denně dva vstříky u dětí. Kontaktujte svého lékaře v případě, že příznaky onemocnění trvají déle než 7 dnů, pokud se příznaky zhoršují nebo jsou provázeny horečkou a také v těhotenství a po dobu kojení.

# Dokonalý úklid? Ten bez námahy!

**Už vás unavuje nekonečna se zbavovat prachu, chlupů a dalších nečistot na podlaze?**

**Ríkáte si, kde se pořád bere další a další špína?**

Vdechnout vašemu domovu novou svěžest a pocit opravdové čistoty je někdy dřina. S velkou částí námahy vám může pomoci robotický vysavač. A jaký vybrat? Máme pro vás tip, který vás určitě potěší. Má totiž skvělý poměr ceny a výkonu, parádní výdrž a nenápadný vzhled.

Robotický vysavač Vileda VR 102 hravě obstará veškerou práci s očistou podlah za vás. Jeho hlavními přednostmi jsou zmíněný vysoký vý-

kon nebo výdrž baterie až 90 minut, která je dostačující i pro velké místnosti či funkce třífázového úklidu. Vysavač sám sbírá, zametá i vysává, disponuje 2 kartáči pro vymetání těžko přístupných míst a také speciálním tichým módem, díky kterému vás nebude rušit při práci.

Detekce předmětů se bude hodit do prostorů, kde je více nábytku. Robotický vysavač zde snadno proklíčkuje, pří-

padně automaticky změni směr úklidu. Navíc je vhodný pro všechny typy tvrdých podlah a koberce s krátkým vláknem.

Robotický vysavač Vileda VR 102 doporučujeme zakoupit v internetovém obchodě, kde ho najdete za 3090 Kč, což je opravdu úžasná cena za takto praktický přístroj. Zbavte se starostí s luxováním a užíjte si ušetřený čas po svém.



Robotický vysavač Vileda VR 102

2x MIRONET

## Pomalé PC? Máme řešení. Nový SSD disk

Stává se vám často, že se váš počítač potřebuje „zamyslet“, a to i při nenáročných úkolech? Trvá jeho zapínání věky? Problémy může vyřešit prosté vylepšení úložiště. Nejlepší cestou je rychlý SSD disk. Například SSD disk Apacer AS350 Panther. Ten dosahuje rychlostí sekvenčního čtení a zápisu 450 a 350 MB/s, což je oproti klasickým harddiskům zhruba 5x vyšší rychlost. Tento rozdíl pocítíte při každodenních činnostech, od bleskového startu přes rychlé kopírování souborů, kratší časy instalace až po celkově vylepšenou responzivitu systému. A váš starý harddisk vyhazovat nemusíte, poslouží jako úložiště pro soubory, u kterých rychlost načítání není nutností.

V internetovém obchodě Mironet pořídíte za pouhých 965 Kč Apacer AS350 Panther o velikosti 240 GB, který poslouží pro instalaci operačního systému, všech základních programů a i poté poskytnete dostatek prostoru pro filmy či staženou hudbu.

**MIRONET**

Pro rychlost,  
která vás nadchne



965,-

Apacer AS350 Panther  
bleskový interní SSD / kapacita 240 GB  
čtení a zápis 450/350 MB/s / formát 2.5"

[www.mironet.cz](http://www.mironet.cz)



Trápí vás pomalý počítač?

## Eko kanceláře jsou v kurzu: firmy hledají způsob, jak být odpovědnější

**V kancelářích velkých firem vznikají stovky tun zbytečného odpadu ročně. Zaměstnavatelé proto hledají, jak motivovat zaměstnance k odpovědnějšímu chování. I drobné změny mohou znamenat velké plus pro přírodu.**

Průměrný kancelářský pracovník za rok v práci vytiskne 10 000 listů papíru. Přitom 45 % vytištěných materiálů ještě týž den vyhodí do koše, téměř třetinu všech vytištěných dokumentů si dokonce nikdo z tiskárny nevyzvedne. Dalším bolavým místem jsou plasty: v průměru na jednoho administrativního zaměstnance připadá 156 plastových lahví ročně. Tam, kde jsou k dispozici automaty na kávu, pak ještě 500 plastových kelímků navrch. Firmy tak vyhazují desítky až stovky zbytečných tun odpadů ročně. Čím dál více firem proto v rámci ekologizace a snižování dopadů na životní prostředí zavádí nejrůznější opatření zaměřená na cirkulární ekonomiku.

Ta je založena na principech předcházení vzniku odpadů, opětovném využívání výrobků nebo jejich recyklaci. V angličtině se pro ně vžilá zkratka 3R (reduce, reuse, recycle). Firmy jich mohou docílit i prostřednictvím poměrně jednoduchých kroků. Společnost ČEZ Prodej už například několik let nabízí odběratelům energií přechod z papírového na elektronické vyúčtování. „Přechod na elektronickou fakturaci je součástí celé naší strategie digitalizace v rámci ČEZ Prodej. Sami zákazníci tuto naši ekologickou aktivitu přivítali a letos chceme opět zvýšit počet klientů fakturujících elektronicky o několik desítek tisíc,“ říká generální ředitel ČEZ Prodej Tomáš Kadlec.



Na ekologičtější variantu již přešlo zhruba 360 000 klientů, což představuje každoroční úsporu více než 10 tun papíru neboli záchranu 247 vzrostlých stromů. Jedno průměrné vyúčtování totiž čítá až pět listů, další papír se spoří na obálkách. Významná je i úspora skleníkových plynů: díky elektronickému vyúčtování se do ovzduší vypustí 92,5 tuny CO<sub>2</sub>.

V kancelářích společnosti ČEZ jsou například všechny tiskárny automaticky nastavené na oboustranný tisk a využívají recyklovaný papír. K dispozici jsou zaměstnancům také sběrné nádoby na papír, který se následně předává k opětovné recyklaci.

### Plasty pryč

Také plasty mohou zaměstnanci ČEZ třídít do speciálních nádob. Jen ve třech kancelářských budovách v Praze se za loňský rok vytrídilo 9 tun plastových obalů. „Jenže i na odvoz, recyklaci a další zpracování odpadů se spotřebuje spousta energie a surovin. Jednodušším a efektivnějším

řešením je proto odpady vůbec nevytvářet,“ říká členka představenstva a lídr udržitelného rozvoje ve Skupině ČEZ Michaela Chaloupková. I proto letos v září přistoupila společnost ve svých kancelářích k vyřazení nápojů v jednorázových plastových lahvích.

Místo toho přešla na skleněné karafy a filtrační konvice. Díky těmto opatřením se předejde vzniku více než 1,5 tuny plastových obalů ročně, což odpovídá plně naloženým 32 žlutým kontejnerům o objemu 120 litrů.

### Pro jednoho odpad, pro druhého cenná surovina

Důležitou roli v oběhovém hospodářství hraje také společnost ČEZ Energetické produkty, která se specializuje na zpracovávání, využívání a prodej vedlejších energetických produktů. Tedy těch, které vznikají při výrobě, ale energetici pro ně nemají další využití. Příkladem je energosádrovec: jemný bílý prášek, který vzniká jako vedlejší produkt při odsíření uhelných elektráren. Ve stavebnictví se jedná o velmi cennou surovinu, ze které se vyrábějí například sádrokartonové desky.

Loni prodala společnost ČEZ Energetické produkty více než 440 tisíc tun energosádrovce, což představuje oproti roku 2018 nárůst o téměř 20 000 tun. „Jedna tuna energosádrovce ušetří oproti těžnému přírodnímu sádrovcovi zhruba 0,4 tuny CO<sub>2</sub>. Loni jsme tak prodejem syntetického sádrovce přispěli k úspoře 176 000 tun CO<sub>2</sub>. Jedná se sice o úsporu na straně cementáren a chemického průmyslu, ale vnímáme to komplexně jako příspěvek České republiky ke zlepšení celosvětového klimatu,“ vysvětluje Pavel Donát z ČEZ Energetické produkty.

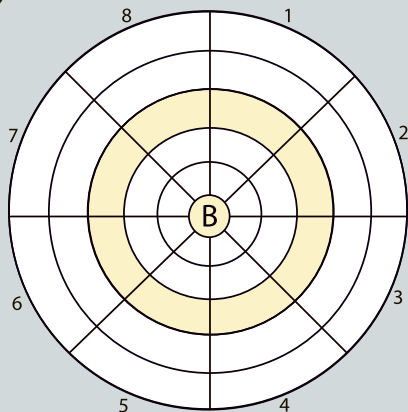
**Sudoku**

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

**Luštěnka**

Výrazy vpisujte od středového písmene B ke kraji kruhu. Tajenka je od čísla 1.













- malý blok
- opak „chudý“
- báseň Petr ?
- vylepšený kompas
- opatřovat barvou
- žluté ovoce (mn. č.)
- autor básní
- větší poštovní zásilky



**INZERCE**

**Týdenní horoskop**

30. 11. – 6. 12. 2020

 <b>BERAN</b> Máme za sebou všichni nelehké období, které zanechává negativní stopy. Začínáte si však vážít i drobnosti, které vám život nabízí.	<b>21. 3. – 20. 4.</b>	 <b>VÁHY</b> Saturn vám v životě neudělá tento týden příliš dobrého. Jeho výrazné působení zapříčiní stres v zaměstnání, ale i osobním životě.	<b>23. 9. – 23. 10.</b>
 <b>BÝK</b> Konečně se blíží čas Vánoc a vy si chcete adventní čas užít naplno a nemyslet na ty špatné věci. To ostatně není ani váš styl.	<b>21. 4. – 21. 5.</b>	 <b>ŠTÍR</b> Máte tento týden naprosto perfektní nápady, které vedení firmy určitě ocení. Nebojte se jít s kůží na trh a to je na vás atraktivní.	<b>24. 10. – 22. 11.</b>
 <b>BLÍŽENCI</b> Úplněk v Blížencích varuje před některými zdravotními neduhy. Přizemní mrazíky i nedostatek sluníčka si začínají vybírat svou daň.	<b>22. 5. – 21. 6.</b>	 <b>STŘELEC</b> Některé finanční záležitosti vám dopadnou na výbornou. Planety jsou vám v této oblasti hvězdně nakloněny a vy se nemusíte obávat.	<b>23. 11. – 21. 12.</b>
 <b>RAK</b> Poslední rok jste, co se týče společenského života, žili velmi skromně. Začíná vám chybět divoký frmol, který má občas rád každý.	<b>22. 6. – 22. 7.</b>	 <b>KOZOROH</b> Tento týden se vám podaří něco výjimečného. Již delší dobu se snažíte být v něčem dobří a svou veškerou sílu věnujete jedním směrem.	<b>22. 12. – 20. 1.</b>
 <b>LEV</b> Venuše je v nepříliš dobré pozici s vašim znamením a nebude přát osobním vztahům. Máte momentálně na výběr protějšků celkem pech.	<b>23. 7. – 22. 8.</b>	 <b>VODNÁŘ</b> V práci houstne atmosféra a vy máte zlost na některé kolegy. Zbytečně rozšiřují drby, v práci se flákají a vy za ně doděláváte resty.	<b>21. 1. – 20. 2.</b>
 <b>PANNA</b> I přesto, že máte za sebou nelehkou dobu plnou stresu, i vy umíte nalézt ve svém životě světlo. Radujte se z blížících se Vánoc.	<b>23. 8. – 22. 9.</b>	 <b>RYBY</b> Snáší se na vás plodná a optimistická období. Venuše je v jedinečném trigonu s Merkurem a přináší vám do života lásku a harmonii.	<b>21. 2. – 20. 3.</b>

**PRECIZNÍ VĚŠTBA!**

Láska – peníze – budoucnost  
Rychlé a jasné odpovědi zkušené kartáčky!

Pošlete mi SMS ve tvaru 24NRN a svoji otázku na číslo 904 30 55 nebo volejte na 906 70 30 35






**ČTENÍ Z TAROTU**

Kde najdete svou OSUDOVOU LÁSKU?

Volejte na 906 70 30 35 nebo mi pošlete SMS ve tvaru 34FCL a svůj dotaz na číslo 904 30 55

Tuto službu poskytuje: E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 5, 110 05, technicky zajišťuje Materna, 1 sms/55 Kč vč. DPH, 1 min/70 Kč vč. DPH, max. délka hovoru 17 minut, www.ema.bz, www.platmobilem.cz

**Počasí**

<b>DNES</b>  0/4 °C	<b>ZÍTRA</b>  -2/2 °C	<b>STŘEDA</b>  -2/2 °C	<b>ČTVRTEK</b>  -2/2 °C	<b>PÁTEK</b>  -1/3 °C
--	---	---	--	--

Teplotní rekordy: ↓ -10,5 °C (1827) ↑ 15,9 °C (1885) Bio: ❤️❤️❤️

**TV tipy**

<p><b>ČT1</b></p> <p>15.55 To je vražda, napsala IX 16.40 Cestománie 17.15 AZ-kvíz 17.40 Černé ovce 18.00 Události v regionech 18.25 Kde domov můj? 19.00 Události 19.56 Branky, body, vteřiny 20.10 Labyrint II (5/7) 21.10 Reportéři ČT 21.50 Já, Mattoni 22.45 Na stopě 23.15 Kriminální 00.15 AZ-kvíz 00.45 Banánové rybičky 01.20 Z metropole, Týden v regionech 01.45 Kalendárium 02.05 Dobré ráno</p>	<p><b>ČT2</b></p> <p>15.55 Poslední nomádi moře 16.45 Dobrodružství vědy a techniky 17.15 Letecké katastrofy: Únos nad Indickým oceánem 18.10 Křížem krázem Izraelem 18.35 Labyrint světa a ráj srdce 18.45 Večerníček 18.55 Uchem jehly 19.25 Mizějící místa domova 19.40 Postřehy odjinud 19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce 20.00 Vzestup civilizace II 21.00 Vynálezy, které změnilý svět 22.00 Traffic – Nadvláda gangů 00.25 Zabit Reagana 02.00 Queer: Básníci odnaproti 02.30 Rasismus naruby</p>	<p><b>Nova</b></p> <p>15.55 Mentalista II (19) 17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny 17.30 Co na to Češi 18.25 Ulice (3946) 19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí 20.20 Specialisté (108) V přímém přenosu. Krimiseriál (ČR, 2020) 21.20 Specialisté (1) Útěk podle jízdního řádu. Krimiseriál (ČR, 2017) 22.20 Whiskey Cavalier (2) 23.15 Mentalista II (18) 00.05 Mentalista II (19) 01.00 Castle na zabít III (24) 01.40 Krok za krokem VII (6) 04.45 Novashopping</p>	<p><b>Prima</b></p> <p>16.25 Policie v akci 17.25 Krimí zprávy 17.50 Prostřeno! 18.55 HLAVNÍ ZPRÁVY 19.40 Sport 19.55 SHOWTIME 20.15 Sestřičky (28) Dilema doktora Hofbauera. Seriál (ČR, 2020) 21.35 Milionář mezi námi 22.55 Hudson a Rex II (6) Kulka ve vodě. Krimiseriál (Kan., 2019) 23.50 Policie v akci 00.50 Námořní vyšetřovací služba IX (7) 01.45 Walker, Texas Ranger IV (8) 02.45 Jake a Tlustoch IV (19)</p>	<p><b>Óčko</b></p> <p>06.00 Ranní fresh 09.00 Zpátečka 10.00 MAMA KYDY 10.20 Óčko hity 11.00 Zažeň nudu 11.05 Óčko hity 13.00 Zažeň nudu 13.05 Óčko trendy 14.30 TOP 3 YouTube Chart 14.50 Óčko trendy 15.00 Mixxxr Live 17.00 Óčko hity 17.30 Zažeň nudu 17.35 Óčko hity 19.00 Moje desítka 19.50 Óčko hity 21.00 CZ &amp; SK 22.00 Naked Attraction 22.30 Óčko flirt</p>
--	--	---	---	--

## PETR KUKAL

OKRESNÍ BÁSNÍK



### Sloupek

# ŽALUJI A PIZZA

Vztah mezi sloupkařem a redaktorem je křehký jako vztah mezi zetěm a tchyní půl roku po svatbě. Taková ta oboustranná lehce přetažená vstřícnost, plná ostráživosti. Po čase ovšem začnou i tihle dva svůj vztah vyvažovat a normalizovat. Sloupkař jednou pošle text až ve dvě, ačkoli deadline je ve dvanáct, a redaktor odsouhlasí grafikovi, že může spojit dva odstavce do jednoho, když se mu sloupek do zrcadla ne a ne vejít. Nebo pět. Autor s redaktorem si to pak vysvětlí v mailu přetékačím smajlíky.

Další fází je, že autor to začne posílat o den později a redaktor se k textu postaví jako k surovině pro výrobu sloupku. První příjdu na řadu nadpisy. Nejprve mě to jítřilo, ale postupně jsem si zvykl. Dva sloupky, kde byla změna zvláště nápadná, si

### Citát

**Dva sloupky, kde byla změna zvláště nápadná, si přesto pamatuju.**

přesto pamatuju. Ten, který jsem odevzdával pod názvem „Národní hernička“, vyšel jako „Pizza a jezuité“ a text nazvaný „Distanční výuka“ se v tisku objevil jako „Zoom a pizza“. Sponzorská smlouva s pizzerií zjevně

není jen nějaký kus papíru. Čistě pro jistotu dodávám, že tenhle sloupek se jmenuje „Žaluji!“, aby zas nedošlo k nedorozumění. Kolega Zola promine.

Někdy to ale úpravou nadpisu neskočí, neboť je potřeba sloupek zkrátit. Nejsnazší cestou je vypustit některou větu, což při malé soudržnosti mých textů není velký problém: V zásadě to může být kterákoli náhodně zvolená, aniž by to smyslu příliš ublížilo. Jen zcela vzácně se stane, že smysl jedné věty je odvoditelný pouze z té následující, zejména v souvětí. Je pak samozřejmě trochu nešťastné. Přes takhle drobná škádlení se ale mají autor s redaktorem upřímně rádi a nikdy by si nedělali žádné naschvály. Slyšíte, Marku, Iveto, Šimone? Nikdy!

### Anketa

**f Jaké cukroví máte nejradši?**



**Marcela Sochová**  
Vanilkové rohlíčky, jak je dělávala babička a mamka.



**Jana Skůpová**  
Linecké, nic jiného by nemuselo být.



**Monika Štefániková**  
Slepované, vosí hnízda a perníčky.

## @mojemetro



Tenhle Šemík doskočil až do Podolí, do kavárny @NovaHra. Koník si nakročil na piedestal a za svým oplechovaným hřbetem nechal čnít výstavu obrazů Jiřího Štátného. Více vám řeknou tagy #painting #art #artist #jiristastny #prague #praha #umění #obrazymalatrana #obraz #artforsale.

# #METROTAG

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

### Dopisy a vzkazy

#### Roušky v metru

Zejména od politiků v poslední době stále slyšíme, jak jsou lidé zodpovědní a nosí roušky za účelem omezení šíření koronaviru. Oni politici ale asi necestují MHD, neboť například v pražském metru tomu tak není. Metrem jezdím několikrát denně na všech linkách a vždy napočítám nejméně dvacet lidí, kteří mají roušku pod nosem jen přes ústa, takže je to, jako by ji vůbec neměli. Po upozornění si ji správně nasadí ani ne polovina z nich, z ostatních někteří reagují i vulgárně a člověk má obavy, aby jimi nebyl napaden. A ostatní cestující jen sledují, nepřidají se a mlčí. Kontrolu policí jsem ve vagonech metra ani na nástupištích ještě nezaregistroval, o udělení finančních postihů ani nemluvě. Avšak extrémem jsou cestující úplně bez roušky. Bohudík je jich minimum, ale jsou. Prostě bude-li takováto nekázeň trvat, budeme s koronavirem bojovat nepřetržitě.

DUŠAN BRABEC, PRAHA 4

[dopisy@metro.cz](mailto:dopisy@metro.cz),  
[www.facebook.com/denikmetro](https://www.facebook.com/denikmetro)

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

### Řešení sudoku

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

### Řešení luštěnky

ČAROVÁNÍ

### Komiks



# angličtina

## ANGLICKÝ JAZYK ČINNOSTNĚ - MNOŽNÉ ČÍSLO

V dnešním díle si procvičíme pomocí činnostního učení angličtiny množné číslo.

Použijeme tato slovíčka: **a toy** [ə toj] hračka; **a car** [ə k(h)a:r] auto; **a doll** [ə dol] panenka; **a horse** [ə ho:(r)s] koníček; **a ball** [ə bo:l] míč; **have** [hæv] mám, **like** [lajk] mám rád(a), líbí se mi.

**Množné číslo se tvoří pomocí koncovky:**

čteme [z], [s], [iz]: **toys, cars, dolls, horses, balls.**

1. Rozstříhejte kartičky. Vedte děti, ať skládají z kartiček věty s jednotným číslem.

I have a car. I like the car. Atp.

2. Děti položí na stůl více stejných obrázků/hraček (např. 2 autíčka), vyberou správnou kartičku se slovíčkem, a přiloží k němu modré písmeno „s“ (pro ně s nezvyklou koncovkou).

A řeknou podstatné jméno v množném čísle: „cars“.

3. Děti nechte z kartiček skládat a říkat věty s množným číslem. I have dolls – Já mám panenky.

I have the dolls – Já mám tyto panenky. Atp.

**Poznámka:** Neurčitý člen se používá vždy před všemi podstatnými jmény v jednotném čísle, pokud jde o jednu nespécifikovanou věc. Člen neurčitý píšeme „a“. Vyslovujeme [ə]. V množném čísle člen neurčitý není. Člen neurčitý znamená „jeden“.

Když víme, o čem mluvíme, je před podstatnými jmény člen určitý. Člen určitý píšeme the a vyslovujeme [ð]. V množném čísle se člen určitý používá, když mluvíme o konkrétních věcech. I like the dogs – Mám rád(a) ty psy. Líbí se mi ti psi.

I	have	like	a	S
the	car	doll	horse	ball



Kartičky před vystřížením podlepte tvrdým papírem.

Pomůcku a návod poskytl [www.tvorivaskola.cz](http://www.tvorivaskola.cz)

**JUTTY** ● ● ●  
**GROUP S.R.O.**



**GRAFICKÉ STUDIO • MALONÁKLADOVÝ TISK  
VELKOFORMÁTOVÝ TISK • OFSETOVÝ TISK  
REKLAMNÍ PŘEDMĚTY**

Na Příkopě 17, 110 00 Praha 1

[www.jutty.cz](http://www.jutty.cz)

## Čech opět zastřílel bezchybně

Biatlonista Ondřej Moravec střílel i ve druhém závodu sezony bezchybně a ve sprintu Světového poháru v Kontiolahti včera skončil desátý. Všechny deset terčů zasáhl i Michal Krčmář, který obsadil 16. místo. První vítězství v sezoně si připsal favorizovaný Nor Johannes Thingnes Bø. V sobotním vytrvalostním závodu Moravec sestřelil dvacet terčů a skončil pátý. To českým biatlonistkám se ve sprintu Světového poháru nedařilo, Markéta Davidová skončila na 37. místě. Zvítězila Švédka Hanna Öbergová.

AP



Číslo dne

19

Eliška Adamovská vybojovala na závěr mistrovství Evropy ve sportovním lezení v Moskvě bronz v olympijské kombinaci. Devatenáctiletá havířovská rodačka navázala na střednění zisk stříbra v lezení na obtížnost. Adamovská vyhrála v kombinaci páteční kvalifikaci a sobotní osmičlenné finále zahájila osmým místem v lezení na rychlost. Do hry o medaile se čtvrtá dívka loňského juniorského MS posunula čtvrtým místem v boulderingu. V závěrečném lezení na obtížnost byla druhá, poté co jako jediná spolu s Viktorií Meškovovou dosáhla až na vrchol cesty, ale v horším čase. Ruska Meškovová získala v domácím prostředí druhé zlato.

# Sportování s rouškou. Haly a posilovny otevřou ve čtvrtek

**Hnilička chce ještě omezení probrat s Blatným.**

Od čtvrtka se uvolňují pravidla pro amatérské i profesionální sportovce. Profesionální soutěže sice budou bez zvláštního režimu, ale diváci se do ochozů nevrátí. Hrát se

bude bez diváků do chvíle, kdy vláda rozhodne o přechodu systému PES do druhého stupně. I pak ale bude počet diváků omezen. Stát se tak podle ministra zdravotnictví Jana Blatného může nejdříve za dva týdny, možná ještě později. Uvedl to na včerejší tiskové konferenci po mimořádném jednání vlády.

V případě amatérského sportování budou moci lidé

od čtvrtka využívat vnitřní sportoviště pro individuální sporty do deseti osob, venku spolu budou moci soutěžit dva týmy. Amatérští sportovci budou muset mít ve vnitřních prostorech na ústech roušky, testování profesionálové ne. „Právě hluboký výdech při sportovní aktivitě a další fyzické projevy lidského těla je potřeba regulovat stejně u všech. Nebylo by to

správně ani spravedlivé a epidemicky odůvodnitelné,“ uvedl Blatný.

Povinnost amatérských sportovců mít v halách roušky chce s Janem Blatným ještě projednat vedení Národní sportovní agentury. „Jsme rádi, že vláda rozhodla o otevření sportovišť včetně fitness center a bazénů. Je to velmi důležité pro zdraví a psychiku národa, neboť v součas-

né době už venkovnímu sportování počasí příliš nepřeje, a tudíž se budou moci lidé udržovat v kondici ve vnitřních sportovištích. Určitě ale bude předseda Milan Hnilička ještě vyjednávat ohledně nutnosti používání roušek při aktivním sportování, neboť tuto povinnost v řadě sportů vnímáme jako problematickou,“ uvedla Národní sportovní agentura. **ČTK**

## Liga. Plzeň klopýtá

Fotbalistům Plzně se nedaří. Jeden z aspirantů na titul v 9. ligovém kole jen remizoval bez brank v Českých Budějovicích a po čtvrté ztrátě v tomto ročníku nejvyšší soutěže pomalu ztrácí kontakt s čelem tabulky. Viktorija nedokázala odčinit minulou po-

rážku 0:1 ve Zlíně a na půdě dalšího outsidersa opět překvapivě neskórovala. Plzeňští potvrdili trápení na hřištích soupeřů, kde naplno bodovali v jediném z posledních sedmi ligových utkání. Budějovice naopak po předchozích dvou výhrách završi-

ly nečekaným bodem proti favoritovi povedený týden. Příbram po obratu porazila Mladou Boleslav 2:1 a jako poslední se dočkala premiérové výhry v sezoně. Slovácko porazilo Opavu 3:1, Zlín zvítězil v Karviné 2:0 a Pardubice remizovaly 1:1 s Olomoucí. **ČTK**

Krátce

### Jméno podle Maradony

Argentinská fotbalová liga se v sobotu znovu ozběhla s emocionálními vzpomínkovými ceremoniály na počest Diega Maradony. Legendárního hráče si v nejvyšší domácí soutěži, jež byla po stře-

dečním úmrtí mistra světa z roku 1986 přejmenována na Copa Diego Maradona (Pohár Diega Maradony), připomínali fotbalisté, trenéři i rozhodčí.

### Hrozivá nehoda

Velká cena Bahrajnu formule 1 byla krátce po startu přerušena kvůli hrozi-

vé nehodě Romaina Grosjeana. Vůz pilota Haasu po nárazu do bariéry explodoval, čtyřiatřicetiletý Francouz však podle prvních informací vyvázl bez vážnějších zranění a utrpěl pouze lehké popáleniny. Grosjeanův monopost se při nárazu rozpůlil a po explozi začal hořet. **ČTK**



### Tyson se vrátil do ringu

Exhibiční zápas někdejších mistrů světa v boxu, čtyřiapadesátiletého Mikea Tysona (vpravo) a o tři roky mladšího Royce Jonese, skončil remízou. Na závěr netradičního galavečera v Los Angeles absolvovali v prázdné hale Staples Center osm dvouminutových kol, po nichž rozhodčí vyhlásili nerozhodný výsledek.

AP