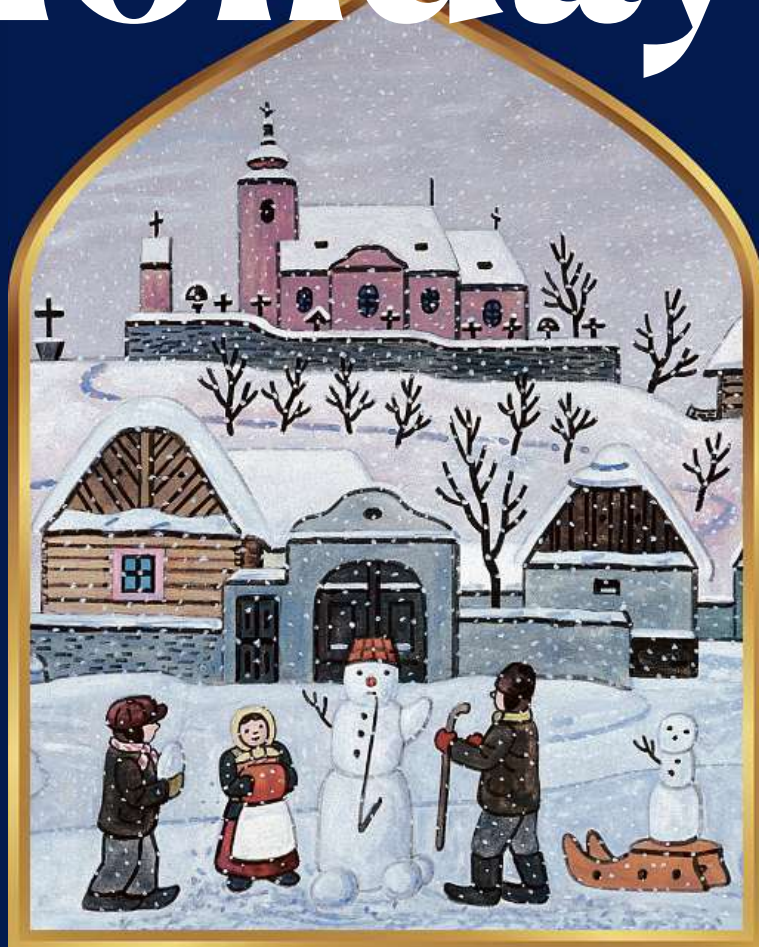


CHRISTMAS holidays

ČTVRTEK 30. LISTOPADU 2023 Č. 222 • WWW.METRO.CZ



LADOVSKÉ VÁNOCE

LADOVSKÁ VESNIČKA, KLUZIŠTĚ,
ADVENTNÍ VÍKENDY, MIKULÁŠ

METROP**LE**
ZLIČÍN

Auto-moto - poptávka

• Koupím jakékoli vozidlo (i veterána). Platím ihned. Tel.: 603328155.

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

Nemovitosti - poptávka

KOUPÍM CHATU

Hledám ke koupi chatu, chalupu do 50 km od Prahy. Stav nerozhoduje. Předem děkuji za nabídku. Tel.: 725 911 070

KOUPÍM DŮM NEBO POZEMEK

v Praze a okolí. Právní vady nevadí. Financování mám zajištěno. RK-nevolat. Tel.: 725 719 745

POPTÁVKA CHATA HORY

koupím chatu/chalupu nebo stavební pozemek na horách, či v dojezdové vzdálenosti do hor. Krkonoše, Krušné, Orlické, Jizerský, Šumava. Může být i Vysočina. Na stavu nezáleží, spíše na místě. Tel.: 773 117 381

Vyplatíme Vaše dluhy!

Vykoupíme Vaši nemovitost a nadále můžete v nemovitosti bydlet
737 352 730

• Koupím několik starších bytů na investici. Jsem přímý kupec a platím hotově. Byt si sám vyklidím a zrekonstruji. Děkuji za nabídky, Grygar 739641969

Hobby - poptávka

• Koupím staré vzduchovky a plynové pistole, vzduchové pistole, lovecké nože, dalekohledy, puškohledy. Slavia, CZ Zbrojovka a jiné. Tel. 608221020

Byty - poptávka

KOUPÍM BYT V PRAZE

jako investici pro děti, právní vady, dluhy nejsou překážkou. V bytě můžete dále bydlet. Platba ihned. Reální kancelář prosím nevolat. Tel.: 601 522 292

BYT/ DŮM POPTÁVKA

s přítelkyní hledáme ke koupi byt a rodinný dům v Lounech, případně v dojezdové vzdálenosti do Loun. V jakémkoli stavu. Děkuje za případnou nabídku. Tel. 731 117 381

• Koupím několik starších bytů na investici. Jsem přímý kupec a platím hotově. Byt si sám vyklidím a zrekonstruji. Děkuji za nabídky, Grygar 739641969

• Dobře zaplatím za Váš BYT, ve kterém můžete i dožít. Případné dluhy uhradím, záloha. Slušné jednání, právní servis. Děkuji J. Jurdová 725805115.

Oznámení

• Zve vás na křesťanskou přednášku ze série Archeologie potvrzuje biblický Nový zákon, tentokrát na téma ukřižování a vzkříšení Ježíše Krista. Přednáší univerzitní profesor historie z USA s překladem do češtiny. Čtvrtek 30.11. v 18 hod., KD Ládví, Burešova 2, vstup zdarma, info 724122088

Pronájmy - poptávka

• Hledám dlouhodobý pronájem bytu pro 2 os. Potřebujeme: dlouhodobě, dobré MHD, nábytek nerozhoduje, ale dobrý stav ano. RK nevolat. Tel. 605845088

• Hledám byt k dlouhodobému pronájmu v Praze s dobrým spojením MHD. Slušné a solidní jednání. Pouze od přímého majitele. RK nevolat. T. 608771545.

Služby - nabídka

• Masáže v centru: Dalibor - baňkování, rovnání kloubů, sportovní masáže. Jana - aroma masáže, obličej, bambusové metličky, psychologie. Tel: 777655041.

Práce - nabídka

• Pokladní za 165-178 Kč/hod - Praha a okolí, zaškolení, online rezervace směn, zálohy druhý den. Více na tel.: 222534534, www.creditczech.cz

• Pultový prodej lahůdek/dopek pečiva. NABÍZÍME 175 - 176,60 Kč/hod., online rezervaci směn s nástupem ihned. Tel.: 222534534, www.creditczech.cz

• Nabízíme 202,80 - 214,50 Kč/hod za víkendové vybalování a doplňování zboží. Online rezervace směn, denní zálohy, Praha + okolí. Tel: 222534534

• DENNÍ DOPLŇOVÁNÍ zboží o víkendů za 187 - 198 Kč/hod. Příspědek pro všechny, zálohy druhý den, nástup ihned. Tel: 222534534, www.creditczech.cz

• Hledám zdrav. sestru do ordinace pediatra v Praze 10, 3 x týdně na 3 hod. a 2x ročně na celý týden. ordinace@vorlickovap.cz, tel. 267311964, 723039421

• ZŠ Slovenská 27, Praha 2 přijme pomocnou sílu s praxí do školní jídelny, nástup ihned. Životopisy zašlete na e-mail: jidelnazs-slovenska.cz nebo volejte pí. Majerovou: 607862188

• Hledáme recepční do bytové rezidence na Praze 5, dlouhodobá spolupráce, AJ, práce na PC a zkušenosti nutné. CV na email: eliska.lopatova@irnerio.cz

• Město Čelákovice hledá vedoucího Odboru školství, informací a kultury MěÚ. Blíží informace na www.celakovice.cz

Přijmeme invalidní důchodce na pozici

RECEPCE A OSTRAHA

• mzda od 125 Kč/hod.
• náborový bonus 10.000 Kč, výplata denně

Tel.: 800 888 440 (bezplatná linka)
Pohovory jsou každý pracovní den od 8.00 do 12.00 hodin na adrese: Ocelářská 21, Praha 9 (Metro B - Českomoravská)



PRACUJTE V BRANŽI BEZPEČNOSTI A OSTRAHY

VOLEJTE ZDARMA 800 108 111
nabor@abasco.cz

Chcete sřezit hodnoty jako **STRÁŽNÝ**?
Mít pevnou pozici jako **RECEPČNÍ**?
Nebo hlídat zboží v **OBCHODECH**?
A můžete být klidně i **VEDOUČÍ**!

Dáme Vám **služební oblečení**.
Do práce to můžete mít **blízko** nebo Vás rovnou **ubytujeme**.
A taky Vám dáme **zálohu na mzdu**.



PRACUJTE V BRANŽI BEZPEČNOSTI A OSTRAHY

VOLEJTE ZDARMA 800 108 111
nabor@abasco.cz

Chcete sřezit hodnoty jako **STRÁŽNÝ**?
Mít pevnou pozici jako **RECEPČNÍ**?
Nebo hlídat zboží v **OBCHODECH**?
A můžete být klidně i **VEDOUČÍ**!

Dáme Vám **služební oblečení**.
Do práce to můžete mít **blízko** nebo Vás rovnou **ubytujeme**.
A taky Vám dáme **zálohu na mzdu**.



• Bezpečnostní agentura přijme strážné. Výdělek dle odsouzených směn, prům. 27 000 Kč. Možnost ubyt. a záloh. Požadujeme čistý RT. Tel. 702005903.

• Přijmeme paní(pána) na úklid pensionu. Práce na dva dny v týdnu, 200 Kč na hodinu. Praha 8, Kobylisy, Metro - C. Tel.: 603886044.

• 5* hotel v centru Přijme: pomocnou sílu do kuchyně, snídaní kuchařku/kuchaře, snídaní servírku. Tel.: 735150106

• Údržba zeleně - Hledáme nového kolegu do týmu provádějící údržbu zeleně a městského mobiliáře, tj. sekání trávy, prořezávání, likvidace plevelu, údržba vybavení parků atd. V zimním období úklid sněhu (vč. pohotovosti, víkend, noc atp.). Požadujeme zkušenost s údržbou zeleně, znalosti v oboru a flexibilitu. Řidičský průkaz sk. B podmínkou. Práce na DOPP, nebo ŽL, v případě spokojenosti i na HPP. Mzda 150 Kč/hod. čistého. V případě spokojenosti benefity. Pracoviště Praha 5 - Radotín. Tel.: 775677833.

• Restaurace v centru Prahy přijme pomocnou sílu do kuchyně. Úklid a mytí černého nádobí. Prac. doba krátký/dlouhý týden. Nástup možný ihned. 776333877

• Restaurant v centru Prahy přijme číšníky/servírky na HPP nebo brigádu. Nástup možný ihned. Volejte prosím tel. 776333877

• Výpomoc na prodejně - ÚVALY. Nabízíme až 185,90 Kč/hod + bonus, různé pozice a směny, zaškolení, zálohy, dlouhodobou spolupráci. Tel.: 222534534

• Výplata ihned po směně! Vykládka balíků, svaz z Opatova nebo Bořislavky zdarma. Mzda 120 Kč čist./hod. Noční směny Ne-Pá v rozmezí 15-06 (směny jsou dlouhé 9-12 hodin dle operativy). Lze volit směny v týdnu. Práce pro fyzicky zdatné muže +18 let. Pokud máte zájem volejte Pavlu 727903706, wellpack.cz

Starožitnosti

VYKOUPIME KNIHY

zaplatíme á **2000,- Kč** za každou banánovou krabici knih, které od Vás koupíme.

Bibliofilie a cenné knihy oceníme každou zvlášť.

Telefon: **773 735 939**

• Koupím hodiny a obrazy v jakémkoli stavu. Jsem sběratel, ne překupník. Slušné jednání. Platím hotově. Tel. 6 0 2 6 5 4 6 1 3 , alex.kratochvil@volny.cz

• STAROŽITNÍK koupí: obrazy, grafiku, knihy, hodinky, šperky, mince a bankovky, sklo, porcelán, sochy,. Děkuji Dyn. Tel. 702401621

• Sběratel koupí staré perské koberce, obrazy a starožitný nábytek, porcelán, sklo a staré pohledy. Tel.: 602218721

• KOUPÍM OBRAZY - krajinky, portréty atd. v jakémkoli stavu a jiné starožitnosti. Kontakt: manvel4@seznam.cz, tel. 721235964

Knihy a časopisy

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@antikvariety.cz

Nemovitosti - nabídka

JURIS REAL

Nabízíme přímý výkup nemovitostí

Vyřešíme právní vady, dluhy a exekuce. V případě zprostředkování prodeje nabízíme možnost okamžité výplaty zálohy.

800 22 33 88

prodejtojinak.cz

NAŠI MILÍ ČTENÁŘI, PROSÍME, DO KOŠE NEPATŘÍME!



KNIHY!

Koupím knihy novější i starší + starožitný a retro nábytek do stylové čítárny - křesla, židle, stolky, lampy, obrazy, knihovny aj.
T. 603 478 873

Vánoce na Mariánském

Zažijte sváteční atmosféru a pomozte dobré věci

1. 12. 2023 – 6. 1. 2024
Mariánské náměstí, Praha 1

vanoce.praha.eu

moje marianske

PRAHA

PRAHA

PRAHA

PRAHA

čtvrtek 30. listopadu 2023 / č. 222

PRAHA  denikmetro



Naladte se na svátky!

Uvnitř najdete TV Guide, kde je kromě zajímavého čtení také vánoční televizní program.



Trhy

uctí

Popelku



Vánoční trhy na Staroměstském náměstí připomenou **50 let** od natočení pohádky Tři oříšky pro Popelku **zdobením i hudbou Karla Svobody při rozsvěcení stromu.** STRANA 4

MIN. -50%

NA VYBRANÉ PARFÉMY





Vánoční inspirace

Drogerie plná objevů

www.tetadrogerie.cz

Akce platí do 28. 12. 2023 nebo do vyprodání zásob.

Česku chybějí učitelé. Hrozí zánik předmětů?

Nedostatek pedagogů mává s tuzemským školstvím. Roli hrají platové podmínky i vysoký věk učitelů.

Přes 150 tisíc pedagogů působí na českých školách. Zdá se to jako poměrně slušné číslo, podle odhadů odborníků jich ale školství postrádá dalších šest tisíc. Nejvíce chybí pedagogové odborného výcviku a odborných předmětů. „Nedostatek učitelů je dlouhodobý problém, na naší škole bychom momentálně potřebovali asi pět učitelů. Zásadní je hlavně absence vyučujících odborných předmětů se stavebním a dřevozpracujícím zaměřením. Chybí také například učitelé do svářečské školy, ale ani ostatní řemeslné učební obory na tom nejsou lépe,“ popisuje ředitel Střední odborné školy Jarov Miloš Janěček. Mistry do dílen a učitele odborných předmětů hledají školy měsíce.

Najít učitele je obtížný úkol

Nejen u řemesla, ale také v oboru IT školy zaznamenávají deficit. „Sehnat učitele programování je velice obtížný úkol. V současné době máme sice obsazené všechny učitelské pozice, ale do budoucna to bude čím dál složitější. Ve školství chybí mnoho pedagogů s aprobací matematika, fyzika nebo informatika. Na pedagogických fakul-

tách studuje v těchto oborech málo lidí a zároveň někteří po absolvování vysoké školy ani před žáky nenastoupí nebo po krátké době odejdou,“ konstatuje ředitel Soukromé střední školy výpočetní techniky Martin Vodička.

Problémem nedostatku učitelů je kromě nízkého zájmu o studium pedagogiky také vysoký věk vyučujících. Podle poslední vydané zprávy ministerstva školství z roku 2019 byl průměrný věk pedagogů v Česku přes 47 let.

Generace Z nestihá

Právě vlivem narůstajícího věku pedagogů mladá generace nestíhá nahradit ty, kteří odcházejí do důchodu. „Absolventi pedagogických fakult mají skvělé všeobecné vzdělání a bez problémů se velice dobře uplatní mimo školství za lepších podmínek, zejména těch platových,“ podotýká Janěček.

Právě platové podmínky jsou jedním z hlavních důvodů, proč se mladí za katedru nehrnou. „Pokud srovnáme platy učitelů a ICT odborníků, zjistíme, že rozdíly jsou zásadní. Průměrná hrubá mzda učitele v regionálním školství činí necelých 47 tisíc korun měsíčně. Manažeři, inženýři a specialisté v ICT pobírají kolem 78 tisíc, avšak řídicí pracovníci si přijdou až na 120 tisíc,“ komentuje ředitel Vodička. „Plat mistra u stavebních oborů může dosáhnout při nejvyšší praxi maximálně 40 tisíc korun měsíčně,“ doplňuje Miloš Janěček. Ministerstvo školství ne-



Hlavním motivátorem dětí ve vzdělávání však stále zůstává pedagog, a to i v případě mimoškolních projektů. PROFIMEDIA

předpokládá, že by mělo dojít k rušení některých předmětů či oborů z důvodu nedostatku učitelů.

Ředitelé škol ale mají opačný názor. „Pokud nedojde k výrazné změně, zejména v platových podmínkách pedagogů, je hrozba toho, že nebude mít v budoucnu některé předměty kdo učit, naprosto reálná. Jde zejména o odborné předměty a zcela jistě o odborný výcvik u stavebních řemesel. Zánikem z důvodu nedostatku pedagogů je ohroženo i několik dalších předmětů jako například matematika, fyzika, informatika a jiné specializované obory,“ míní Janěček.

Jak z toho ven?

Podle něj je primárně nutné zlepšit pedagogům platové podmínky. „Nové pracovníky do školství může nalákat pouze odpovídající finanční ohodnocení. Problém je, že se u nás stále mluví o tom, jak se učitelům zvyšuje finanční ohodnocení, ale ve skutečnosti jsou učitelé hluboko pod průměrem vysokoškolsky vzdělaných pracovníků. Platy rozhodně neodpovídají vysoké míře odpovědnosti a náročným pracovním podmínkám práce s mladou generací,“ uzavírá ředitel Janěček.

Žáci v historickém minimu

I přestože je zájem o střední školy momentálně obrovský, podle statistik jsou počty studentů technických oborů na historickém minimu.

V roce 2001 tvořili čtvrtinu všech vysokoškoláků, nyní je to jen 12 procent. Nejenže mladá generace chybí na pe-

dagogických židlích ve školách, zároveň je jí také málo ve firmách na technických pozicích. Samy firmy se tak snaží zájem zvýšit už na středních školách, a to partnerstvím se školami, nabídkami stáží nebo iniciací vlastních rozvojových programů.

Nedostatečné investice

Nedostatek pracovníků v technické oblasti trápí celou Evropu, a Česko obzvlášť. Počet studentů technických oborů na vysokých školách se propadl z 51,5 tisíce v roce 2001 na nyníjších 37 tisíc, což je nejméně v historii, a dál klesá.

Studentů přírodních věd sice díky těm zahraničním přibývá, stále ale jde o podprůměr evropských zemí. Lehce nadprůměrných výsledků v rámci EU dosahuje Česko v počtu studentů ICT oborů, kterých je 23,5 tisíce a tvoří téměř osmiprocentní podíl mezi všemi vysokoškoláky.

„Zájem o tyto obory se tvoří už na primárním a sekundárním stupni vzdělávání, avšak bez dostatečných investic do vybavení škol a rozsáhlejší praktické výuky to nepůjde. Žáci mají ve školách jednotlivé předměty, ale nepředstaví si pod nimi konkrétní profesi nebo možnosti uplatnění, které jim obor v celé své šíři nabízí. Těžko pak hledají smysl a chuť k učení. Není výjimkou, že v mimoškolních programech zaměřených na praxi děti dosahují lepších výsledků než v tradiční školní výuce, kde převládá teorie,“ poukazuje ředitel neziskové organizace JA Czech Martin Smrž. **TEREZA ŠIMURDOVÁ**

ZATÍM V PLENKÁCH

25

Téměř tolik procent firem se podle Eurostatu v tuzemsku zapojuje do odborného vzdělávání studentů a učňů. Participace firem na praktické výuce škol je tak u nás zatím v počátcích. MET

INZERCE

ADVENTNÍ DÍLNY A MIKULÁŠSKÁ NADÍLKA

3.12. od 14:00 do 17:00 v gastro zóně

**Zdobení perníčků,
výroba vánočních ozdob a přáníček.**

Přijde i Mikuláš, anděl a čert.

Více informací na www.dbkp Praha.cz
Obchodní centrum DBK

JMELÍ
ZA NÁKUP
ZDARMA
25.11.-24.12.

KRÁTCE

Skopové zdarma

Ceny skopového v Austrálii prudce klesly, protože v zemi je ho nadbytek. Někteří farmáři s cílem ušetřit náklady své ovce i rozdávají,

aby je nemuseli vybijet, napsal portál CNBC. Ceny skopového se za poslední rok propadly téměř o 70 procent, v přepočtu na 27 korun za kilogram.

IDNES.cz

Poslanci schválili státní rozpočet

Sněmovna včera hlasy poslanců vládní koalice a přes kritiku opozice schválila

státní rozpočet na příští rok se schodkem 252 miliard korun. Plánovaný schodek má proti tomu letošnímu klesnout o 43 miliard korun. Jde o třetí státní rozpočet, který prosadila koaliční vláda pre-

miéra Petra Fialy. Rozpočet nyní dostane k podpisu prezident Petr Pavel. Senát se jeho schvalováním nezabývá. Ministr financí Zbyněk Stanjura označil rozpočet za odpovědný.

ČTK

Čermák brzy pojede domů



V červenci u soudu

MAFRA

Dezinformátora Tomáše Čermáka vydá polská policie do Česka příští týden. Rekl to soudce Krajského soudu v Plzni Tomáš Bouček. V polovině listopadu polští policisté oznámili, že dopadli mezinárodně hledaného Tomáše Čermáka, který se skrýval před nástupem do vězení. V době koronavirové pandemie veřejně vyzýval k násilí na politikách a podporoval terorismus, a má si proto odpykat 5,5 roku za mřížemi. Nenaštoupil však do výkonu trestu. Proto na něj byl vydán mezinárodní zatykač.

IDNES.cz

NEOSVOBODÍ ČR

Čermák se v živém vysílání na Facebooku během pandemie vymezoval vůči novele pandemického zákona. Diváci půlhodinového videa vyzýval k aktivnímu odporu proti přijetí novely, k převzetí moci, k vypálení Senátu a k vymanění ČR ze struktur EU a NATO.

- Kromě podpory a propagace terorismu byl Čermák spolu s Patrikem Tušlem odsouzen také za podněcování nenávisti k Ukrajincům.
- Při svém útěku natočil pár videí s ruskou vlajkou. Tvrdil, že přijde s ruskou armádou Česko osvobodit od Fialovy vlády a obnoví Československo.
- Po zadržení Čermáka polskou policií se na diskusních fórech na sociálních sítích strhla debata. Fanoušci dezinformátora tvrdili, že „vláda zase lže, protože je Tomáš u policie stále veden jako hledaný“. Na seznamu ale musí být, dokud si ho Česko nepřevzme.

MET

INZERCE

NEPORAZITELNÉ

Müller Mix
130 g, 100 g = 11,47 Kč, vybrané druhy

21.90 -31%
14.90

Pomeranče volné
1kg

49.90 -46%
26.90

Brumík
150 g, 100 g = 26,60 Kč Akce / 24,60 Kč Aplikace
▼ 60,90 Kč (-39%)*

60.90 -39%
36.90

AKCE **39.90** 5x

Nestlé Dětské cereálie

375-400 g, 100 g od 19,98 Kč
Akce / od 18,73 Kč Aplikace,
vybrané druhy
▼ 89,90 Kč (-16%)*

109.90 -31%
74.90

AKCE **79.90**

Nestlé

12 x

CINI MINIS

SILNĚ SROVNÁVACÍ • SPOLEČNĚ PŘÍJEMNĚ • PŠONÁSELY KANELJINĚ • TRAKOTI KANELJINĚ • PÁSELES CINAMONAS

albert
HYPERMARKET

*Nejvýhodnější cena na trhu za posledních 30 dní. Akce platí v prodejnách hypermarket Albert od 29.11. do 5.12.2023 nebo do vyprodání zásob v jednotlivých prodejnách.

Seznam všech prodejen na www.albert.cz



Uvidíte historické hračky

Mechanický vesnický betlém Karla Šebely z roku 1955 (na snímku nahoře) nebo historické mechanické hračky z 30. až 80. let minulého století si můžete prohlédnout na komorní výstavě Mechanické Vánoce v Technickém muzeu v Brně. Výstava potrvá do 21. ledna.

ČTK



2x ČTK

Poselství tradičních českých Vánoc a kulaté výročí Popelky

Centrum Prahy se již tuto sobotu rozzáří mnoha světélky. Začnou největší trhy v Česku.

„Americká CNN sestavila přehled dvaceti nejlepších vánočních trhů na světě a ty na Staroměstském náměstí v Praze zařadila mezi pět nejhezčích, což nás velmi těší a zavazuje zároveň,“ říká Libor Votruba, předseda představenstva společnosti Taiko, která je organizátorem trhů na Staroměstském a Václavském náměstí.

Právě tyto trhy v centru Prahy budou hlavním epicentrem oslav Vánoc v České republice.

Prostor vánočních trhů v Praze by měl být místem, kde se budou lidé setkávat a u dobrého jídla a pití společně sdílet své zážitky, příběhy a radosti.

Lidé si budou moci pochutnat třeba na svatovavřineckém víně z moravských hroznů nebo českých klobásách. Ve stáncích nebudou chybět tradiční vánoční ozdoby z dílen z celé země. Atmosféru doladí tradiční zvyky a pestrý program – letos poprvé na obou náměstích. Vánoční trhy, které potrvají do 6. ledna, budou držet moderní trend a zaměřit se na ekologii. Vánoční strom zkrášlí ozdoby z recyklovaného materiálu. Budou se používat stoprocentně kompostovatelné kelímky nebo plně rozložitelná brčka a příbory.

MET



Stavba trhů na Staroměstském náměstí pokračuje. Stejně tak zdobení stromu, který rostl na Českolipsku téměř 60 let. Na web Metro.cz nám fotku zaslal čtenář, který získává 300 korun.

MARTIN STEHLÍK

NABITÝ PROGRAM PÁTÝCH NEJKRÁSNEJŠÍCH VÁNOČNÍCH TRHŮ NA SVĚTĚ

Nebudou chybět tradiční folklorní, národopisné ani dětské soubory z Česka i zahraničí. Organizátoři na zahájení trhů připravili akci s hercem Pavlem Trávníčkem, který připomene letošní kulaté, padesáté výročí od premiéry legendární vánoční pohádky Tři oříšky pro Popelku.

• Program na Staroměstském náměstí začne v sobotu v 11 hodin. Vystoupí chorálové soubory z Chorvatska, Norska, Španělska nebo Irska. Velkým tahákem dne bude akce Rozsvítte s námi Prahu, která se uskuteční od 16 do 17.30 hodin. Během akce vystoupí

také herec Pavel Trávníček, a to u příležitosti 50 let od premiéry pohádky Tři oříšky pro Popelku.

• V následujících dnech na pódiu vystoupí především dětské soubory se svým speciálním vánočním programem. V úterý 5. prosince se od 16 do 18 hodin chystá Mikulášská show s Bárou Ladrovou, která dlouhodobě připravuje programy pro děti. Například v pátek 8. prosince je přichystán Mezinárodní festival adventní a vánoční hudby s Cenou Petra Erbeny, který představí skvělé chorální

soubory, třeba z daleké Jihoafrické republiky. Koncerty se budou konat až do 24. prosince.

• Právě o Štědrém dnu přijde další hřeb celého programu vánočních trhů – od 11 do 13 hodin se uskuteční rozlévání vánoční rybí polévky, od 21 do 22 hodin zazní tradiční Česká mše vánoční Hej, mistře! Ve svém podání ji představí pěvecký sbor Vox Pragmae, orchestr Praga Sinfonietta. O vánočních svátcích vystoupí řada divadelních souborů, třeba 25. ledna od 16 hodin Divadlo Mazec zahraje po-

hádku Župan peče cukroví. Od 15 hodin na Nový rok se návštěvníci mohou těšit na árie z českých oper, účinkují operní sólisté Jana Belušová a Michal Bragagnolo.

• Program v podobném duchu je přichystán také na Václavském náměstí. V úterý 5. prosince od 16.30 tu budou Andělské čertoviny – Mikulášská show pro celou rodinu. Vystoupí i nevidomý zpěvák a klavírista Jan Jareš, a to 22. prosince od 17 hodin.

• Podrobný program najdete na webu Trhypraha.cz.

OSUD STROMU

Vánoční strom letos přijel na Staroměstské náměstí z obce Pertoltice na Liberecku. Vyrostl za 57 let na soukromém pozemku do výšky 24 metrů.

• Smrk z Pertoltice byl určený k pokácení z bezpečnostních důvodů, za několik let by ohrožoval chalupu, která stála vedle.

• Po svátcích strom dostane nový život – jeho dřevo poslouží v rámci žakovské truhlářské výroby pro dobrou věc. Jeho větve poputují do zoo.

STOPKA pro poruchy močových cest!

Díky tomuto přípravku se můžete zbavit inkontinence ÚČINNĚ A TRVALE

STOP

Revoluční složení zpevní stěny močového měchýře za pouhých 14 dní!

Musíte chodit na záchod stále častěji? Stává se vám, že nestihnete doběhnout na toaletu? Žijete v neustálém strachu, že moč neudržíte v nejméně vhodném okamžiku? Díky revolučnímu přípravku již nikdy nebudete muset čelit pocitu studu a vyloučení kvůli inkontinenci. Přidejte se k 156 834 Čechů, kteří za pouhých 14 dní získali plnou kontrolu nad svým močovým měchýřem. Vyzkoušejte nový výrobek a získajte 100% slevu od výrobce.

Regenerace močového systému začíná již po 1. dávce

Nový přípravek pomáhá zlepšit napětí tkání močového systému až o 89 %, díky čemuž jsou stěny močového měchýře opět pružné a brání tak nekontrolovanému úniku. Kromě toho doba mezi okamžikem, kdy ucítíte tlak, a chvílí, kdy si již nutně musíte dojit na záchod, se prodlužuje až o 3 hodiny, čímž získáváte jistotu, že situaci ovládáte. **Využijte program výrobce na vrácení peněz a získajte přípravek, aniž byste příliš zatěžovali rozpočet.**



Inkontinence je minulostí

Výsledky, které jsme získali, jasně ukazují, že asi po 14 dnech užívání přípravku jsou svaly močového systému zcela obnoveny, zlepšuje se funkce ledvin a dochází k odstranění všech intimních infekcí. Můžeme hrdě říct, že je to jediný tak účinný přípravek, který je zároveň dostupný pro každého, jenž se vypořádá s inkontinencí bez ohledu na její příčinu.

Prof. Matthew Dery, urolog

Čím to je, že nový výrobek je tak účinný?

Na tomto inovativním přípravku je neobvyklé především to, že se jedná o jediný UNIVERZÁLNÍ výrobek tohoto typu. Není důležité, kolik vám je let, jakého jste pohlaví ani jak dlouho trpíte poruchami močových cest – nový přípravek zpevní stěny vašeho močového měchýře, sníží nepohodlí

První výsledky již po 48 hodinách!

Inovativní přípravek:

- ✓ **Až čtyřnásobně sníží frekvenci močení**
- ✓ **Zpevní močový systém po 1. užití**
- ✓ **Obnoví svaly močového měchýře z 96 %**
- ✓ **Podporí činnost močového systému a bude předcházet jeho infekci**

a eliminuje neustálý tlak na měchýř dokonce za 14 dní! 9/10 lidí potvrzuje, že již po několika dnech užívání přípravku samovolný únik moči v noci, při fyzické námaze, výbuchu smíchu nebo dlouhých procházkách navždy zmizel. Kromě toho potěší i skutečnost, že se s tím můžete vypořádat sami, diskrétně a v pohodlí domova. Záleží jen na vaší volbě, zda vám inkontinence bude nadále znepříjemňovat život, nebo se tohoto problému zbavíte jednou provždy.

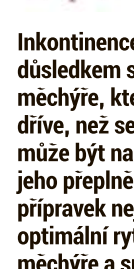
Mohu se opět do své práce opřít a mít z ní radost

Již první den užívání přípravku jsem si všimla, že ten neustálý pocit tlaku na močový měchýř začal ustupovat a intervaly mezi chodem na toaletu se začaly postupně prodlužovat. Asi po dvou týdnech tento problém úplně zmizel. Doporučuji!

Hana, 52 let, Blansko



Hypersenzitivní močový měchýř – detruzor se stahuje předtím, než je močový měchýř plný



Normální močový měchýř – detruzor se stahuje, když je močový měchýř plný

Inkontinence moči je důsledkem selhání močového měchýře, který se stahuje dříve, než se naplní, nebo může být naopak způsobena jeho přeplněním. Inovativní přípravek nejprve obnovuje optimální rytmus močového měchýře a správný reflex udržení moče.

Zbavte se ostudného problému RYCHLE, DISKRÉTNĚ A TRVALE

Obliba nového přípravku překonala očekávání výrobců a skladové zásoby rychle mizí. Čím dříve zahájíte užívání, tím dříve se pro vás únik moči stane jen nepříjemnou vzpomínkou. Vzhledem k novému programu

Už se nemusím vyhýbat setkání s blízkými!



Potíže s močovým měchýřem začaly u mě asi před 2 roky. Začalo to docela nevinně a skončilo to tím, že jsem přestal vycházet z domu, protože jsem se bál, že to nečekaně pustím do kalhot. Asi neexistují slova, která by vyjadřovala, jak hrozný je to pocit, zejména pro muže. Nikomu jsem o tom neřekl, protože jsem se prostě styděl. Před několika týdny jsem se náhodou dozvěděl o novém přípravku, objednal jsem ho a hned jsem ho začal užívat. Už první noc jsem se probudil vyspaný a uvědomil jsem si, že tu noc jsem ani jednou nemusel vstávat a jít na záchod – asi poprvé po několika letech! Nic mě nebolí, nepálí, nemám mokré skvrny na prádle a chodím na záchod jako normální člověk, ne každých 10 minut. Velmi děkuji!

Ivan, 67 let, Děčín

výrobce na vrácení peněz máte možnost tento výrobek vyzkoušet zdarma. Neztrácejte čas a volejte.

ZDARMA PRODUKT

Prvních 100 lidí kteří zavolají do **23.12.2023** obdrží **100% NÁHRADU VÝROBCE!**

Zavolejte: 519 780 474

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

Energie zlevňují? Stále za ně platíme násobky původních cen

Gramotnost neplatí jen u čtení. Ta energetická je neméně důležitá. Třeba jak číst fakturu za elektřinu.

Třináctka bývá označována za nešťastné číslo. Alespoň v případě chudoby českých domácností to platí. „Momentálně je v Česku v chudobě třináct procent domácností, které sotva vyjdou s příjmy a nic nešetří,“ konstatuje smutně Jan Hulík, mluvčí Charity ČR.

Optimismus? Je to relativní
Organizace má v zemi stovky poboček a situaci v mnohých domácnostech podrobně zná. Podle jejich poznatků je zhruba jedna třetina českých domácností na konci každého měsíce takzvaně na nule.

„Jen za energie platí lidé v průměru o čtyřicet procent víc, snažíme se řešit i tyto jejich energetické starosti,“ upozorňuje Hulík.

Pokud se v médiích prezentuje zlevňování energií, na které poskytovatelé lákají nové zákazníky, statistická čísla hovoří trochu jiným jazykem. „Aktuálně cena na energetických trzích klesá, nicméně je na vyšší úrovni, než jsme byli zvyklí,“ varuje před nadměrným optimismem Jan Zápotočný, místopředseda představenstva společnosti E.ON.

V létě 2020 stála jedna megawatthodina zemního plynu na burze 12 eur, v době nejvyšší krize v srpnu 2022 až 300 eur. „Ačkoli je momentálně cena megawatthodiny plynu asi čtyřicet eur, je to téměř čtyřnásobek cen přede dvěma lety. A to je nákupní cena bez marže obchodníků,“ připomíná Zápotočný.

Topení půjde do podlahy

Kritické situace zažívají nejen domácnosti, ale i nejrůznější organizace, které pečují o seniory nebo děti. „Ročně pomůžeme asi dvěma a půl tisíci dětí a věřte mi, že i my hradíme teplo a elektrickou energii. Máme řadu objektů a musíme přemýšlet nad každou korunou,“ říká Jana Šalátová, ředitelka S.O.S. dětských vesniček.

V připravovaných energetických rekonstrukcích například chystají v některých objektech uložit topení do podlahy, způsob je energeticky úspornější. „Každá pomoc v tomto směru je vysvobozením,“ říká Šalátová na takřka sedmimilionový dar z programu Energie pomáhají. Ten využijí nejen na uvedené topení, ale třeba i na další zateplení krizového centra. Peníze do programu přicházejí v podstatě z ušetřené energie. „Každý, kdo se do něho

ULOŽÍME MĚNĚ

5

Tolik tisíc korun je průměrná úspora domácnosti za měsíc. Ještě před rokem to ale bylo o tři tisíce víc. Vysoké ceny zboží v obchodech a také vysoké účty za energii neumožňují lidem odkládat stranou vyšší částky a tvořit si větší rezervy.

Nestačí jen zkontrolovat platbu

Odborníci přesto upozorňují, že to, co lidé zaplatí za energii, závisí na jejich energetickém uvažování, ale třeba i na tom, zda vůbec čtou třeba faktury od svých dodavatelů. „A taky jestli je umějí číst,“ připomíná Jan Běreš, energetický analytik společnosti Kalkulátor.cz. Nestačí proto jen zkontrolovat, kolik činí přeplatek nebo nedoplatek.

Důležitá položka na faktuře je obchodní cena dodavatele platná na dané smluvní období. Z té se počítá finální fakturovaná částka. Cenu najdete na druhé či třetí straně každého vyúčtování.

„Neplatí to ale pro všechny dodavatele. Někteří uvádějí jednu tabulku, kde jsou jednotlivá dílčí fakturační období pod sebou, jiní mají tabulky rozděleny podle dílčích období,“ říká Jan Běreš z Kalkulátoru.

PAVEL HRABICA

INZERCE



innogy

Chráníme vás před nečekanými cenovými výkyvy
Energie proto nakupujeme průběžně.

innogy.cz



VRACÍME VĚCI DO POŘÁDKU

1220
INSTALATÉR

NONSTOP ASISTENCE PLUS
k pojištění majetku

Nově s limitem až **15 000 Kč**
na jednu asistovanou událost

ČPP
VIENNA INSURANCE GROUP

Mezi 50 nejhledanějšími v EU je Čech

Stál za pašováním kokainu a hašiše za několik miliard korun, hledá ho Europol. Vilem Kováč byl podle kriminalistů hlavní postavou organizované skupiny, která by mohla být připodobňována těm z Východu, které v současnosti operují po celém světě. Devětačtyřicetiletý Kováč je na útěku. Policejní organizace Europol ho zařadila na seznam 50 nejhledanějších lidí Evropy. Kováč podle kriminalistů poskytoval dalším mezinárodním zločineckým skupinám logistiku. Hrozí mu v případě dopadení a odsouzení výjimečný trest s horní hranicí až 24 let vězení, protože se podílel na mezinárodních drogových obchodech v celkovém prokazovaném rozsahu 7,5 tuny narkotik. Lidé, kteří mají o Kováčovi jakékoli informace, se mají ozvat na tísňovou linku 158. Policisté v souvislosti s kauzou před rokem zatýkali v devíti evropských zemích a v USA. Za organizovanou drogovou trestnou činnost, krácení daní a legalizaci výnosů z trestné činnosti zadrželi 44 lidí, z toho devět Čechů. Hlavní zadavatel zakázek, obviněný cizinec, je ve vazbě v Německu a podle zjištění kriminalistů byl v kontaktu s kartely a zločineckými organizacemi téměř po celé Evropě a domlouval drogové obchody s kokainem v tunovém množství přímo z Jižní Ameriky a dovoz hašiše z Blízkého východu. Liberecká krajská

státní zástupkyně Petra Pazderková nyní podala k soudu obžalobu proti 11 lidem a jedné firmě.

Kováč, který se podle detektivů podílel na drogových obchodech, vedl v Liberci mini-

málně od roku 2018 v podstatě drogový velkosklad. Podle jejich zjištění také poskytoval spediční firmy, které přepravovaly zboží se stovkami kilogramů kokainu nebo hašiše. K úkrytu sloužily napří-

klad banány, plechovky s tuňákem, cestovní kufry, železná ruda, žulové desky nebo kukuřičné lupínky. Hodnota pašovaných narkotik dosahovala několika miliard korun. Policie doplnila, že Ková-

čova skupina je stíhána i za dovoz cigaret s daňovým únikem přes 84 milionů korun. Trestná činnost Kováčova gangu byla tak rozsáhlá, že vznikly dva mezinárodní vyšetřovací týmy. **ČTK**

INZERCE

VÁNOCE PODLE VAŠICH PŘEDSTAV

Kuřecí řízeky chlazené
cena za 1 kg

-54%

104⁹⁰

Meggles Smetana ke šlehání
250 ml

-23%

29⁹⁰

Meggles Smetana ke šlehání
250 ml

-30%

100 ml = 11,96 Kč

Sýrové špagety
80 g

-22%

34⁹⁰

100 g = 43,63 Kč

Carte d'Or Dezert chlazený
140 g

-23%

16⁹⁰

100 g = 12,07 Kč

HARIBO Goldbären
Pouch Size

-37%

16⁹⁰

SUPER CENA

Haribo Bonbony
od 80 g více druhů

100 g = od 16,90 Kč
↓ 15,90 Kč

Bacchini Couscous
multigrain

-42%

41⁹⁰

100 g = 41,90 Kč

Bacchini Kuskus
500 g

100 g = 8,38 Kč
↓ 41,90 Kč

Vitana Rýže loupaná ve varných sáčcích
400 g

-47%

24⁹⁰

100 g = 6,23 Kč
↓ 24,90 Kč

Big Soft Toaletní papír
10 rolí

-46%

69⁹⁰

1 role = 6,99 Kč

Ariel Prostředek na praní
20-43 dávek více druhů

-46%

269⁹⁰

1 dávka = od 6,28 Kč
↓ 299,90 Kč

Nejnižší cena za posledních 30 dní.

Nabídka platí od středy 29. 11. do úterý 5. 12. 2023.

www.billa.cz

Pavla pobavil jestřáb a snílek

Český prezident Petr Pavel nepřikládá velkou vážnost tomu, že se dostal na seznam 28 nejvlivnějších osobností, které budou podle bruselského webu Politico spoluurčovat charakter Evropy v roce 2024. Řekl to při návštěvě Itálie. Pobavilo jej označení za jestřába a zároveň za snílka. Redakce serveru českého prezidenta v úterý označila za výrazného „jestřába“ ve vztahu k Rusku a Číně, který jednoznačně podporuje Ukrajinu a volá po rozšíření NATO.

Vůbec nejvlivnější osobností bude podle webu příští rok pravděpodobný nový polský premiér Donald Tusk, který chce napravit pošramocené vztahy své země s Evropskou unií. Do první skupiny řadí Politico „lidi s výkonnou mocí“, do druhé „ty, kteří reprezentují ideu určující debatu“ a do třetí „ty s nejlepšími předpoklady zvrátit hru nečekaným směrem“. Pavel získal šesté místo mezi snílky. **ČTK**

Papriky v plastu a další bizáry. Chce na ně upozornit anticena

Proti nesmyslným obalům zbrojí internetová anketa. Nominovat zboží může každý.

Právě před Vánoci je toto téma aktuální. Nominace do druhého ročníku Anticeny za nejbizarnější obal roku začínají nabírat na obrátkách. Internetová anketa si, stejně jako v minulém roce, klade za cíl vyvíjet tlak na výrobce obalů, aby přehodnotili množství použitých obalových materiálů a zvážili jejich environmentální dopad. Tato iniciativa se snaží přenést odpovědnost ze spotřebitelů na producenty, kteří formují trendy na trhu.

Po pilotním ročníku anticeny organizace Zerowasters, která za projektem stojí, opět zaostruje na nominaci nesmyslných obalů pro rok 2023. Tato „soutěž“ již podruhé míří ke změně směru společenské diskuse od spotřebitelů k výrobcům, kteří by

DO ANKETY JE LETOS NOMINOVANÝ I ZBYTEČNÝ OBAL PAPIKY



V anticeně jsou kategorie klamavý obal, nadměrný obal, nerecyklovatelný obal a nesmyslný obal. Do poslední spadají zabalené papriky.

- Organizace Zerowasters zabalené papriky okomentovala takto: „Balení ovoce a zeleniny je evergreenem v kategorii nesmyslných obalů. Často se od výrobců dozvídáme důvody, které balení ospravedlňují. Přesto však je diskutabilní a z pohledu předcházení vzniku odpadu neodpustitelné.“

- Novinky ohledně nominací můžete sledovat na sociálních sítích Zerowasters. **MET**

měli nést větší odpovědnost za své obalové rozhodnutí. Nominace i následné hlasování budou probíhat na webu www.bizarobal.cz.

Do pilotního ročníku se aktivně zapojilo zhruba 900 lidí, nominováno bylo 152 bizarních obalů.

Cílem projektu je, aby výrobci nejen plnili předepsanou legislativu a skutečně přijali odpovědnost za obaly svých výrobků. Druhý ročník anticeny má ukázat, že společnost očekává udržitelnější a promyšlenější přístup k obalům.

Anticeně letos nahrává také připravované Nařízení o obalech a obalových odpadech, se kterým přichází Evropský parlament a které významně ovlivní podmínky a roky na výrobu obalů. „I když tato legislativní iniciativa představuje zásadní

změny, a v mnohém je potřeba doladit její nastavení tak, aby výrobci mohli reagovat na potřebné změny, věřím, že se díky připomínkovacím procesům podaří vyladit ji do přijatelné, a hlavně realizovatelné podoby, která bude přínosná pro výrobce obalů i zákazníky. Pevně doufám, že ve finále bude dalším krokem směrem k udržitelnějšímu přístupu k obalům a odpadům, což přímo koresponduje s cíli Anticeny za nejbizarnější obal roku,“ komentuje souběh Veronika Nováčková, ředitelka organizace Zerowasters.

Ekodesignér Jan Kulhánek, zástupce odborné poroty, k tomu dodává: „Obaly jsou nedílnou součástí každodenního života a jejich produkce roste společně s naší populací a spotřebou. Vítám proto jakékoli snahy podněcovat přemýšlení o výrobcích okolo nás, a to jak ze strany veřejnosti, tak producentů. Edukace, promyšlený design a správně nastavená legislativa jsou klíčové aspekty udržitelnější spotřeby.“ **MET**

INZERCE

KDY pondělí 4.12., úterý 5.12., středa 6.12., od 10 do 17 h.

KDE Národní dům na Vinohradech, (bývalý dům železničářů - 1. mezipatro), Náměstí Míru 820/9, P-2 Vinohrady, metro stanice A



VÝKUP ZLATA, STŘÍBRA, STAROŽITNOSTÍ a obrazů 17. až 20. stol.

ZLATO: zubní zlato i (nečištěné) šperky mince a zlomkové



STŘÍBRO: předměty, tabatěrky a technické stříbro



HODINKY: náramkové, kapesní až do roku 1990



firma H&Š tel: 776 150 222, 603 505 686

PREMIUM KUPÓÓÓÓÓÓN

PALMKNIHY

Sleva 15 % na knihy

PRO ZÍSKÁNÍ KUPÓNU SI STÁHNĚTE APLIKACI



Portmonka

VÍCE INFORMACÍ O PRÉMIOVÝCH KUPÓNECH NAJDETE WWW.ELKUPON.CZ



Těšte se na hity i lidovky

Voxel jede. Taneční singl Nám už nic nechybí boduje v českých rádiích. „Mám velkou radost, že se písničky v éteru daří. Dokonce se přidávají další celoplošná rádia, což je vždy velká pomoc k tomu, jak dostat novou tvorbu k co nejvíce lidem,“ říká Voxel, který je aktuálně na svém vánočním turné. Obzvlášť se těší na speciální vánoční koncert, který odehraje v Paláci Akropolis 14. prosince. Kapelu rozšíří o housle a cimbál a zahraje jak vlastní přearanžované písně, tak známé lidovky. „Nepůjde jen o klasický koncert, budou hosté – mí kamarádi Michal Horák a Pokáč. A zahrajeme afterparty u cimbálu, kde budeme hrát cokoli, co nás nebo fanoušky napadne,“ uzavírá. **MET**

KULTURA

Jak mít sex budí diskusi

Do českých kin míří snímek oceněný na festivalu v Cannes. Zabývá se tématem souhlasu se stykem a znásilněním.

Debut režisérky a scenáristky Molly Manning Walkerové znamenal obrovský úspěch na letošním festivalu v Cannes a od té doby získal několik ocenění na festivalech i mimo ně. A to ať už jde o cenu Un Certain Regard na filmovém festivalu v Cannes, nebo cenu za nejlepší režii pro Manning Walkerovou a ceny pro nejlepší herečku Miu McKenna-Bruovou na desátém ročníku filmové přehlídky Be2Can.

Snímek vypráví o tom, co měly být nejlepší prázdniny všech dob. Vystřízlivění ale přišlo až příliš rychle. Film Jak

mít sex, ve kterém se spolu se třemi teenagerkami dívák vydává do víru divokých parties na řeckých ostrovech, je podmanivou a devastující cestou do temných zákoutí dospívání i pohledem na složitost ženského přátelství a sexualitu dospívajících. Hlavním tématem snímku je však tabuizované téma znásilnění a hranic souhlasu. **MET**



Kde jsou hranice?

FILMEUROPE



Mniši Gregorian v Česku

Skupina Gregorian, za jejímž úspěchem stojí Frank Peterson, který mimo ni spolupracuje i s umělci jako Andrea Bocelli, José Carreras, Plácido Domingo, Tom Jones, Backstreet Boys nebo Marky Mark, vystoupí 16. a 17. prosince v Praze, 18. prosince v Ostravě a 19. prosince v Brně. **MET**

KRÁTCE

Jako audiokniha

V prosinci vyjde audiopodoba románu Božena Hany Włodarczykové, která se podílela na scénáři televizní minisérie oceněné Českým lvem. Audioknihou načetla Tatiana Dyková, prolog Vojtěch Dyk.

Betlém v divadle

Divadlo Bez zábradlí uvede 10. prosince v pražské premiéře představení Betlém aneb Převeliké klanění sotva narozenému Ježíšovi v režii Vladimíra Morávky. Hra neobvykle zpracovává biblický příběh. **MET**

INZERCE

MAGICKÝ PŘÍBĚH
JURAJE JAKUBISKA

PERINBABA A DVA SVĚTY

V KINECH OD 7. 12. 2023

NÁMĚT SCÉNÁŘ REŽIE: JURAJ JAKUBISKO HRAJÍ: GIULIETTA MASINA LUKÁŠ FRLAJS VALÉRIA FRIŠTIK
DARIJA PAVLOVIČOVÁ DAN NEKONEČNÝ KLÁRA CIBULOVÁ RENÉ ŠTÚR IVAN ROMANČÍK ALBÍN MEDÚZ PEJSEK KAČENKA
KAMERA: JÁN ĎURIŠ HUDBA: ONDŘEJ SOUKUP JAN JIRÁSEK PETR HAPKA

ZA TÝDEN
V KINECH

Sto let plavání otužilců ve Vltavě. Výročí připomene kniha

Pro chladivé kratochvíle nadchl Pražany skoro šedesátiletý klenotník.

Do počátků stoleté historie českého otužování i mezi současné zimní plavce, do řeky i do klubovny, vtahuje lehce a neformálně kniha Mrzname napříč Vltavou. Novinka s unikátními dobovými fotografiemi nese podtitul 100 let zimního plavání od dob průkopníka Alfreda Nikodéma. Její autor, novinář Jan David, přibližuje i skrze své první otužovací roky v současnosti stále populárnější téma v pestré mozaice reportáží, historických článků i aktuálních rozhovorů.

Pojďme ale nejprve na začátek celého příběhu. Pražský klenotník Alfred Nikodém založil roku 1923 – ve svých 59 letech – organizované sportovní otužování při plaveckém klubu APK-Praha pod názvem Zimní záchranná sekce tonoucích a hned zkraje získal pro zimní plavání několik prvních nadšenců. „Letos je tomu právě 100 let od založení,“ říká autor knihy Jan David a doplňuje, že Niko-



Historický snímek pražských otužilců. Stejný je i na obálce knihy.

2x MRZNAME NAPŘÍČ VLTAVOU

dém propagující zdravý životní styl a železnou kázeň zároveň stojí u zrodu štedrovečerního plavání ve Vltavě. „Laik žasne, odborník se však už nedíví – zvykl si. Vždyť Alfred Nikodém přeplovával poprvé v zimě Vltavu – se svým přítelem Skulinou – už v roce 1923,“ stojí černě na bílém v novinách z roku 1972, kdy se připomínalo blížící se rovně půlstoletí.

Podrobně zdokumentováno dobovými médii bylo zimní plavání vedené Alfredem Nikodémem v roce 1926. Voda tehdy zamrzla tak, že se plavci museli místy probíjet

ledem. Podle článku s titulem O štedrém dnu přeplovavali Vltavu se závod konal bez nehody, až na to, že: „... Ortovi zmrzly vlasy v jeden chomáč ledu a slečna Griesmanová, při odpočinku usednuvši si na železné zábradlí, přišla o kus trikotu.“

„Při břehu byla hladina zamrzlá, museli jsme prolamovat led,“ sdělil v roce 1926 novinářům Alfred Nikodém. „Řeka byla mělká, museli jsme se brodit vodou a ledem asi tři metry do větší hloubky a teprv potom jsme se vrhli do proudu. Nebylo to právě nejpříjemnější, řeka

byla pokryta ledovou tříští, která nás řezala do prsou, do rukou, ramen a do krku. Připadalo mně to, jako když plavec zaplete se v létě do trávy, zápasí v ní, nemůže uniknout a nakonec utone,“ podotkl v jednom z mnoha svých rozhovorů znovuobjevených díky nové knize Mrzname napříč Vltavou.

„Když jsme vystoupili na břeh, nebyla nám vůbec žádná zima, až teprve ve vytopené místnosti jsme dostali trochu třesavku. Pak jsme ale vypili čaj, ustrojili se a bylo nám už dobře. Šel jsem hned zase do obchodu, také Gries-

manová šla zpět do svého zaměstnání. Měla jenom strach, co tomu řekne maminka. Nesvěřila se předem, protože si byla jista, že by nedostala povolení,“ dodal průkopník otužování a zimního plavání Nikodém.

Současný vánoční závod plavců u Národního divadla nese jméno právě tohoto průkopníka českého sportovního otužování – Memoriál Alfreda Nikodéma. Letos 26. prosince se koná 77. ročník. Proč to není rovná stovka? Nová tradice odkazující na Nikodémovy štedrovečerní plavby byla znovuzrozena díky Oldřichu Liškovi po druhé světové válce, odkdy se oficiálně datují její počátky.

„Ještě na sklonku života Alfreda Nikodéma v roce 1947 založil Oldřich Liška, což byl jeho žák a další otužilecká osobnost, Tělovýchovný otužilecký klub se zkratkou TOK. Ve stejném roce také uspořádal první poválečnou plavbu u Národního divadla a ta se považuje za první ročník dnešního Memoriálu Alfreda Nikodéma,“ uvedl Tomáš Prokop, předseda I. plaveckého klubu otužilců Praha, který je v současnosti s více než pěti sty členy tím vůbec největším v Česku. **MET**

INZERCE

SOUTĚŽ DENÍKU

metro
MOJE MĚSTO, MOJE METRO

VYHRAJTE
AUDIOKNIHU K NOVÉ FANTASY POHÁDCE
PERINBABA A DVA SVĚTY

SOUTĚŽNÍ OTÁZKA
Kdo je režisérem pohádky?
A) Pavel Soukup
B) Jan Hřebejk
C) Juraj Jakubisko

ODPOVĚDI zasílejte do dnešní půlnoci na adresu vyhraj@metro.cz ve tvaru JMÉNO, RŮJENÍ, ADRESA, TELEFON, SPRÁVNÁ ODPOVĚĎ (A, B, nebo C), do předmětu e-mailu uveďte: Perinbaba. **5 výherců** získá audioknihu nové fantasy pohádky Perinbaba, namluvené Pavlem Soukupem. Výherci budou kontaktováni e-mailem do 3 pracovních dnů. Více informací o pravidlech soutěže a vyzvednutí cen najdete na www.metro.cz

UŽ ZÍTRA

O začátcích na traktoru, trendech ve cvičení i životě žen při menopauze

HANKA KYNKYCHOVÁ

TÝDENÍK 5 PLUS 2
každý pátek **ZDARMA**

POZVÁNKA

Křest knihy Mrzname napříč Vltavou – 100 let zimního plavání od dob průkopníka Alfreda Nikodéma se koná dnes v 16 hodin v Café Veloklasik poblíž branické otužilecké klubovny.

- Ta patří I. plaveckému klubu otužilců Praha, který přímo navazuje na tradici Nikodémovy činnosti a který každoročně pořádá 26. prosince Memoriál Alfreda Nikodéma ve Vltavě u Národního divadla.



Všestranný sportovec Alfred Nikodém

PRAHA

Češi vyhledávají klidná místa pro procházky

Pěší turistika je na vzestupu i v zimě. Přinášíme tipy, kam v Praze a okolí vyrazit.

V období adventu to mnohé táhne do vyzdobených ulic a na náměstí plná vánoční výzdoby a pochutin. K místu, které v tomto období při výletu navštívit, mohou inspirovat také dějiny.

„Lidé mají zájem o českou historii, prostřednictvím příběhů světců ji tak lépe poznají. Období adventu navíc ještě víc vybízí ke zpomalení ve zrychlené době a k návratu ke kořenům. To putování umožňuje,“ upřesňuje Miroslava Janičatová, ředitelka spolku Svata Ludmila. Spolek po oslavách výročí úmrtí sv. Ludmily navazuje představováním dalších význam-



Základy Břevnovského kláštera

SPOLEK SVATÁ LUDMILA

ných českých světců v projektu Putování za kořeny.

Ve středních Čechách se nachází nespočet poutních míst. Krásné místo spojené se sv. Ludmilou a Vojtěchem je například Levý Hradec, kde měli sv. Ludmila a kníže Bořivoj zřejmě své sídlo. Nechali zde vybudovat na konci 9. století malebný kostel sv. Kli-

menta, který byl vůbec prvním křesťanským kostelem v Čechách. Právě tady byl také zvolen sv. Vojtěch druhým pražským biskupem. I v zimě je navíc možné si kostel prohlédnout, a to i s průvodcem, nebo se projít venku po naučné stezce dlouhé 800 metrů, jež provede návštěvníky historií místa. At-

mosféru kostela uprostřed lesů nabízí Maková hora, kde se pravidelně konají mše o adventních nedělích.

Ti, kteří nechtějí putovat ani do několik málo kilometrů vzdálených středních Čech, se mohou vypravit do nejstaršího fungujícího kláštera u nás – Břevnovského. Právě ten je spojený s patronem českého národa sv. Vojtěchem, prvním pražským biskupem. Uvnitř je možné si prohlédnout zajímavé obrazy a artefakty i místo, kde pramení Vojtěška.

Právě tady se můžete s mnichy přímo potkat a načerpat tak energii z české historie, ale také se projít parkem kolem rybníka s neopakovatelnou atmosférou. Zážitkem je určitě vystoupení místního chrámového sboru, který můžete slyšet ve vybrané dny především v době mše. Také tady je během Vánoc k vidění historický betlém. **MET**

INZERCE

zlatON

PRSTENY



20 % SLEVA*
po předložení
inzerátu

PRŮVĚSKY



NAUŠNICE

PRŮVĚSKY



ŘETÍZKY

ZLATON.CZ



* PLATÍ NA NOVÉ ŠPERKY

28. ŘÍJNA 14, PRAHA 1 SPÁLENÁ 37, PRAHA 1



„PRAHA NENÍ NAFUKOVACÍ. AUT

Magistrát chystá reformu zón placeného stání. Účinnost nového nastavení systému by měla začít 1. října 2024.

Zrušení přenosných parkovacích povolení, zavedení parkovného pro návštěvy rezidentů nebo zrušení výhod pro elektromobily. To jsou některé z klíčových úprav, jež má zahrnovat reforma provozu parkovacích zón. O konkrétní podobě změn se teprve jedná. Jak ale pro deník Metro uvedl náměstek primátora Zdeněk Hřib, dle harmonogramu je dnešek posledním dnem, dokdy měla magistrátní koalice Spolu (ODS, TOP 09 a KDU-ČSL), Pirátů a STAN čas návrh mezi sebou projednat.

„K reformě parkování jsme se v koalici zavázali v programovém prohlášení. Harmonogram projednání reformy má být následující: do 30. 11.

2023 – projednání návrhu v koalici, do 17. ledna příštího roku projednání v poradních orgánech rady a zastupitelstva hlavního města Prahy a s městskými částmi. 31. ledna 2024 je pak termín vypořádání připomínek a připravení tisku pro radu,“ říká pro deník Metro Hřib a dodává, že do 28. února 2024 je čas pro připomínkování a předložení tisku do rady. Jedenáctého března 2024 se má rada usnést. „Na 1. října 2024 spadá účinnost nového nastavení systému zón placeného stání,“ dodává pro Metro Hřib.

S elektromobilem pouze u nabíječky?

Magistrát o změnách diskutoval s městskými částmi již před časem. Radnice podle Hřiba de facto rozhodují, zda a kde na svém území budou zóny mít. Jak už jsme nadnesli výše, upraveny mají být například podmínky parkování elektromobilů v zónách. Auta na elektřinu, pokud budou chtít stání zdarma, budou nově muset parkovat jen na místech u nabíjecích sta-



Doprava v Praze je doménou především dvou lidí – primátora Bohuslava Svobody a jeho náměstka Zdeňka Hřiba (na fotce). REPRO FB

nic. Mělo by se tak zrušit jejich zvýhodnění, které umožňuje parkovat všude zdarma.

Příjemnou novinkou má pak být zavedení permanentky do fialových zón pro celé město. Za jeden poplatek by řidiči mohli zaparkovat v jakékoli fialové zóně ve městě. „Předpokládá se, že by to bylo odstupňované, kdy třeba elektromobily by to měly levnější,“ komentuje Hřib. Podle náměstka vznikne i možnost parkování pro návštěvy

rezidentů. Praha chce také sjednotit návštěvnické tarify, neboť každá městská část to má nyní jinak, což se týká například parkování o víkendech.

„Součástí reformy parkování bude přidání možnosti nastavení vlastní složky ceny za dlouhodobé parkovací oprávnění ze strany radnic. Městská část si tedy bude určovat svůj díl poplatku za rezidenční kartu a magistrát hlavního města Prahy taktéž,“ vysvět-

luje pro Metro Hřib a doplňuje, že parkování samo je už nyní výraznou měrou určováno městskými částmi.

„Například zavádění zón placeného stání je čistě na městských částech, které si i určují jeho výslednou podobu v dané lokalitě. Tedy i třeba to, zdali tam bude modrá, nebo fialová, nebo žádná zóna placeného stání. A je čistě na místních voličích, jakou vizi pro využití veřejného prostoru zvolí. Respektive si přidávání či ubírání parkovacích míst ve své čtvrti vyberou ve volbách do zastupitelstva městských částí,“ doplňuje pro Metro Hřib.

Historické okénko

Zóny se v hlavním městě v moderní podobě poprvé zavedly v roce 1996 v části Prahy 1, kde se snaha o regulaci dopravy objevila už v roce 1982. Následně se rozšířily a fungují v Praze 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 13, 16 a 22. Na parkovném vybere magistrát ročně zhruba půl miliardy korun. Rezidenti za roční parkovačku platí 1200 korun.

INZERCE

FANSHOP.DPP.CZ

Tip na vánoční dárek

Pletená Merino čepice Kama s metrem (kulich)
Originální zimní čepice pro každého fanouška metra, která vás zahřeje nejen cestou k nejbližší stanici.

Dětská pletená Merino čepice Kama s metrem (kulich s bambulí)
Originální zimní čepice pro každého malého fanouška metra, která zahřeje nejen cestou k nejbližší stanici.

Modrý hrnek s retro vozidly (autobus Karosa B 731, tramvaj ČKD Tatra T6A5, metro Ečs)
Modrý keramický hrnek s motivy retro vozidel a retro loga Dopravních podniků.

Charitativní pánské triko Klokart (kolekce Karosa 1982–2014)
Pánské charitativní triko s motivem pražského autobusu, kterým přispějete na projekt Klokánek Fondu ohrožených dětí.

Charitativní dětské triko Klokart (kolekce Karosa 1982–2014)
Dětské charitativní triko s motivem pražského autobusu, kterým přispějete na projekt Klokánek Fondu ohrožených dětí.

Dámské trenky Styx s logy pražského metra
Dámské trenky známé české značky Styx v unikátním designu pražské podzemní dráhy!

Pánské trenky Styx s logy pražského metra
Pánské trenky známé české značky Styx v unikátním designu pražské podzemní dráhy!

fanshop.dpp.cz

Dopravní podnik hlavního města Prahy

JE TU PROSTĚ PŘÍLIŠ MNOHO“

Přihodme ještě pár dat. Návrh zrušit volné parkování elektromobilů v zónách padl již v roce 2020. O reformě systému zón se pak mluví ještě mnohem déle. Tu přitom v současných debatách kvůli zpoplatnění vjezdu do centra uvádějí všichni jako jeden ze systémových kroků zklidnění dopravy v centru města. K reformě parkování jako takové se vládnoucí koalice zavázala v programovém prohlášení. „Vykostění modrých zón přišlo za minulých vedení Prahy. Je zapotřebí vrátit modrým zónám charakter ochrany centra Prahy. V minulosti nebylo možné, aby zde parkovali nerezidenti, a to je jedna z největších chyb současného systému,“ popisuje pro Metro radní Prahy 2 pro dopravu Tomáš Halva.

Nenafukovací Praha

Základním problémem hlavního města podle Hřiba je, že je zde prostě příliš mnoho aut. „Praha není nafukovací. Máme výrazně více automobilů na počet obyvatel než v zá-



Sloup určený pro nabíjení elektromobilů vyrostl v Radotíně před třemi lety. I v Praze 16 mají zóny placeného stání.

METRO

padních metropolí, a navíc je tu řada dojíždějících. Ideální stav by byl, kdyby dojíždějící přesedli z aut do hromadné dopravy už ve Středočeském kraji a problémy s tím spojené jsme už pak nemuseli řešit v Praze,“ krčí rameny Hřib a dodává, že v minulém volebním období proto on a jeho spolupracovníci podpořili vznik P+R parkovišť právě ve Středočeském kraji. Vzniklo tak okolo sedmnácti set nových parkovacích míst.

„Na jejich vzniku jsme spolupracovali v rámci programu integrovaných teritoriálních investic. Všeobecně se snažíme kapacitu P+R neustále rozšiřovat. Na využívání záchytných parkovišť totiž vydělají úplně všichni. Dojíždějící se MHD dostanou do centra často daleko rychleji, levněji a nemusí tam pak řešit parkování. Pražané zase ocení méně smogu, hluku a méně aut přímo v ulicích města,“ libuje si Hřib.

PARKOVIŠTĚ JE VÍC

Je pravdou, že se zejména v minulém volebním období pražská záchytná parkoviště stavěla kvapným tempem.

- Za tři roky se otevřelo přes tisícovku nových míst. Šlo o Černý Most – 886 míst, Braník se 115 místy, Běchovice – 64, znovu zpřístupněný Opatov – 208 a Hostivař se 79 stáními.

JAR

a 182 rezidentů. V přípravě je také parkovací dům Dědina pro dalších 290 rezidentů a P+R Depo Hostivař, které má 649 míst,“ komentuje pro Metro Hřib.

P+R sem, P+R tam

Pro kontext slov náměstka pro dopravu je třeba dodat, že běží soutěž na stavbu P+R Opatov. To má mít 490 míst.

„V tomto volebním období také zahájíme stavbu P+R na Terminálu Smíchovské nádraží pro 900 míst. Řešíme také stavbu P+R na Zličíně. Budeme pokračovat ve výkupu pozemků pro Terminál Dlouhá Míle, jehož součástí bude opět P+R parkoviště. Ve spolupráci se Středočeským krajem podpoříme výstavbu záchytných parkovišť pro auta P+R a pro kola B+R v místech dobré návaznosti na příměstskou dopravu,“ vyjmenovává pro deník Metro náměstek Hřib. Více v boxu výše.



FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jaroševsky@metro.cz

QR kód a snímáče

Stávající parkoviště podle náměstka pro dopravu také procházejí postupnou modernizací. Třeba tím, že do nich instalují samoodbavovací technologie. „Zaplatíte přes QR kód a snímáče vás nechají projet podle rozpoznání RZ a už nemusíte chodit platit hlídači do budky. Přímou v metropoli jsme jen v tomto volebním období už zprovoznili například parkoviště v Petřílkově ulici pro 197 míst P+R

INZERCE

Vyzrajte na zimní únavu: 3 tipy dokonalou pro harmonii těla i mysli

Cítíte, že s blížící se zimou ve vás narůstá pocit tísněnosti, nic se vám nechce, jste unavení, a navíc na vás útočí bacily ze všech stran? Víme, jak si dobít baterky a do dalších dobrodružství se pustit s novou dávkou energie. Stačí dodržovat tři zásady zdravého životního stylu.

1. Kondice

Postavte si doma vlastní fitness centrum a vybudujte postavu snů. Cvičte kdykoliv se vám zachce, v naprostém soukromí a za doprovodu oblíbené hudby. Odměnou vám bude skvělá kondice, fyzická zdatnost a duševní pohoda.

Stačí zvolit stroj, který bude přesně vyhovovat vašim potřebám. Pokud preferujete kardiovaskulární cvičení, bude vám vyhovovat běžecký pás, rotoped nebo eliptický trenažér. V případě, že hledáte spíše něco na posilování, zaměřte se na posilovací lavice, multifunkční věže, nebo pomůcky v podobě činek a posilovacích gum.

2. Zdraví

Dopřejte si čas pro sebe a relaxujte v domácí sauně. Blahodárné účinky sauny oceníte jak po fyzické, tak i duševní stránce. Pravidelným saunováním podpoříte uzdravovací schopnosti organismu, posílíte imunitu a uvolníte mysl.

Infračervené záření dokáže pomoci při léčbě ekzémů, akné, nebo při boji s celulitidou. Póry kůže jsou navíc pocením důkladně pročištěny a tělo je zbavováno velkého množství toxinů.

Domácí infrasaunu, nebo finskou saunu jednoduše postavíte i v bytě. Zabere asi tolik místa jako větší šatní skříň, lze ji jednoduše postavit do každé místnos-



ti v bytě. Nejčastěji ji lidé umísťují například do koupelny, ložnice nebo chodby. Kam se sauna postaví, závisí pouze na preferencích majitele. Výhodou je, že stavební povolení či stavební úpravy bytu nejsou pro instalaci domácí sauny vůbec potřeba. Stačí rovná podlaha a temperovaná místnost.

3. Relaxace

Ponořte se do uklidňující bublinkové lázně, uvolníte

mysl a nechte tělo hýčkat vodními tryskami. Kvalitní hydromasáž proheje tělo, sníží napětí a odbourá stres. Díky domácí vířivce snadno uniknete každodenním starostem, posílíte pocit vnitřní rovnováhy a budete lépe usínat.

Relaxace ve vířivce je vhodná pro generování nových nápadů a podporu mentální produktivity. Odpojení od každodenních starostí v prostředí, které pod-

něcuje smysly, vede k větší inspiraci a novým perspektivám.

Nafukovací vířivku jednoduše postavíte do interiéru, nebo ven a do několika minut si můžete užít jejich blahodárných účinků. Vzhledem k tomu, že je vířivka nafukovací, je i velmi skladná. Ve chvílích, kdy se nepoužívá, se jednoduše vyfoukne, složí a ukládá třeba do garáže. V okamžiku tak uvolní prostor pro jiné aktivity.

PLAY

V pasti

Každá rodina je jedinečná a každá mateřská zkušenost je unikátní. Nicméně... existují velmi rozšířené pasti, do kterých se chytá většina z nás. Brzy začne advent a sítě zaplaví fotky nádherných věnců a tipy influencerů na výrobu neodolatelných vánočních dekorací. Zaplaví nás fotky spokojených rodinek u stromečku, snímky z dovolených v teplých krajích a zasněžených hor, následně motivační videa o hubnutí a poctivé zdravé domácí stravě. Zejména matky pak mohou mít pocit, že selhávají, protože tohle všechno zařídit, vytvořit, zaplatit

Zejména matky pak mohou mít intenzivní pocit, že selhávají.

a prožít nedokážou. Sama sobě musím často připomínat, že ta láková mozaika úžasných životů, kterou vidím na sítích, je opravdu jen skládačka z toho nejlepšího, co kdo chce světu ukázat. Skutečně není možné, aby každý jeden z nás denně vařil originální domácí jídla z čerstvých surovin, která pak ještě navíc budou chutnat dětem. A zároveň jsme denně cvičili, nachodili deset tisíc kroků, meditovali, trávili hodiny kvalitního času s dětmi, s partnerem, věnovali se sami sobě a ještě k tomu přispívali na charitu. A k tomu měli navíc doma uklizeno a nazdobeno na Vánoce. A to jsem ještě nezmínila práci na sto dvacet procent. A k tomu mít dokonalý přehled o společenském a kulturním dění... Ti krásní, šikovní a úspěšní lidé z instagramů se nevěnují úplně všem disciplínám najednou. Je v pořádku mít priority. A pro tu sváteční fotku holt najdeme takový úhel, z něž nebude vidět ten binec v pozadí.

DOBŘÝ DEN, JMENUJI SE
JULIE ČERVENÁ,
BYLO MI PĚTATŘICET A MÁM DVĚ MALÉ DĚTI



@mojemetro



„Láska hřeje, i když sněží,“ velebí @klara_has. Připojuje tagy
#milujuprahu #prague #prageworld #praha #photo
#praguecitytourism #mojemetro #visitprague #praguestagram
#urban #travel #street #people #praguecity #czechrepublic
#streetphotography #couple #ig #wonderful_places #woman

#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!

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

ŘEŠENÍ SUDOKU:
LUŠTĚNKA: STRAKA

LUŠTĚNKA

Doplňte podle legendy vodorovně a svisle stejná slova. Tajenka je vodorovně i svisle.

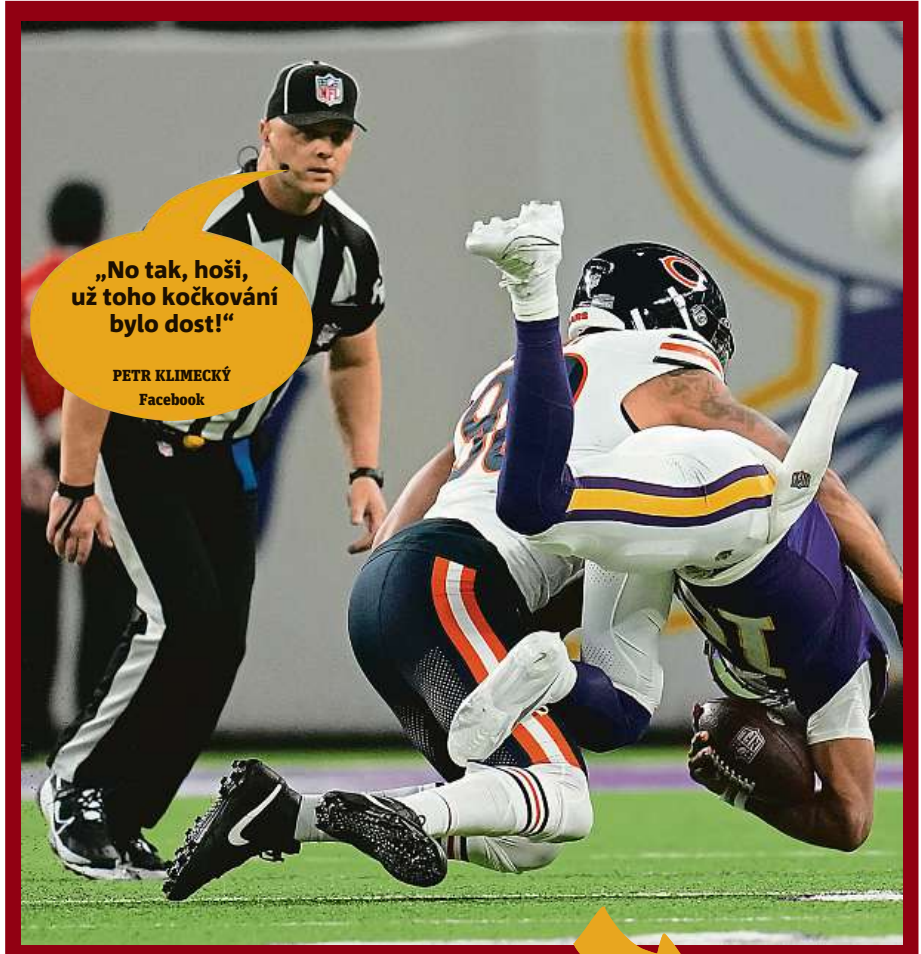
		1	2	3	4	5	6
1. skelet	1						
2. pevnina v moři	2						
3. tajenka	3			R			
4. tratoliště (zastar.)	4						
5. pozdní baroko	5						
6. ostrov artušových legend	6						



SUDOKU

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

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



PETR KLIMECKÝ
Facebook

POČASÍ



-3/1 °C



-3/1 °C



-4/0 °C



-5/-1 °C

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



NAPADÁ VÁS VTIPNÝ POPISEK?
Napište bublinu a reagujte na sloupek na: www.facebook.com/denikmetro
FOTO: 2x AP

ČT1



20.15 Vyprávěj
Butik. Seriál (ČR, 2009-2013).
Hrají: R. Vojtek, A. Kerestešová,
V. Freimanová, S. Skopal

21.10 Toulky

Českem budoucnosti III

Železniční průmysl

21.40 Máte slovo s M. Jílkovou

Láska. Krimisériál (It., 2017)

22.35 Na stopě

23.00 Komisař Montalbano

Láska. Krimisériál (It., 2017)

01.00 AZ-kvíz

Soutěž pro každého

ČT2



20.00 Krásné země z výšky

Jižní Španělsko

21.00 Národní klenoty

Kroměříž

21.30 Bedekr IX

Santander

22.00 Šest smyslů Berlína (5/6)

Čich

22.30 Vigil (3, 4/6)

Krimisériál (VB, 2021). Hrají:

S. Jonesová, R. Leslieová, P. Joseph

00.25 Divoké Tokio

Kontrast obřího města

s přírodou uvnitř

NOVA



20.20 Zlatá labuť (36)

Romantický seriál (ČR, 2023).

Hrají: K. Ryska, A. Vacula, M. Dan-

cingerová, S. Lewandowska

21.35 Šéfka (6)

Rodina především. Krimisériál

(ČR, 2022). V lese je nalezena

mrtvola lodního kapitána.

Hrají: K. Winterová, P. Konáš,

J. Holík, T. Richtrová

22.55 Kriminálka

Las Vegas II (22)

Seriál (USA, 2001). Hrají: P. Guil-

foyle, W. L. Petersen, G. Dourdan

00.00 Dr. House VI (13, 14)

Seriál (USA, 2009)

PRIMA



20.15 Zoo (154)

Radostná novina. Rodinný se-

riál (ČR, 2023). Síd odhalí, že

Alice chce s Pivoňkou investo-

vat. Hrají: M. Pecháčková, Š. Bi-

lina, E. Burešová, T. Klus

21.40 Inkognito

V zábavné show Inkognito se

čtyřice osobností snaží uho-

dout profesi jednotlivých hostů

nebo jejich identitu

22.50 Inkognito

23.55 Ano, šéfe!

Jsmo tu proto, abyste v hospo-

dách nejedli blafy! Uvádí Zde-

něk Pohlreich

ÓČKO



11.00 Óčko hity

15.00 Kitkat Óčko chart

17.00 Vánoční výhry

18.00 Óčko hity

19.00 Party ride

20.00 Top 4 Kitkat Óčko chart

20.15 Óčko hity

Klipy nonstop

22.00 Naked Attraction Poland

22.30 Óčko flirt

Proud klipy a sexy vzkazy



Dát za rodinné auto skoro čtyři miliony? Pokud někdo touží po luxusním, ale vcelku nenápadném obrovi, nemá co řešit. Auto je výjimečné jednak svým motorem, jednak jízdními vlastnostmi. Jestli inženýři v Audi něco opravdu umí, tak je to vyladit podvozek k dokonalosti. METRO

Král Osmivál

Audi vystřadilo naftový osmiválec ze svého vlajkového modelu SQ7 a nahradilo ho benzinem. Byl to správný krok!

To auto si samo se sebou hraje: umí odpočívat ve vysokých rychlostech, kdy vypne půlku ze svých osmi válců, kola zadní nápravy v případě potřeby velkého rejdu natočí, takže sníží poloměr otáče-

ní. Na to, jaký je to mastodont, je pak docela obratné. Adaptivní vzduchový podvozek se může zvedat a snižovat podle potřeby až o devět centimetrů, což je úžasná hodnota, o které si jiná SUV

mohou nechat jenom zdát. Pohon všech kol s mezinápravovým diferenciálem je rovněž chytrý, řídí sílu v poměru 40:60 ve prospěch zadní nápravy, ale na zadek umí poslat ještě o 25 procent více. Na zadku je ostatně sportovní diferenciál Audi, který sílu mezi jednotlivá kola posílá podle potřeby v zatáčkách. Výsledkem je pak velmi vyvážená a stabilní jízda. Srdcem

Krále Osmivála SQ7 TFSI je však jeho čtyřlitrový motor s dvojicí twin-scroll turbodmychadel. S nejvyšším výkonem 507 koní v 5500 otáčkách a maximálním točivým momentem 770 Nm mezi dvěma a čtyřmi tisíci otáček. Z nuly na sto dojde za 4,1 sekundy, nástup síly je dechberoucí, dynamika úžasná. Ten motor smysl má, je to punc luxusu. PETR HOLEČEK

NOVÝ DUSTER SE PŘEDSTAVUJE



Třetí generace klíčového modelu Dacie



Má větší světlou výšku 217 mm.



Příjezd na český trh se očekává na jaře 2024. 3x DACIA

Nový Espace je nyní SUV

Vytáhli jsme nový Renault Espace mezi řádky Vlnářství Sonberk na Pálavě.

Sluší mu to tam, co říkáte? Espace už není onen rodinný koráb s tvary MPV, ale prostoru nabízí v nové generaci stále dost, nebojte. Jen má tvary SUV. Měl by se jmenovat spíše Austral Grande, protože je to fakticky prodloužený model Austral. Renault ale bází na slavném jménu a je to pochopitelné. Cena auta začíná na milionu a je zajímavé, že si můžete objednat i třetí řadu sedadel zcela zdarma. Záleží na vás. V nabídce je jen jeden motor. Tříválcová zážehová dvanáctistovka doplněná elektromotorem. HOP



ENERGIE

KOMERČNÍ PŘÍLOHA

Strach z cen energií klesá

Největším strašákem českých domácností zůstává inflace. Před hlavní topnou sezonou však jsou, aspoň co se nákladů za energie týče, klidnější než loni, ukázal průzkum.

Zatímco ještě v červnu se inflace nejvíce obávaly téměř dvě třetiny, nyní je to „pouze“ každý druhý. Podle výzkumu Ipsos Consumer Sentiment Tracker pro společnost ČEZ nejvíce nervozity u tuzemské populace vyvolává strach z chudoby a sociální nerovnosti (32 %) a také mezinárodního válečného konfliktu (28 %).

I když jsou dopady cen energií na domácnosti menší, než očekávaly, polovina populace předpokládá jejich růst i do budoucna. Přitom 14 procent se domnívá, že

růst bude výrazný, a 35 procent předpokládá mírný růst. Podle průzkumu k uklidnění situace přispělo zavedení vládních stropů. Klesá také podíl těch, kterým dodavatel oznámil zvýšení záloh. „V porovnání se situací před rokem vidíme, že se situace v domácnostech zklidňuje. Výše záloh za energie již nepředstavuje tak výrazný zásah do běžného chodu domácností. Pocit nejistoty a obavy z růstu cen energií však trvají,“ uvedl Michal Straka, analytik společnosti Ipsos.

Zálohy většinou nestoupají
Z dat také vyplynulo, že přibývá lidí, kteří se zajímají nejen o běžná úsporná opatření, ale také o dlouhodobější investiční řešení, jež přinášejí šetrnější a do budoucna tím levnější energetický provoz celé domácnosti, respektive nemovitosti.

Od ledna 2023 naopak ubylo zákazníků, jimž jejich dodavatel oznámil zvýšení zálohy za energie, naopak vzrostl podíl těch, kteří mají zálohy

nižší, případně stejné. Vyšší zálohy na elektřinu oznámil dodavatel 38 procentům domácností (v lednu 2023 to bylo 53 %), u plynu se zvýšily zálohy 27 procentům domácností (v lednu 2023 47 %).

Dopady vyšších záloh jsou pro domácnosti mírnější
Klesá také částka, o niž byly případné zálohy navýšeny. Asi desetině domácností dodavatel elektřiny i plynu naopak oznámil snížení záloh.

Dopady případných vyšších záloh na ekonomickou situaci domácností jsou navíc mírnější než v lednu.

Dopady případných vyšších záloh na ekonomickou situaci domácností jsou navíc mírnější než v lednu. Snížil se totiž počet domácností, jež kvůli nim musely omezovat některé aktivity, naopak roste podíl domácností, jež jsou změnou záloh ovlivněny málo nebo vůbec. Přesto lidé vyhledávají stabilitu, což se odráží v rostoucí oblibě fixovaných produktů, fixace energií preferuje 45 procent respondentů.

Dopady případných vyšších záloh na ekonomickou situaci domácností jsou navíc mírnější než letos v lednu. SHUTTERSTOCK

INZERCE

Zjistěte, kolik můžete ušetřit na energiích od MND

I přestože stále platí cenové stropy, je na místě si zkontrolovat, jaké ceny máte se svým dodavatelem sjednané. Právě ty budete platit, až koncem roku vládní stropy skončí. Kolik můžete oproti vládnímu stropu ušetřit na energiích od MND, zjistíte v uvedených orientačních přehledech, které jsou kalkulovány pro nejčastěji poptávané spotřeby.

🔥 Roční úspora za plyn

Typ spotřeby	Roční úspora s Ceníkem Léto 25	Roční spotřeba
Vaření	2 270 Kč	1 MWh
Ohřev vody	7 720 Kč	6 MWh
Topení	10 904 Kč	10 MWh
	21 804 Kč	20 MWh
	32 704 Kč	30 MWh

🔌 Roční úspora za elektřinu

Typ spotřeby	Roční úspora s Ceníkem Léto 25	Distribuční sazba	Roční spotřeba	
			ve vysokém tarifu	v nízkém tarifu
Domácnost - malá spotřeba	2 158 Kč	D01d	1 MWh	–
Domácnost - svícení a běžné spotřebiče	4 345 Kč	D02d	2,5 MWh	–
Domácnost - akumulační spotřebič pro ohřev vody či vytápění	8 716 Kč	D25d	2 MWh	3 MWh
Domácnost - přímotop, tepelné čerpadlo	15 900 Kč	D45d, D56d, D57d	2 MWh	8 MWh
Podnikatel - svícení a běžné spotřebiče	4 010 Kč	C02d	2,5 MWh	–
Podnikatel - akumulační spotřebič pro ohřev vody či vytápění	17 978 Kč	C25d	7 MWh	5 MWh

Roční úspora je vypočtena s Ceníkem Léto 25 platným od 21. 8. 2023 oproti vládnímu cenovému stropu roku 2023.

Bližší informace o aktuální nabídce naleznete na www.mnd.cz nebo volejte zdarma 800 400 500.



Ušetřete peníze s fotovoltaikou



Aktuálně se dá elektrárna s výkonem 6–8 kWp a s bateriovým úložištěm o kapacitě 10 kWh pořídit o 80 až 100 tisíc korun levněji než před rokem ve stejnou dobu.

PROFIMEDIA

Fotovoltaika v Česku frčí víc než loni. Velký zájem je o dotace, ceny se ale budou zvedat.

Výkyvy cen elektřiny na burze straší spotřebitele. Člověk nikdy neví, kam až může cena elektřiny vystoupat či klesnout. Všichni hledají způsob, jak za energie ušetřit, a jako jedna z možných cest se jeví fotovoltaika. Ta je momentálně nejlevnější v historii, ale nebude tomu tak napořád. Je potřeba proto jednat rychle, ale správně. S tím vám poradí jednatel a spo-

luzakladatel firmy solarniskolitel.cz Jan Vojík.

Fotovoltaika není v současnosti neznámým pojmem. Svou renesanci zažila zhruba před šesti lety, kdy ale dotační pravidla omezovala výkon elektráren. Běžný výkon fotovoltaické elektrárny (FVE) byl 3–4 kWp s kapacitou baterií mezi 5–8 kWh, což koncového zákazníka přišlo až na 440 tisíc korun. Před třemi lety toto dotační pravidlo o omezení výkonu zmizelo a začaly se běžně montovat elektrárny s výkonem 6–8 kWp s bateriemi o kapacitě 10 kWh. Cena přesáhla přes půl milionu korun, dokonce atakovala i hranici 600 tisíc korun. „Tehdy

k tomu přispěl i nedostatek materiálu spojený s koronavirovou pandemií a samozřejmě kvůli zvyšování cen energií vzrostla i poptávka,“ vysvětluje uznávaný odborník Jan Vojík, který se zabývá školením a administrativou pro fotovoltaiku a tepelná čerpadla. Vzhledem k tomu, že fotovoltaice přály levné úrokové sazby, vzniklo mnoho firem montujících fotovoltaické elektrárny. Když se ceny energií ale stabilizovaly, zvedly se úroky – a tím se poptávka po elektrárnách snížila a vrátila se podle Vojíka do normálu.

Rok 2023 je rokem změn

„Nikdo nepočítal s takovým poklesem poptávky. Najed-

nou je na trhu dostatek všeho, což tlačí ceny komponentů velmi nízkou. Ani řemeslníci si neúčtují jako loni, nemají totiž tolik práce. To vše hraje pro koncového zákazníka, který nyní koupí fotovoltaickou elektrárnu za historické minimum. Nyní se dá elektrárna 6–8 kWp s bateriovým úložištěm o kapacitě 10 kWh pořídit o 80–100 tisíc korun levněji než před rokem ve stejnou dobu. S dotací 200 tisíc korun je tato cena naprosto neuvěřitelná a předpokládám, že vydrží do jara příštího roku. Pak bude muset cena opět jít výše,“ apeluje Jan Vojík ze společnosti solarniskolitel.cz.

Pozor na výběr firmy

Obecně se dá říct, že se trh rozděluje na tři typy: firmy velké, střední a malé. Každá z nich nabízí různé pluses i minuses a je jen na zákazníkovi, k čemu se přikloní. „Je také potřeba si uvědomit, co od fotovoltaiky čekáme. Zda chceme jen ohřívat vodu, nebo ještě nabíjet elektromobil, nebo dokonce topit,“ varuje Jan Linhart ze společnosti Přípojky elektřiny.

Ono totiž mít elektřinu zdarma během léta je celkem jednoduché. Ale v zimě fotovoltaika vyrobí pouhou pětinu množství co v létě. Celoroční průměr úspor pak kvůli tomu rapidně poklesne.

Fotovoltaika není pro každého

Solární panely však nejsou pro každou stavbu. „Když máte dům špatně situovaný nebo nemáte odpovídající stav střechy, stíní vám nějaký velký strom či máte tak malou spotřebu, že se vám FVE nevyplatí, doporučíme vám se do takové investice nepouštět. Na základě zkušeností našich zaměstnanců i kolegů zvažujeme, počítáme a měříme všechny dostupné parametry a poté navrhneme ideální řešení. Pokud vše vyhovuje, FVE nemusí být jen pro rodinné domy, ale i města, obce, firmy,“ vysvětluje Jan Krchník ze společnosti EETEE.

MET

ŠEST PRAKTICKÝCH TIPŮ

Dbejte na reference, smlouvu si důkladně pročtěte, pohlídejte si servis.

• Zastoupení doma

Kupujte jen technologii, která je v ČR známá a nejlépe zde má zastoupení. To znamená, že i po záruce se budete mít kam obrátit v případě potíží.

• Reference

Dejte na reference, kupujete něco za půl milionu korun, prověřte si od již realizovaných zákazníků, jak byli spokojeni s procesem výstavby

elektrárny, jak jim elektrárna funguje, zda jim přišla dotace a zda se zde nevyskytly nějaké potíže.

• Servis

Při prověřování referencí nezapomeňte na servis. Mnoho firem bohužel vadu na díle odstraňuje velmi dlouho nebo v tragických případech ji neodstraní vůbec. Také je důležité, zda se na servis dá dovolat, a reakční doba servisu.

• Smlouva o dílo a všeobecné obchodní podmínky

Před podpisem si dokumenty prostudujte, měly by obsahovat garance, záruky, pokuty a tak dále. Také obsahují součinnost, kterou musíte vykonat před a během díla.

• Komplexnost dodávky fotovoltaiky

Zkontrolujte si, jestli smlouva obsahuje všechny části díla, někdy se stává, že klient musí některé části díla zhotovit sám. Často se jedná o úpravu takzvaného elektroměrového rozvaděče, lidově sloupku.

Klienti pak mohou být nemile překvapeni, že je čeká více práce za desítky tisíc nebo že si tuto vícepráci mají zařadit sami.

• Nedejte na levnou nabídku

Předtím, než se vám zalíbí nabízená cena, zkontrolujte body 1 až 5. Levná nabídka většinou znamená i nekompletní dílo, žádné sankce vůči firmě nebo je tam něco, co tuto levnou nabídku během díla dostane na cenu ostatních nabídek, což jsou již zmíněné vícepráce.

MET



Tlačí vás svědomí?

Přejděte na **PRE PROUD EKO**
z obnovitelných zdrojů



pre.cz/eko

PRE

Jsme energie tohoto města

Pět míst na domě, kudy uniká nejvíce tepla

Šikmou střechou uniká pětina tepla, zdmi klidně i 40 procent. Aby váš dům nebyl černou dírou na peníze za vytápění, vyplatí se izolace. Těm nejvíce zranitelným lidem ji může kompletně zaplatit státní dotace.

Pro seniory a chudé domácnosti je to způsob, jak zásadně investovat do úspor na energiích a přitom se finančně nevyčerpat. Tou cestou je dotační program Nová zelená úsporám Light, který pomáhá nejzranitelnějším domá-

nostem s energetickými úsporami. Díky programu mohou senioři, lidé pobírající příspěvek na bydlení nebo lidé s handicapem rychle a bez finančních bariér provést lehká opatření s velkým efektem trvalých úspor energií.

Peníze mohou čerpat na zateplení střechy, fasády nebo například na výměnu oken a dveří.

Při NZÚ Light funguje také síť energetických poradců, kteří zdarma pomohou s vyřízení žádostí. Na rozdíl od „klasické“ Nové zelené úsporám žadatelé nepotřebují žádné vstupní investice, peníze mohou dostat před zahájením prací zálohově a celková výše dotace může dosáhnout až 100 procent přímých výdajů, tedy až 150 tisíc korun.

Dotaci lze získat na zateplení míst, kudy uniká nejvíce tepla. Které to jsou?

Šikmá střecha

Uniká jí až 20 procent tepla, navíc při jejím zaizolování ušetříte dvakrát: v zimě za topení a v létě za chlazení větráky či klimatizací. V zimě teplo a v létě chlad zajistí izolace z kamenné či skelné vaty, přičemž optimální tloušťka je 34 až 40 centimetrů. Nenechte se některými firmami napálit, že stačí izolace jen 20centimetrová. Teplo by pak zbytečně utíkalo skrz střechu, a navíc byste se mohli připravit o dotaci. Kamenná nebo skelná vata jsou nejvíce osvědčené izolanty, které vydrží desítky let a dokážou se přizpůsobit i přirozeným pohybům dřevěného krovu.

Podlaha půdy

Její zateplením ušetříte i více než 15 procent nákladů na vytápění. Nejlevnějším a zároveň neúčinnějším izo-

lantem je aplikace minerální izolace v deskách nebo rolích. Případně nafoukání takzvané foukané minerální izolace do stropních dutin. Chtějte foukanou kamennou či skelnou vatu, odborná firma zvládne takovou izolaci za půl dne.

Stěny domu

S alespoň 20 centimetry izolantu a správným provedením zateplení lze uspořit i přes 40 procent tepla. Vyplatí se i dílčí zateplení stěn, na které lze získat dotaci, například severní či návětrné strany domu. Šetřit na tloušťce izolace odborníci nedoporučují, protože zatímco cenový rozdíl je minimální, tepelná úspora až dvojnásobná.

Plochá střecha

Podobně jako u střechy šikmé, i v případě té rovné může-

te zateplením uspořit až pětinu tepla. Aby se investice vyplatila, musíte při vyšších cenách energie zateplit izolaci tloušťky 28 až 36 centimetrů. Pozor na tvrzení, že polystyren (EPS) či PUR pěna jsou lepší než už dříve zmiňovaná minerální (kamenná) vata či pěnový polystyren. Tyto materiály jsou totiž hořlavé.

Okna a dveře

Zvažte okna s izolačním trojsklem, která izolují výrazně lépe než dvojskla, takže prakticky eliminují rosení oken uvnitř místnosti. Nelze jednoznačně říct, jestli jsou výhodnější okna dřevěná, či plastová, protože každý z materiálů má svoje výhody a negativa a je potřeba konzultovat jejich volbu s firmou, která by instalaci prováděla právě na té vaší konkrétní nemovitosti.

SPLUS2

INZERCE

JISTOTA VÝHODNÉ PÉČE

Speciální nabídka pro seniory a držitele ZTP.

Chcete ušetřit a prožít zimu v pohodlí? Výhodná cena plynu bez závazku je tu pro vás! Navíc s bonusem **2 500 Kč** pro nové zákazníky při sjednání smlouvy online.

Zjistěte, kolik ušetříte, na www.ppas.cz nebo na **267 175 333**.



**PRAŽSKÁ
PLYNÁRENSKÁ**

Slavia je blízko, Sparta hraje o jaro

Tři české fotbalové celky pokračují dnes ve skupinách evropských pohárů.

Fotbalisté Slavia nastoupí v Tiraspolu ve 21 hodin SEČ proti Šeriffu k předposlednímu, pátému utkání ve skupině Evropské ligy a mohou si definitivně zajistit účast ve vyřazovací fázi. Navážou-li Pražané proti moldavskému šampionovi na říjnové domácí vítězství 6:0, bez ohledu na zbylé výsledky postoupí.

V případě, že Servette Ženeva ve druhém zápase neporazí AS Řím, projde český vice mistr do jarní části soutěže, i kdyby v Tiraspolu nebodoval. Červenobílým bude kvůli zlomenině nosu chybět na lavičce trenér Jindřich Trpišovský, kterého zastoupí asistent Jaroslav Köstl.



Kapitán Sparty Ladislav Krejčí už je plně připraven. ČTK

Šanci na postup do jarní fáze pohárů má také Sparta. Ta přivítá vedoucí Betis Sevilu, na jehož hřišti počátkem října prohrála 1:2. Pražané by se v případě výhry udrželi ve hře o postup do jarní vyřazovací fáze soutěže. Zároveň by si s předstihem mohli zajistit minimálně start v Evropské

konferenční lize, což ale záleží i na výsledku druhého utkání v „céčku“ mezi Glasgow Rangers a Arisem Limassol. Betis o třetí jaro v pohárech za sebou už nepřijde.

Spartánský kapitán Ladislav Krejčí věří, že po vyléčení zranění už zvládne celý zápas. „Druhý týden jedu naplno s týmem. Věřím, že na devadesát minut to bude,“ řekl Krejčí. Duel začíná na Letné v 18.45.

Dnes se představí také Plzeň, ale ve skupině Evropské konferenční ligy. Viktoria už má postup do jarní části jistý, ve stejný čas jako Sparta se utká s kosovským Ballkaní. Zápas se měl původně uskutečnit v Prištině, ale kvůli špatnému stavu hřiště ho UEFA přesunula do Tirany. Doma vyhrála Plzeň nad Balkan 1:0. Uspěť chce ale i tentokrát a přispět tak českému fotbalu do národního koeficientu. **PUR a ČTK**

KRÁTCE

Štafeta šestá

Čtveřice biatlonistek Tereza Voborníková, Jessica Jislová, Markéta Davidová a Lucie Charvátová byla po třech trestných kólech ve štafetě na SP v Östersundu šestá. Vyhrály Norky.

Bez vážení dětí

Gymnastičtí trenéři ve Velké Británii už nebudou smět nutit k vážení své mladé svěřenkyne a svěřence. Organizace British Gymnastics zavedla nová pravidla na základě loňské zprávy, jež odhalila zneužívání.

Francie a USA

Preferovanými kandidáty na pořádání zimních olympijských her jsou Francie pro rok 2030 a Salt Lake City pro rok 2034. Výkonný výbor Mezinárodního olympijského výboru je vybral pro cílená jednání. Jasnou bude za rok v létě. **ČTK**

INZERCE

NABÍDKA PRACOVNÍHO MÍSTA



INTERNÍ AUDITOR – JUNIOR

SPOLEČNOST: Veolia Holding Česká republika, a.s.

MÍSTO VÝKONU PRÁCE: Na Florenci 15, Praha 1

SMLUVNÍ VZTAH: smlouva na dobu neurčitou

PRACOVNÍ POMĚR: práce na plný úvazek

DATUM NÁSTUPU: ihned

BENEFITY: příspěvek na stravování/stravenky; dovolená nad rámec Zákoníku práce; vzdělávací a jazykové kurzy; příspěvek na životní/penzijní připojištění; nadstandardní preventivní péče; slevy na dopravu, cestování, volný čas u vybraných dodavatelů; firemní akce a další

NÁPLŇ PRÁCE:

- provádění interních auditů a interní kontroly ve všech společnostech v rámci skupiny Veolia (zejména v ČR a dalších zemích střední a východní Evropy)
- provádění procesních auditů se zaměřením na:
 - analýzu a vyhodnocení stávajících procesů
 - návrh změn pro zvýšení efektivity interních procesů a jejich soulad s externími a interními procedurami
 - identifikaci rizik a monitoring dodržování nastavených kontrolních mechanismů
 - akční plány vedoucí k odstranění rizik v procesech
- vyhotovování auditních zpráv, prezentací a reportingu

POŽADUJEME:

- vysokoškolské vzdělání ekonomického směru

- vhodné také pro absolventy
- znalost firemních procesů a procesního řízení výhodou
- znalost finanční a účetní problematiky výhodou
- praxe v auditu výhodou
- výbornou znalost AJ slovem i písmem pro každodenní používání
- výbornou znalost práce na PC (Word, Excel, Power Point)
- zodpovědnost, flexibilita, analytické myšlení, týmový/á hráč/ka

NABÍZÍME:

- dobré finanční ohodnocení
- pracoviště v centru Prahy
- možnost cestovat
- možnost vzdělávání a tréninku
- zázemí silné mezinárodní společnosti

V případě splnění kvalifikačních požadavků zašlete prosím profesní životopis na e-mail jana.jonasova@veolia.com.

Skvělý dárek pro maminku, tatínka, babičku a dědečka

DARUJ ZÁŽITEK



WELLNESS POBYT V KARLOVÝCH VARECH „PRO LABUŽNÍKY“

Akční cena
14.990 Kč
Původní cena 29. 980 Kč
5 nocí / 2 osoby
Plná penze

Dlouhá platnost poukazu až do 27. 12. 2024
Příjezdovým dnem je vždy neděle.

Top relaxační wellness pobyt v krásném Hotelu Millenium v Karlových Varech
s plnou penzí a bohatou nabídkou procedur.

NA CO SE MŮŽETE TĚŠIT?

- 5 x ubytování v dvoulůžkovém pokoji STANDARD COMFORT v Hotelu MILLENIUM pro dva
- 1 x welcome drink „MILLENIUM“ pro dva
- 5 x pestrá snídaně formou švédského stolu pro dva
- 3x oběd výběrem z denních obědových menu
- 1x hotelová specialita „Do křupava pečená Millénská kachnička s dvoubarevným zelím a dvěma druhy knedlíků pro dva“
- 5 x večeře formou vydatného bufetu pro dva / polévka, pět druhů salátů, čtyři typy hlavních jídel, přílohy, zmrzlinový pult se čtyřmi druhy zmrzlin /
- Volná spotřeba INCLUSIVE rozlévaného vína a čepovaného piva denně po dobu večere v čase 18.00 – 20.00 hodin pro dva / Chardonnay, Pinot Gris, Merlot, Cabernet Sauvignon, Krušovice 10°, Krušovice 12°/

WELLNESS PROGRAM

- 1x 10 minut Kneippův chodník pro dva
- 1x 20 minut komfortní Whirlpool pro dva /společné vstupy/
- 1x 20 minut „Královská Krušovická pivní koupel“ pro dva spojená s popíjením lahodné Krušovické dvanáctky

nebo

- 20 minut „Čokoládová perličková koupel“ pro dva

Relaxační procedury pro zahřátí a uvolnění

- 1x 20 minut teplý rašelinový zábal zad a šíje pro dva
- 1x 20 minut vonný parafinový zábal rukou pro dva
- 1x 25 minut částečná aromatická masáž zad a šíje vonnými oleji pro dva
- 1x 20 minut Aquajet pro dva /moderní suchá masážní lůžka/

Procedury pro uvolnění a zdravé dýchání

- 1x 60 minut moderní saunový svět hotelu MILLENIUM v rámci společných vstupů pro dva / parní aroma sauna, finská sauna, infra sauna, ochlazovna, relaxační odpočívárna/

nebo

- 1x 30 minut skvělý relax v kouzelné solné jeskyni pro dva

20% sleva na dokoupení dalších procedur a masáží

- 1x vstup do moderního městského bazénového centra KV Aréna vzdáleného 500 metrů od Hotelu Millenium (vnitřní bazén s šesti plaveckými dráhami, relaxační částí s vířivkou, podvodní lavicí a lehátky a pro zábavu je zde i tobogán)



**PIVO A VÍNO
V DOBĚ VEČERÍ
ZDARMA**
20% sleva na dokoupení
dalších procedur
LZE HRADIT I Z PŘÍSPĚVKŮ
OD ZAMĚSTNAVATELE

