

Actiměl®

PODPORUJ SVŮJ IMUNITNÍ SYSTEM!

**20
MLD** PROBIOTIK

VITAMÍN **D**

VITAMÍN **B6**

VITAMÍN **C**

✓
**PROKÁZANA
ÚČINNOST
VITAMÍNŮ**



Actimel obsahuje vitamíny B6 a D, které přispívají ke správné funkci imunitního systému. Při každodenní konzumaci v rámci vyvážené stravy a zdravého životního stylu. Vitamin C je obsažen pouze v produktové řadě s vitamínem C: příchutě Borůvka – ostružina, Granátové jablko – borůvka. Účinnost vitamínů v produktech Actimel, stejně jako v jiných obohacených potravinách, je ověřena stanovisky EFSA o bezpečnosti a účinnosti vybraných vitamínů.

Auto-moto - poptávka

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

Seznámení

• Hledám atraktivní přítelkyni z Prahy a okolí. Já 49 let, prý sympatický nekuřák z Prahy. Jen vážný vztah. Tel.: 606887995. Děkuji za nabídky.

Cestování - nabídka

BUSEM DO TRENCIANSKÝCH TEPLIC

HOTEL SLOVAKIA
Termín: 4.5.-11.5.2024; 8.6.-15.6.2024
Cena: 15 490 Kč/os.
Zahrnuje: dopravu, 6x plnou penzi, 6x ubytování v 1/2 pokojích, 18 procedur, vstupní lékařskou prohlídku, delegáta, pojištění CK
Nástupní místo: Praha
KONTAKT: CK A.S.a.s.r.o. Příbram, tel.: 318 63 99 99 a 603 864 519 po-pá 8.00 – 16.00 hod. • www.cksa.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

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

• Sběratel koupí staré vzduchovky, vzduchové pistole, vojenské a hasičské odznaky. Tel.: 602343563, email: alesla@centrum.cz

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

SBĚRATELSKÝ KABINET
Michelská 12A, Praha 4, Michle
VYKOUPI IHNEH ZA HOTOVÉ

odznaky, známky a staré pohlednice, staré gramofon. desky, veškeré staré mince, kapesní, náramkové hodinky, i nejdoucí, všech značek (i PRIM), starou bižuterii, český granát, nábytek do r. 1975. Šavle, bodáky a uniformy, rádia a tranzistory, vánoční ozdoby, formičky na vánoční cukroví, betlémy, housle a hudební nástroje. Kufry, textilie, veškeré nádoby, síci a psací stroje, obrazy a grafika, lampy a lustry, hmoždíře, žehličky, konvice, lavory a umyvadla, sklo a porcelán, parožní, fotoaparáty, staré nářadí, malířské válečky, přístroje, kabelky, kufry a staré uhlíky. Staré rybářské potřeby (pruty, navijáky, podběráky,..). Papírové peníze – v podstatě vše co přijde pod ruku. Bereme opravdu téměř vše.

Přijedeme rádi kamkoliv v Čechách i na Moravě.
Návštěvy u Nás až po tel. domluvě.
Likvidujeme též celé pozůstalosti.
Tel.: 602 229 348
sberatelskykabinet@post.cz

• Koupím hodiny a obrazy v jakémkoliv stavu. Jsem sběratel, ne překupník. Slušné jednání. Platím hotově. Tel. 602654643, alex.kratochvil@volny.cz

• Kytary koupím - staré i součastky a nekompletní, v jakémkoliv stavu. Přijedu, e-mail kronos.cz@gmail.com, tel. 776694960

Práce - nabídka

• Hledáme nové obchodní zástupce (celá ČR) pro prodej dotovaných a rekvalifikačních kurzů. Kurzy jsou dotované z fondu EU. Uchazeč platí pouze zlomek ceny. Provize 35% z uhrazených kurzů. Spolupráce na IČ nebo DPP. Služební auto pro pracovní cesty, tel, Kanceláře Praha 8- DOCK. Více na www.edukomforta.cz Kontakt: 601 301 771

• ASSA ABLOY: na hlavní pracovní poměr přijmeme záměčníky/montážníky. Vhodné i pro ženy. Montáž cyl. vložek, visacích zámků, klíčů v nových výrobních prostorech v Praze na Černém mostě. Požadujeme: minimálně výuční list, manuální zručnost, samostatnost, základní práce na PC. Telefon: 602556979, email: hana.termerova@assaabloy.com

• Gymnázium, Praha 8, Ústavní 400 přijme učitele/učitelku anglického jazyka, učitele/učitelku IVT. Nástup 1. září 2024. Bližší informace na emailu: sterbova@ggg.cz nebo na t.č. 720562994, www.ggg.cz

• Hledáme kolegy na objekt v Modletčích, nové moderní pracoviště, práce s PC a skenerem, odbavování kamionů, 130,- až 140,-/hod netto, DPP/HPP, stravenky a další bonusy, čistý TR, nástup ihned. Volejte Po-Pá 9-16 hod tel. 724328126 nebo 251560953.

• Chcete 200 Kč/hod? Jste invalidní důchodce? Pojďte k nám uklízet kanceláře v Praze. Volejte 774510686

• Hledáme VŠ seniorku do recepce na Praze 1. Požadujeme práci na PC, samostatné logické uvažování, časovou flexibilitu a dobrou kondici. Vše velmi důležité !!! Práce na DPP. Prosím životopisy s AKTUÁLNÍ FOTOGRAFIÍ na email: CV20@gmail.com

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)

SPŠŠ, škola hl. m. Prahy,
Betlémská 4/287, Praha 1,
hledá

KUCHAŘE/KU
NA ČÁSTEČNÝ ÚVAZEK.

Své životopisy pošlete na e-mail:
jana.kohoutova@betlemska.cz

• ZŠ U Santošky, Praha 5 přijme pomocnou sílu do kuchyně na 0,75 úvazku. Nástup možný od 12.2.2024. Praxe ve školní jídelně vítána. Kontakt: 777 788 274

• VELITEL SMĚNY vjezdové, vjezdové kamionové vrátnice, praxe vítána, nástup. mzda 30 tis. Kč., ostraha objektu nástup. mzda 27 tis. Kč, možnost ubytování, zálohy na mzdu, finanční odměny za práci. Místo pracoviště – Praha Jažlovice, skvělá dostupnost MHD! Více info volejte 5-PROFIT 608605788

Náborový příspěvek 20 000 Kč!

Práce v ostraze pro INVALIDNÍ DŮCHODCE
na různých objektech v Praze
800 111 112 m2c

NOKIKA s.r.o.
přijme

STRÁŽNÉ
(ostraha objektů v Praze)

Nabízíme:
• Platové ohodnocení až 130,- Kč/hod
• Vhodné pro OZP (pravidelný měsíční příspěvek ke mzdě)
• Odměny, možnost záloh
• Možné jako dlouhodobá brigáda
Požadujeme:
• Čistý trestní rejstřík
• Praxe v oboru
• Certifikát 68-008-E
• Nástup: únor 2024

Kontakt:
tel.: 284 683 801, 604 299 622
800 110 707
spevakova@topsecurity.cz

PŘIJMEME pracovnice pro denní úklid
Po až Pá, na HPP.

Moderní kancelářská budova dostupná MHD. Nástupní plat 30.000Kč měsíčně. Pravidelné odměny, pitný režim, volné víkendy, bezva kolektiv. Požadujeme bezúhonnost a občanství členské země EU.
Životopis zasílejte na:
info@generalprovider.cz

• Ostraha prodejny Praha 9. Nabízíme: mzdu až 170 Kč/h, bonusy, stravenky, směny dle domluvy a možnost získat osvědčení. Pro více info tel.: 773786199

Byty - poptávka

KOUPÍM BYT V PRAZE
jako investici pro děti, právní vady, dluhy nejsou překážkou. V bytě můžete dále bydlet. Platba ihned. Realitní kanceláře 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. Děkujeme 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

• Ihned zaplatím za Váš BYT, možné dožití seniorů. Případné dluhy uhradím. Slušné jednání a právní servis zdarma. Děkuji J. Jurdová, tel.: 725805115

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

• Koupím byt nebo dům v Praze, zaplatím požadovanou cenu a nechám bydlet nebo dožít. Vše na dohodě. 777603019.

• Koupím spolumlastnický podíl na jakémkoli nemovitosti. Rychle vyplatím nejvyšší možnou cenu, veškerou administrativu zařídím. Celá ČR. T.: 604492454.

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@antikvariaty.cz



KNIHY!

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

T. 603 478 873

Portmonka
Věrnostní karty a kupóny v mobilu



Adidas sprchový gel
250 ml, různé druhy

**CENOVÉ
OBJEVY
TÝDNE**

Při koupi
2 ks

39⁹⁰
ZA 1 KS



750 ml

Domestos
bleach 750 ml

-53%

~~84⁹⁰~~
39⁹⁰



teta

Drogerie plná objevů

www.tetadrogerie.cz

Akce platí do 13. 2. 2024 nebo do vyprodání zásob.

středa 31. ledna 2024 / č. 22

PRAHA  denikmetro

metro



Výjimečné obrazy

Dvě vrcholná díla českého umění 19. století získala Západočeská galerie v Plzni. Jde o **Zátíší s pávem** Karla Purkyněho z roku 1861 (na snímku) a **Lovecké zátíší** od Jaroslava Čermáka z roku 1872.

ZÁPADOČESKÁ GALERIE V PLZNI



Výše lupu se snižuje

Osvětová kampaň #nePINdej! je určena na všechny druhy kybernetické kriminality, od falešných bankérů na telefonu přes podvodné e-maily a SMS až k podvodům s kryptoměnami. I přes původní skepsi začíná být znát její účinek ve všech věkových kategoriích. **STRANA 4**

Zkuste jen vaše vajíčka

Musíte je pravidelně krmit, uklízet po nich a rozmazlovat je tak, aby byly šťastné a spokojené. Řeč je o slepicích, které bydlí v komunitním kurníku ve Kbelích. Jejich chovatelem se můžete chtít stát třeba proto, abyste si na další rok zajistili přísun vlastních čerstvých domácích vajíček. **STRANY 12, 13**

Jak létat s drony v zimě

Baterie musí být nabité, stroje očištěné od ledu a i senzory musí být v pořádku.

Drony od prestižních výrobců jsou konstruované a výrobcem testované i pro provoz v náročných zimních podmínkách. Pokud chcete coby hobby nadšenec létat během mrazivých dní nebo během sněžení, je to možné, je však třeba dodržovat některé postupy.

V rámci předletové přípravy je dobré se ujistit, že akumulátory jsou plně nabité. Akumulátory profesionálních dronů mají dokonce vlastní vytápění, u hobby dronů si musíte pomoci skladováním v teple. Baterii je před vzletem vhodné mít ve vnitřní kapse bundy nebo v zatepleném batohu či kufru.

Ještě než vzlétnete, je nutné dron očistit od veškerého ledu a sněhu. Velkým nebezpečím je námraza na vrtulích, která snižuje schopnost dronu držet zvolenou výšku.



Stroj v zimě potřebuje péči.

DIZZYMEDIA.CZ

Před vzletem také prohlédněte všechny senzory, a pokud se na jejich povrchu objeví jakákoliv kapalina, otřete ji dosucha, jinak by ve vzduchu mohla zmrznout. Počítejte s tím, že v mrazivém počasí bude letová doba kratší než při vyšších teplotách.

„Po zapnutí dronu ho před vzletem nechte asi minutu

na zemi zahřát. Tím zajistíte optimální výkon všech senzorů. Pokud se například čočka kamery zamlží, nechte dron zapnutý déle, aby se ohřál a pára měla čas odejít,“ upozorňuje Jaroslav Řešátko, šéf firmy DJI Telink, která do Česka dováží drony DJI a také bezpilotní stroje sama konstruuje.

Drony jsou obvykle napájeny lithiovými bateriemi. Teploty pod 15 °C zvyšují jejich vnitřní odpor, což vede ke snížení kapacity a ke zvýšení poklesu napětí během vybíjení. Pokud během letu napětí baterie výrazně poklesne (napětí jednoho bateriového článku je menší než 3 volty), nebude dron schopen udržovat vysokou rychlost letu při maximálním tahu.

Dron se skládá ze sady citlivých součástí, včetně optických senzorů, ultrazvukových senzorů a takzvaného IMU (gyroskop, teploměr, akcelerometr a barometr). Sníh a led mohou tyto senzory zakrýt nebo zablokovat a ovlivnit systém řízení letu. Navíc světelná odrazivost sněhu a ostré teplotní rozdíly mohou ovlivnit údaje o okolním prostředí, snímané těmito senzory, což teoreticky může ovlivnit řídicí letovou jednotku. „Pokud vám letová aplikace ve vzduchu zobrazí jakékoli chybové zprávy související s bezpečností letu, okamžitě s dronem přistaňte,“ radí Jaroslav Řešátko. **MET**

KRÁTCE

Mladíci shodili kouli do kolejiště

Jednu z betonových koulí, které jsou umístěné před stanicí pražského metra Rajská zahrada skutáleli dva mladíci včera ráno do kolejiště. Provoz metra byl

kvůli tomu na půl hodiny zastaven.

Čip v mozku

Společnost Neuralink miliardáře a majitele sítě X Elona Muska prvnímu člověku implantovala mozkový čip. Neuralink, který

vyvíjí mozkové čipy, dostal loni od amerického Úřadu pro kontrolu potravin a léčiv souhlas k první klinické studii na lidech. Čipy mají myšlenkou umožnit postiženým pacientům s ochrnutím všech čtyř končetin znovu se pohybovat a komunikovat. **ČTK**

VEDRO NA SICÍLI

48,8

Světová meteorologická organizace potvrdila prozatímní evropský teplotní rekord. Tolik naměřili v srpnu 2021 na Sicílii. **ČTK**

KYBERPODVODNÍCI

1,35

Banky v ČR loni zaznamenaly 69 685 klientů, jejichž účty napadli kyberpodvodníci. Škoda byla 1,35 miliardy korun. **ČTK**

INZERCE

NOVÉ BYDLENÍ BEZ KOMPROMISU

- cenově dostupné byty
- 2+kk až 3+kk s terasou
- Praha 5, ulice Ke Koulce

Jste zváni k návštěvě vzorového bytu 2+kk. Finální dokončení povrchů dle vlastního vkusu a přání, standard „white walls“.



CityHome



Emu přichází mezi studenty do hodiny

Teplé gymnázium se může pochlubit zajímavostí. Hodiny biologie mohou studenti trávit v kontaktu se zvířaty a rostlinami v bioparku. Žije v něm na 120 druhů zvířat a rostou tam exotické rostliny. Za vznikem bioparku, jehož součástí je botanická zahrada, stáli před lety nadšení učitelé biologie. Posledním přírůstkem jsou tři pirani z ústecké zoo. Jsou tam také lamy, pštros, klokan, krokodýl, velké ryby z Amazonie a také pštros emu. **ČTK**

PVK pomáhá v nouzových situacích při únicích vody v domácnostech

Více než 4000 zákazníků zavolalo v loňském roce na nonstop asistenční službu při řešení nouzových situací spojených s únikem vody za vodoměrem, kterou nabízejí Pražské vodovody a kanalizace (PVK) svým zákazníkům s platnou odběratelskou smlouvou na dodávku pitné vody. Náklady spojené se službami domácí asistence a náhradu úniku vody hradí PVK.



Nejčastější příčinou vzniku nouzové situace je prasklá stoupačka nebo potrubí přímo za vodoměrem.

„Pokud vám nastane nouzová situace za vodoměrem, ihned kontaktujte asistenční službu na telefonním čísle 212 812 212. Jde o číslo dispečinku společnosti United Assistance, a. s., která je partnerem celého projektu,“ vysvětluje Marcela Dvořáková, ředitelka komunikace Pražských vodovodů a kanalizací.

Následně k zákazníkovi přijede asistenční služba a provede odborné práce v rozsahu dvou hodin. Pokud jste již naším smluvním zá-

kazníkem, za výjezd vozidla služby a provedené nezbytné práce nic neplatíte.

„V roce 2023 na linku 212 812 212 volalo 4074 zákazníků PVK. Celkem se uskutečnilo 507 asistenčních zásahů, které byly v plné výši hrazeny společností UNITED ASSISTANCE, a. s. Nejčastější

příčinou vzniku nouzové situace byla prasklá stoupačka nebo potrubí přímo za vodoměrem,“ doplňuje Marcela Dvořáková.

Na jedno odběrné místo může zákazník využít zdarma až tři asistenční služby ročně. Asistenční služby zahrnují rovněž refundaci úniku vody.

Jde o částečnou náhradu nákladů na vodné, způsobených únikem vody v důsledku prokazatelně nastalé nouzové situace, a to za podmínek, že spoluúčast odběratele na úniku vody dosáhne výše 10 m³, což je minimální limit pro refundaci. Maximální limit pro refundaci úniku vody je sta-

noven na 15 000 Kč na jedno odběrné místo za rok.

Fakturu za vodné a stočné je nutné uhradit i v případě podání žádosti o využití asistenční služby. Součástí služby není uzavírání a otevírání vodovodních přípojek ani vyhledávání úniků na vnitřním rozvodu.

Nonstop asistenční služba v nouzových situacích: ☎ 212 812 212

Komunikujte z pohodlí domova

Potřebujete zjistit aktuální informace o fakturaci či kvalitě vody?

Nemusíte kvůli tomu doslova ani vstát ze židle či křesla.

Díky bezkontaktním zákaznickým službám zjistíte vše snadno a rychle.

Již řadu let nabízejí Pražské vodovody a kanalizace (PVK) množství bezkontaktních způsobů zákaznické péče, díky kterým vyhledání informací či vyřízení žádosti probíhá snadno a rychle.

Pokud chcete mít přehled o svém odběrném místě a chcete si zjednodušit podání svých žádostí a zrychlit jejich vyřízení, můžete využít Zákaznický portál (<https://portal.pvk.cz/>). Se zabezpečeným osobním úč-

tem budete mít stálý přehled o spotřebě vody, vystavených fakturách, zálohách a platbách i provedených odečtech vodoměru.

V zákaznickém portálu je možné také online platit faktury a zálohy či nahlásit samodečet – stačí vyfotit stav vodoměru a informace se ihned propojí se zákaznickým informačním systémem. Přes e-podatelnou můžete také podávat žádosti či dotazy, zasílat naske-

nované dokumenty, které se okamžitě dostanou do systému, a tím se velmi zrychlí komunikace s PVK. V portálu se navíc máte možnost zaregistrovat ke službě SMS info a najdete zde i řadu důležitých informací včetně mapy aktuálních havárií, plánovaných výluk či kvality vody ve vaší ulici.

V případě, že nemáte portál aktivovaný, lze jej jednoduše aktivovat na adrese <https://portal.pvk.cz/registrace>.

BEZKONTAKTNÍ ZÁKAZNICKÉ SLUŽBY PVK

- Zákaznické infolinky: **601 274 274 a 840 111 112**
- E-mail: info@pvk.cz
- Zákaznický portál: portal.pvk.cz
- Registrace: portal.pvk.cz/registrace
- Vyjadřovací portál – žádosti o vyjádření k projektové dokumentaci a zakresu síti: www.vyjadrovaciportal.cz
- Webové stránky www.pvk.cz – veškeré informace k dodávce pitné vody a odvádění a čištění pitné vody
- Poštovní adresa: **PVK, Ke Kablu 971, 102 00 Praha 10**

Šťastný nový rok. Máte dar ve výši 20 000 000 eur. Klikněte!

Podváděný zuřivě přesvědčuje bankéře, aby odeslal z jeho účtu stovky tisíc korun na „výhodnou investici“. Za živého boha se nedá od očividného podvodu odvrátit.

Česká bankovní asociace spustila v roce 2022 osvětovou kampaň #nePINdej! Je určena na všechny druhy kybernetické kriminality, od falešných bankéřů na telefonu přes podvodné e-maily a SMS až k podvodům s kryptoměnami.

Útoků na klienty přibývá, lup se naštěstí snižuje

Přes určitou počáteční skepsi se však zřejmě neminula účinkem. I proto, že působí na všechny věkové kategorie a také napříč různými informačními nosiči. Tedy v tištěných i elektronických médiích, na sociálních sítích a leťákovou formou i na ty, kteří nevyužívají moderní technologie naplno. „V první polovině loňského roku byla prů-

PODVODNÁ NEJ

15

O tolik milionů korun připravili podvodníci českého klienta při jediném kyberpodvodu. Jedná se o historický kyberpodvod.

13

Tolik milionů korun naopak banka zachránila klientovi při pokusu kyberzločinců.

měrná škoda na jednoho podvedeného klienta něco málo přes 22 tisíc korun,“ říká Tomáš Stegura z České bankovní asociace. V druhé polovině to bylo ale už o tři tisíce korun méně. Přitom o rok dříve byli kyberzločinci podstatně úspěšnější. Na jednu dokončenou „ránu“ vydělali na klientovi asi 160 tisíc korun. Škody se daří snižovat i přes to, že rok od roku množství zločinů v digitálním prostoru stoupá o desítky procent.



Pokud se policii podaří podvodníky z kyberprostoru dopadnout, vyžaduje to často mezinárodní spolupráci.

MAFRA

Chci být okraden, tak se mi do toho nemotejte

Marek Macháček má na starost kyberbezpečnost v Komerční bance. Nad usilovnou snahou některých napadených zákazníků však nevěřícně kroutí hlavou.

„Pokud pracovník banky zjistí, že se žádost o přenos peněz na investici týká možného podvodu, snaží se klienta přesvědčit, aby k transakci nedával souhlas. Bohužel se stává, že klient více věří podvodníkovi někde na telefonu než našemu specialistovi,“ upozorňuje Macháček. Uznává, že podvedený byl předtím i několik hodin přesvědčo-

ván kyberpodvodníkem o výhodnosti investiční příležitosti, pod tlakem argumentů typu „banka si z vašich peněz dělá luxusní postel“ a podobně. Některé varující diskuse ale končí téměř vyhrožováním zákazníka, že ho banka chce připravit o jedinečný výdělek.

Drzost nezná hranice, vyhrožují i policistům

Co se daří i díky kampani #nePINdej!, je ostražitost populace před podvodnými e-maily typu „báječné dědictví“ a další lákadla nebo před falešnými SMS, které odkazují na adresu, kde se zločinec

ANONYMNÍ SFÉRA

Na rozdíl od „hmotného“ zločinu mohou být kyberzločiny organizované z druhého konce světa.

- Organizovaný zločin si pro přesvědčivost telefonního kontaktu najímá call centra v Česku s českými operátory.
- Řada klientů nakonec podvod na policii nenahlásí, nejčastěji proto, že při transakci přišli třeba jen o poplatek několika desítek či několika set korun. Nejnebezpečnější podvody se týkají „investic“.

napojí třeba na zákazníkovo mobilní bankovníctví.

Policii se daří objasnit asi 14 procent kyber trestných činů. „Drzost kyberzločinců bohužel nezná mezí. Už jsme se setkali s případem, že pracovník podvodného call centra vyhrožoval policii žalobami, pokud znemožní klientovi dokončit podvodnou transakci,“ komentuje prostředí kybernetické kriminality Ondřej Penc z Odboru prevence Policie ČR. **PAVEL HRABICA**

Tisk funguje

Česká unie vydavatelů bude v novinách, časopisech i na webech propagovat tisk jako kvalitní zdroj informací i jako silné médium pro reklamu. Kampaň nazvaná Tisk funguje odstartuje v únoru. Účast v ní potvrdilo 23 vydavatelů, kteří bezplatně otisknou inzeráty ve více než 100 titulech nebo umístí reklamní bannery na svých webových stránkách. Kampaň má podle vydavatelů oslovit zadavatele inzerce, představitele státní správy i širokou veřejnost. V době informačního chaosu a dezinformací chce připomínat, že profesionalita a důvěryhodnost vydavatelského obsahu, srozumitelnost a schopnost intenzivního předání informací jsou pro tisk unikátní. Právě vydavatelské produkty šířené v digitální a tištěné podobě vytvářejí příznivé prostředí pro zajištění kvalitní informovanosti i efektivní vnímání šířené reklamy. **MET**

Čtenářů tisku je **81,0 %** obyvatel ČR ve věku 12-79 let

Zdroj: MEDIA PROBIT - 4. čtvrtletí 2022 - 3. čtvrtletí 2023. Součástí studie je i STELA/MARKA. Zpracováno: Česká úřadová jednotka a asociace

www.tiskfunguje.cz Tisk funguje!

člen profesní asociace **ČESKÁ UNIE VYDAVATELŮ** KREATIVITA A TISKOVÁ MEDIA

2x ČUV

Za měsíc se v ČR prodá více než **14 900 000 výtisků** novin a časopisů

Zdroj: ABC ČR průměr 4. čtvrtletí 2022 - 3. čtvrtletí 2023

www.tiskfunguje.cz Tisk funguje!

člen profesní asociace **ČESKÁ UNIE VYDAVATELŮ** KREATIVITA A TISKOVÁ MEDIA

Budte klidnější v době viróz a nachlazení

Pořidte si domů
čističku vzduchu
Ionic-CARE®

Ionic-CARE Triton X6 je dlouhodobě nejoblíbenější čistička v ČR a SR. Praktická kombinace čističky vzduchu s ionizátorem, omyvatelným filtrem (s neomezenou životností) a třemi stupni výkonu pro místnosti o velikosti 15 - 75 m².



- prokázaná 96% účinnost při zachytávání polévacích nečistot a mikroprachu
- snižuje množství životaschopných plísní, virů a bakterií v ovzduší interiéru minimálně o 60 %
- 79% účinek proti zápachu v interiéru
- naprosto nehlukný provoz (neruší spánek)
- minimální provozní náklady, příkon max. 8 W
- snadná obsluha, jednoduchá údržba
- spolehlivý záruční i pozáruční servis

dekor dřeva
3 990 Kč/ks

ostatní barvy
3 690 Kč/ks

DOPRAVA ZDARMA

Dárek za uvedení kódu:
12F

www.ionic-care.cz

objednací linka zdarma 800 112 111



Největší nezávislý nákupní rádce a srovnávač cen Heureka zvolil **osmkrát po sobě** čističku **Produktem roku** (2015-2022). Čističky vzduchu Ionic-CARE obdržely v letech **2021 - 2023** ocenění **Czech Superbrands**, které získávají nejvýznamnější značky na trhu. A pyšní se též prestižním titulem **Nejdůvěryhodnější značka roku 2023**.



Z Michle až na frontu. Svíčky umí nejen zahřát

Staré svíčky či jejich zbytky pomáhají ukrajinským vojákům v boji proti ruským okupantům. Dobrovolníci z nich totiž dělají svíčky zákopové. K čemu slouží a jak se v garáži v pražské Michli vyrábějí, popisuje Jan Riedl z iniciativy Pomahameukrajine.cz.

Jak si lze představit zákopovou svíčku?

Je to svíčka, která vydrží poměrně intenzivně hořet zhruba šest hodin. Záleží na její velikosti a množství kartonu, který je ve svíčce knotem. Základní rozdělení je buď stočený karton do plechovky, nebo hvězdička.

Je v nich rozdíl?

První hoří intenzivněji a kratší dobu, druhá je univerzálnější, vydrží hořet déle. Hvězdičky jsou žádanější, ale při ruční výrobě dají více práce. U nás je to naopak, umíme rychleji vyrobit hvězdičku.

K čemu se zákopové svíčky využívají?

Vojáci si utěsní v zákopu prostor igelitem a svíčka dokáže ohřát prostor o několik stupňů, nebo na ní ohřejí jídlo, uvaří čaj, kávu. Slouží také k usušení oblečení, k osvětlení prostoru. Dobrovolníci na Ukrajině také vyrábí zákopová kamna, jsou to speciální kamna, ve kterých je zdrojem energie zákopová svíčka. Nedávno jsem zjistil, že svíčky slouží i k opravě aut. V květnu jsem dovezl na Ukrajinu k Bachmutu off-road, který jsem pojmenoval po synovi Davidovi. V provincii ho ale museli nechat v lese, protože se porouchal. V lednu ho Ukrajinci vysvobodili a poslali mi video, jak auto s promrzlým olejem v diferenciálu ohřívají právě našimi zákopovými svíčkami.

Jak se vyrábějí?

To vás odkážu na videa na YouTube (zobrazí se vám po naskenování QR kódu, který je na stránce vpravo nahoře – pozn. redakce), jsou hodné pro začátečníky a někomu to může přijít přihlouplé, ale záměr byl sdílet znalosti.

Zkuste alespoň trochu výrobu popsat.

Dostali jsme z výroby asi 6000 plechovek, nařezali jsme kartony na jednotné rozměry a montáž jsme prováděli za pomoci týdenních veřejně přístupných akcí v naší dvougaráži v Michli. Nejpo-



Konzervy s kartonem připravené na zalití voskem



5x ARCHIV J. R.

malejší je zalévání. Ve dvou zavařovacích hrncích jsem to dělal zatím sám rychlostí zhruba 150 svíček za večer. Kdo chce svíčky vyrábět a pomáhat, tomu rádi pomůžeme. V dobročinnosti neexistuje konkurence, všichni máme stejný cíl. My jsme se od začátku zaměřovali na sériovou výrobu, myslíme si, že to je naše specifická přidaná hodnota. Důvod byl pokryt poptávkou našich deseti podporovaných jednotek, a pokud zvládneme více, tak klidně i více. Na jednu cestu na Ukrajinu měsíčně vezeme 2500 zákopových svíček, což obnáší mimo jiné přes tunu vosku.

Může se zapojit i veřejnost?

Veřejnost nám pomáhá při zmiňovaných týdenních akcích, ale vlastní montáž je díky unifikaci tak jednoduchá, že během jednoho odpoledne v osmi lidech vyrobíme 1200 a více svíček. Nejvíce by nám ale pomohlo, kdyby se podařilo zorganizovat sbírku vosku a ten by se tak dostal na sběrná místa. Problém je, když je vosku málo a na hodně místech. Pak je ekonomicky složitější jej dostat za rozumné náklady do výroby. Ideální by tedy bylo, pokud lidé zorganizují v rodině, ve škole či v práci sbírku, aby nám materiál doručili, nebo pokud ho bude hodně, můžeme naplá-

novat jeho svoz. Samozřejmě vítáme dobrovolníky do výroby, chceme pokračovat v týdenních intervalech.

Co dál plánujete?

Naše řady dobrovolníků postupně rozšiřujeme a tím rozšiřujeme i záběr našich aktivit. Svíčky jsou potřeba, jsou pro nás ekonomicky nenáročné a můžeme pomáhat také v době, kdy nám nepřibývají finanční dary na platformě Znesnáze21.cz. Nyní potřebujeme publicitu, abychom získali podporovatele v podobě dárců a mohli pomáhat, protože i když řadu věcí a hlavně práce jsme schopni zajistit bezplatně, u některého materiálu to nejde vůbec. Něco stojí auta, ohřívací polštářky, trvanlivé potraviny, pití, specifické taktické položky jako noční vidění pro auta a další.

Na Ukrajinu jezdíte. Můžete popsat, jak to tam vypadá?

Viděl jsem sbírku Davida Krause pro Mukačevo, fantastická akce, klobouk dolů. Mukačevo je na západní Ukrajině, mám ten kraj moc rád, nasedám tam při cestě zpět do autobusu do Prahy. Víte ale, jaký je rozdíl mezi situací v Mukačevu a o 1500 km dále na východ někde v Kramatorsku, u Bachmutu? Propastný! Jestli potřebuje humanitární pomoc Mukačevo, pak civilisté blízko frontové linie jsou



Jan Riedl

úplně v zoufalé situaci. Když už na východ jezdíme, chtěl bych tam vozit humanitární pomoc civilistům, Organizátor projektu Pomahameukrajine.cz Vasyl Andrishko říká, že pro to budeme potřebovat velká auta a hromadu dobrovolníků. Nicméně pokud budeme schopni zajistit prostředky, rádi bychom naše aktivity rozšířili. Co budeme ale potřebovat nejdříve, je síť sběrných míst po Česku, kam lze dovézt buď zmiňovaný vosk, nebo v budoucnu jakoukoliv jinou humanitární pomoc. Takže veřejnost nám nejspíše pomůže příspěvkem na finanční sbírky, nebo pokud někdo chce působit jako dobrovolník, může se ozvat. Alespoň na některých projektech jsme schopni pracovat také s nedostatkem peněz a zároveň nechceme odmítnout žádnou nabídku pomoci.

MARK HÝŘ



Více o projektu najdete na Pomahameukrajine.cz.

Zaměřeno na imunitu

Když všude kolem nás řadí virózy a chřipky, je potřeba vzít zdraví své rodiny pevně do svých rukou. Vyzkoušet můžete hned několik našich osvědčených tipů, jak oslabenou imunitu účinně podpořit!



Vyzrajte na oslabenou imunitu!

Během zimy prochází imunita nejen vašich dětí, ale celé rodiny zatěžkávací zkouškou. Pobyt v dětském kolektivu pak představuje asi největší riziko. Přitom stačí málo – kvalitní a ověřený přípravek z lékárny se skvělou chutí.

Hlíva ústříčná PRO DĚTI s Rakytníkem JACK HLÍVÁK je vysoce kvalitní doplněk stravy z tradiční řady Imunit®, který byl vyvinut dle posledních poznatků moderní farmacie.

Svým unikátním složením s přírodními certifikovanými betaglukany z hlívy ústříčné, extraktem z rakytníku a dalšími vitaminy se přípravek stává jedinečným na českém trhu. Zároveň díky obsaženému selenu posiluje obranyschopnost organismu a díky jódu zajišťuje normální růst dětí. Navíc s dárkem pro celou rodinu: Vytvořte si vlastní 3D mořský svět.



S BETA-
GLUKANY
OD JACKA
HLÍVÁKA



STIMULACE IMUNITY již po 5 minutách!

Potřebujete v tomto chladném počasí nutně posílit svou oslabenou imunitu?

Vyzkoušejte doplněk stravy z lékárny Imunit® 5PreveMax obsahující nukleotidy získané ze sladkovodní řasy chlorelly a betaglukany z hlívy ústříčné. Jeho složení je navíc obohaceno o vitamin C a selen pro přirozenou funkci imunitního systému. Kyselina listová pak pomáhá snižovat míru únavy a vyčerpání. Výborné cucavé tablety s jahodovou příchutí působí díky své nové formě přímo na sliznici v dutině ústní. Tím zajišťují rychlé působení přítomných látek **již po 5 minutách od užití!**

Rychlá úleva při kašli a bolesti v krku

Nepříjemné pocity v krku, jako jsou škrábání a pálení, mohou během mrazivých dnů postihnout každého. K tomu se často přidává i nepříjemný kašel. Jak s projevy nachlazení rychle skoncovat?

Mějte vždy při ruce zdravotnický prostředek **STOPKAŠEL® Medical pastilky Dr. Weiss** obsahující unikátní směs 5 bylin, které pomáhají zmírnit příznaky běžných nemocí spojených s nachlazením, jako jsou kašel, bolest v krku nebo chrapot. Pastilky zároveň vytvářejí na sliznici úst a hrdla ochrannou vrstvu, čímž zmírňují podráždění, kašel a snižují pocit škrábání v krku. Díky praktickému balení pastilek, které se vejde do každé kabelky, můžete svému podrážděnému krku dopřát rychlou úlevu při prvních příznacích obtíží. Pastilky jsou vhodné také pro celiaky a těhotné a kojící ženy. K dostání v lékárnách.



Čtěte pečlivě návod k použití a informace, které se vztahují k bezpečnému používání zdravotnického prostředku.

Svoboda pro ucpaný nos a dutiny

Zahleněné dutiny, ucpaný nos a celková vyčerpanost organismu. Přesně tyto doprovodné signály má na svědomí nepříjemná rýma a nachlazení. Vsadte proto na osvědčenou pomoc z lékárny, díky které budete moci opět volně dýchat!



Dopřejte svému nosu a dutinám svobodu! Vyzkoušejte **SINUPO Forte sirup**, doplněk stravy s léty ověřenou kombinací 5 bylinných extraktů, obohacených o bazalku pravou. Má vynikající chuť a je skvělou podporou při rýmě a nachlazení. Prvosienka jarní spolu s bazalkou přispívají ke zdraví horních cest dýchacích a zmírňují příznaky běžného nachlazení. Černý bez podporuje přirozenou obranyschopnost organismu. Sirup je vhodný i pro děti od 3 let, těhotné a kojící ženy.

Výkup použitého zařízení

Leží ti doma použité zařízení, které už nevyužiješ?
**Telefony různých značek, iPad, Mac, Apple Watch
či GoPro kameru** můžeš přinést k nám na prodejnu
nebo nám je prodat online a využít našeho výkupu.



Jaké zařízení vykupujeme?



HUAWEI

HONOR

SAMSUNG

SONY



xiaomi

 smarty.cz

Více se dozvíš
na [smarty.cz](https://www.smarty.cz)

Výkup her a konzolí



Chceš si pořídit nové hry, ale ty staré ti zabírají místo v šuplíku? Nebo máš v plánu pořídit si novou konzoli, ale nechceš jen tak vyhodit tu starou? **Přines je k nám na prodejnu nebo využij prodej online a my ti zaručíme výkup za skvělou cenu.**



Jaké zařízení vykupujeme?



PlayStation



XBOX

Nintendo®

POVZNESTE
KAŽDÉ JÍDLO
NA ÚŽASNÝ
ZÁŽITEK

SLEVA AŽ
87%

Sbírejte nálepky
a získejte skvělou slevu na kvalitní
italské nádobí z kameniny.



Hrnek
již od
39⁹⁰
Kč

BILLA
klub



Akce trvá od 24. 1. do 26. 3. 2024. Více na billa.cz.



Vepřová kýta
bez kosti
cena za 1 kg

-61%

79⁹⁰
~~204⁹⁰~~



Borůvky
balení, 1 ks, 250 g
100 g = 21,96 Kč

-49%

54⁹⁰
~~107⁹⁰~~

BILLA

Nabídka platí od středy 31. 1. do úterý 6. 2. 2024.

POMÁHÁ I PO

Malostranský hřbitov je pozoruhodné místo na rozhraní čtvrtí Smíchov a Košíře. Je tu nejdojemnější ze všech hrobů – náhrobek děvčátka, jež se jmenovalo Anička Degenová. Holčička zemřela ve věku tří let.

Je sevřen mezi dvěma velmi rušnými výpadovkami – ulicemi Plzeňskou a Vrchlického. Neleží tedy na Malé Straně, ale daleko za jejími hradbami. Reč je o Malostranském hřbitově. Už od konce 19. století se zde nepohřbívá a hřbitovu mnohokrát hrozil zánik. Nejnavštěvovanějším místem je náhrobek Aničky Degenové.

Její překrásný a dojemný náhrobek vytvořil v roce 1851 sochař Jan Max. Na vybledlém nápise čteme Anna Degenová (1848–1851), dcera c. k. strážmistra a nádenice. Rodiče Aničky leží v hrobě jen o kousek dál.

Legenda o svaté holčičce vypráví, že když se v nebi rozdělávaly duše pro čerstvě narozené děti, stala se chyba. Anička dostala místo duše lidské duši andělskou. A tak, když Anička přicházela na svět, zářila na nebesích jasná hvězda, ptáci radostně švitořili, rozkvetly květiny i stromy ze širokého okolí. Zdálo se, že příroda se raduje z příchodu andělského dítěte.

Anička zvala domů žebráky i zloděje. Dala jim vždy vše, co mohla. Svým

rodičům prý říkala, že prostě v srdci cítí, že musí pomáhat.

Legenda říká, že Anička rozuměla řeči zvířat i květin. Ukázalo se ale, že pozemský život pro andělskou duši je příliš velkým břemenem. Anička si hrála v okně s hadrovou panenkou, kterou jí ale velký porыв větru vyfoukl z ruky. Holčička se po hračce natahovala, až vypadla z třetího patra na zem. Byla na místě mrtvá. Bůh se smiloval nad jejím pozemským utrpením. Vzal si podle legendy andělskou duši zpět. Za to, jak se obětavě starala o druhé, si Anička vysloužila přezdívku „svatá holčička“.

Legenda také říká, že Anička nepřestala pomáhat ani po smrti. A tak k jejímu náhrobu chodily a chodí děti do dnešních dnů. Nosí jí hračky, svaté obrázky a prosí ji o pomoc. Věřt, že jim svatá holčička pomůže.

Vypráví se, že malá Anička po smrti zachránila obyvatelky sirotčince pod Petřínem. Jedna z chovankyň v noci utekla na Malostranský hřbitov, aby poprosila svatou holčičku o uzdravení. Ostatní dívky a řádové sestry vychovatelky se jí vypravily hledat. V tu dobu do sirotčince udeřil blesk. Pokud by v té chvíli byly děti a jejich vychovatelky v budově, nepřežily by.

Co je legenda a co pravda, se už nedozvíme. Pravdou je, že na nejdojemnějším pražském hrobečku stále leží spousty hraček, květin, svatých obrázků a mnohá dětská přání napsaná na papírcích. Děti i po více než 170 letech od smrti svaté holčičky za Aničkou přicházejí a svěřují jí svá tajná přání. Andělská duše malé Aničky tak stále pomáhá a dodává víru ve vše krásné na světě. **DAVID ČERNÝ**

„Čekáním na nejlepší záběr si čistím hlavu“

Na tomto místě představujeme nejlepší pražské fotografy. Ondřej Buček uspěl se svým snímkem ze Seminářské zahrady na pražském Petříně, který ozdobí kalendář Miluju Prahu v březnu.

„Focení je pro mě jako rybaření. Vezmu foťák, nahodím a čekám na ten nejlepší záběr. Krásně si u toho vyčistím hlavu,“ říká Ondřej. Začal fotit už na střední škole jako párty fotograf. Už tehdy si koupil svůj první foťák a začal cestovat. Během covidu mu nezbylo nic jiného než se zaměřit na domácí hřiště, tedy na Prahu. Ondřej rád fotí západy a východy slunce. Vždy ho potěší, když se mu podaří vycípat zajímavé světelné podmínky pro svou fotku.

Autor snímku je IT specialista, rozený Brňák, který žije už 13 let v Praze. Rád cestuje, fotí a zabývá se sporty všeho druhu. Jeho fotka se do kalendáře Miluju Prahu dostala prostě tak, že to Ondřej zkusil a uspěl. „Na kalendář roku 2025 se těším,“ směje se Buček. **MET**

SEZNAMTE SE



SVÉ SMRTI



Aniččin hrob na Malostranském hřbitově

DAVID ČERNÝ



Březnová fotka ze Seminářské zahrady na Petříně

ONDŘEJ BUČEK



Slevu lze uplatnit pouze pro max. 5 bal. zboží na osobu a den

Vejsce
z podestýlkového
chovu



-32%

BILLA
Vejce M
10 ks
1 ks = 3,29 Kč

32⁹⁰



12 KS

-30%

Actimel
12x100 g
2 druhy
100 g = 6,66 Kč

79⁹⁰
běžná cena 175²¹

BILLA
klub

Slevu lze uplatnit pouze pro max. 6 ks zboží na osobu a den



-41%

Božkov
Vodka
0,5 l
1 l = 199,80 Kč
↓ 109,90 Kč

99⁹⁰



Mucha
sekt
0,75 l
více druhů
1 l = 133,20 Kč
↓ 109,90 Kč

-44%

99⁹⁰

↓ Nejnižší cena za posledních 30 dní.

BILLA

Nabídka platí od středy 31. 1. do úterý 6. 2. 2024.

VE KBELÍCH LZE SDÍLET SLEPICE.

V Ekocentru Prales podporují nejrůznější komunitní projekty. Vajíčka si odtud můžete odnášet i jedenkrát týdně.

Musíte je pravidelně krmit, uklízet po nich a rozmazlovat je tak, aby byly šťastné a spokojené. Reč není o dětech ani o domácích mazlíčcích, nýbrž o slepicích, jež bydlí v komunitním kurníku ve Kbelích. Jejich dobrovolným chovatelem se můžete chtít stát třeba proto, abyste si na další rok zajistili přísun vlastních čerstvých domácích vajíček. A zároveň se nechtete starat o zbytečné náklady navíc.

„Projekt jsme rozjeli teprve nedávno. Po počáteční obrovské vlně zájmu ale spousta lidí zjistila, že by museli pro věc obětovat více času a peněz, než byli ochotní. Počty lidí starajících se v rámci komunitního kurníku



Radosti z vajec se nic nevyrovná. Linda Janská (vpravo) a naše redaktorka objevily v kurníku s číslem jedna tři úlovky.

7x MET

nám proto klesly. Nyní se o slepice stará kolem šesti osob,“ vypráví nám na úvod Linda Janská, která má v Ekocentru Prales chod kurníku, jak se říká, na povel.

Funguje to jednoduše. Do péče dostanete slípky, o které se během letošního roku budete mít za úkol starat. Krmit je, uklízet jim kurník a voliéra a podobně. „U slepic budete mít službu v předem určené dny. Tehdy bude na vás, abyste jim přišli vyměnit

vodu, doplnili krmivo a sesbírali snesená vajíčka. Jednou za sedm až čtrnáct dní, záleží na počtu účastníků, budete mít pak větší službu, která zahrnuje kompletní úklid kurníků a voliér. V péči budete mít čtyřicetku slepic nosných plemen, každá snáší průměrně kolem tří stovek vajec ročně. Skutečná snůška se ale samozřejmě odvíjí od toho, jak je o slepice postaráno,“ popisuje nám u voliér Janská, zatímco nám pod nohama pras-



Čert ví, čím to je, ale světlé slípky jsou větší „útěkářky“.



Občas je fajn řídit se dobrou radou. Některé jsou i vyvěšené.

kají lehce zmrzlé kuřince. Venku je totiž pod nulou.

„V takové zimě, jako je teď, je pochopitelně ta produkce menší. Někdo nám ale spočítal, že pro účastníka našeho komunitního chovu vychází cena jednoho vejce na zhruba pět korun padesát. Někomu to může znít jako příliš, ale je jen málo způsobů, jak si můžete být stoprocentně jistí, odkud vejce, která jíte, pocházejí. O výhodách komunitního chovu jako takového

nemluvě,“ krčí rameny Janská a vytahuje přitom z jednoho kurníku tři čerstvá vejce. „Ty tu počkájí na chovatele, který je dnes na radě,“ dodává obratem Janská.

Vraťme se ale k penězům. Zapojení do projektu komunitního kurníku není zdarma a je možné ve dvou variantách. Tedy plný pronájem, kdy musíte za slepicemi docházet pravidelně každý týden a máte tak nárok na vajíčka každý týden. Cena pronájmu

INZERCE

KDY pondělí 5. 2., úterý 6. 2. 2024 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



až 1500 Kč za gr

STŘÍBRO: přibory, tabatěrky a technické stříbro



ŠPERKY: granátové a brilantové šperky



HODINKY: náramkové, kapesní až do roku 1990



200 Kč

z vykoupeného předmětu při předložení vydání.

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

JAK TO VIDÍM JÁ

Co bylo dřív? Vejce, nebo slepice? Je to celkem jedno. Hlavně že budou žít v klidu a bez hormonů

Je deset ráno a já vcházím do kbelského Ekocentra Prales. Jdu se podívat do komunitního kurníku, který zde nedávno vznikl. Modlím se, ať mě do nosu neuhodí zápach slepičinců, na který mě upozorňovala moje máma – kdysi totiž v rámci školní praxe slípky navštěvovala téměř každý den. Přicházím ke čtyřem kurníkům, kde je v každém deset kvočén. Všechny potřebují minimálně základní péči, kterou jim samozřejmě nabízí komunitáři. Těch bohužel ubývá. Chodí sem ale třeba maminky s dětmi, jednu jsem zrovna potkala. Chtějí totiž svým ratolestem ukázat, že se vejce v regálech obchodů nezhmotňují sama od sebe. To mi připomíná taky jedno z těch výchovných tvrzení, že peníze nerostou na stromech. Děti si najdou vztah ke slepicím, a ty budou mít zase někoho, kdo se o ně postará. Jde o vzájemnou symbiózu, jejím výtečkem je ono vejce. Může se to zdát fádni, obzvláště pokud je jednou týdně musíte zajít nakrmit a uklidit jim bejvák. Na druhou stranu, když se nad tím zamyslím, tak jde o velmi přínosný projekt. Stačí odstranit předsudek, jehož příčina se může skrývat právě ve slovním spojení komunitní kurník. Stojím uvnitř tohoto slepičího obývacího a dojde mi, že starost o něj byla dříve vlastně samozřejmostí. Uklidit, zkontrolovat slepice, sebrat vejce. Bohužel

žijeme v době, kdy je pohodlí náš svatý grál, i když to nepřiznáme. Ale ve finále je fajn mít v době plné zdražování potravin domácí vejce. Snesené bez stresu a napichaných hormonů. Osamělí jedinci tu mohou najít také přátele, komunitáře, kteří sdílí stejný kurník. Mají tedy stejné záměry a jak se říká – s kým jsi, takový jsi. Ekocentrum Prales se mi obecně zdá jako taková filmová oáza klidu, zkrátka místo, kde budete mít ze sebe dobrý pocit už jen ve chvíli, kdy tam vkročíte a pomůžete. V současnosti se lidé, kteří dělají pro své okolí něco užitečného, nevidí moc často. Možná by stálo za to, to někdy alespoň zkusit. A pokud se i já mám cítit jako lepší člověk a třeba v budoucnu své děti vést ke zdravému vztahu k okolí, možná je do kurníku vezmu. Koneckonců, není nic lepšího než si pěstovat své rostliny a chovat vlastní zvířata. A pokud má přijít krize, všichni, co se teď smějí, budou pak třeba chtít taky jedno vejce. Nebo možná rovnou nějakou slepici. Ale to už bude jedno, co bylo dřív.

TEREZA ŠIMURDOVÁ
redaktorka
deníku Metro



KOMUNITNÍ KURNÍK JE TRENDY



Volná místa v komunitním kurníku jsou. Ulovte si to svoje a obstarajte si tak na příští rok přísun čerstvých domácích vajčiček.



Linda Janská svou práci miluje. Nejvíce, když přijdou děti.



Napáječky, misky, krmivo, podestýlka, nářadí, vše tu je.



Jedna místní slepice snese zhruba 280 až 300 vajec ročně.

v takovém případě vychází na šest tisíc korun za rok. „Poloviční pronájem pak spočívá v tom, že za slepicemi budete docházet jednou za čtrnáct dní a vajíčka budete mít jednou za dva týdny. Cena pronájmu je tři tisíce korun za rok,“ doplňuje Janská.

V ceně pronájmu jsou slepice, kurníky s vybavením, jako jsou napáječky a misky, kompletní krmivo, podestýlka, nářadí a vše ostatní, co je k chovu slepic třeba. Na dobrovolnosti chovatelů pak je, zda kvočnám donesou na přilepšenou třeba skořápky od vajčiček nebo zbytky z kuchyně či ze záhonu a další pamlsky,“ upřesňuje Janská.

Jak již někteří čtenáři deníku Metro dobře vědí, v Ekocentru Prales podporují a dle

svých slov s láskou vedou i celou řadu jiných komunitních projektů. Úspěšnou komunitní zahradu, komunitní včelnicí, farmu se spoustou velkých domácích zvířat a včelín. Dokonce tu mají boudičku s nápisem Komunitní kadibudka.

„Další projekty jsou samozřejmě v plánu. Například apiterapeutické centrum. Dýchání včelího nebo úlového vzduchu v rámci takzvané apiterapie je v tuzemsku prozatím v počátcích. Je to ale skvělá terapie. Pokud se do chystaného dřevěného stavení vydáte, budete uvnitř dýchat ten ovčelený vzduch, což podle studií pomáhá na celou řadu psychických potíží, lepší to spánek, pomáhá s alergií a podobně,“ líčí nám

PRO VEJCE

30

Maximálně tolik minut strávíte podle Janské v komunitním kurníku při běžné výměně vody a krmení. Někdo to ale stihá i za deset. JAR

budoucí plány ekocentra Janská.

Výpary z úlu, které jsou směsicí odpařených látek z medu, propolisu, larev, pylu, mateří kašičky, silic a dalších neznámých látek, se doporučuje i pro to, že vnitřní prostor úlu je sterilní.

Včely totiž vše nové, co přijde, ihned oblepí slabou vrstvou propolisu, který má antibioidní a antibakteriální účinky. „Apicetrum je řešeno tak, že prostor, ve kterém žijí včely, a interiér jsou propojeny průduchy, kterými tento léčivý vzduch proniká do místnosti, ve které pobývají osoby, které vzduch vdechují. Ke kontaktu se včelami při pobytu nedochází,“ upřesňuje Janská. Nejplněnější čekací listinu mají však v kbelském ekocentru v případě komunitní zahrady. Ta zde úspěšně funguje od roku 2017 a nepřekvapivě zažila největší boom během covidové pandemie. „Drobní pěstitelé v ní mají k dispozici vyvýšené i klasické záhony. Je zde k dispozici sociální zařízení,

zdroj vody i parkoviště. Zabaví se tu celá rodina. Maminka zahradničí, tatínek třeba včelař a děti si prohlížejí zvířátka. Idyla,“ směje se Janská.

Pokud byste měli ke komunitnímu kurníku jakékoli dotazy nebo se do projektu chtěli zapojit, ozvěte se na mail janska@lesy-praha.cz či na telefonní číslo 608 351 406. „Nemusíte mít strach čtenářům deníku Metro tuto možnost nabídnout, místo totiž ještě máme,“ loučí se s námi Janská.

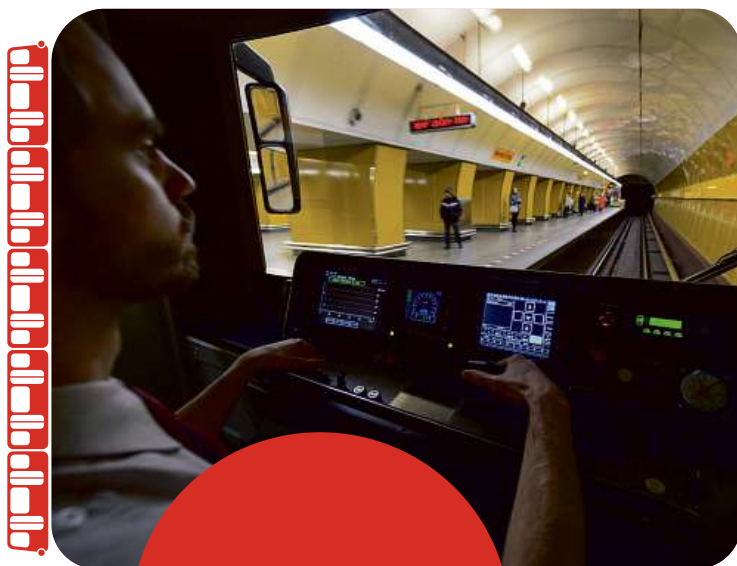


FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarovsky@metro.cz



TEREZA ŠIMURĎOVÁ
tereza.simurdova@metro.cz

INZERCE



**STROJVEDOUČÍ
METRA**

**Přijď si splnit sen.
Staň se strojvedoucím metra.**

Co od tebe potřebujeme:

- střední vzdělání s vyučným listem nebo maturitou v oboru: dopravním, elektrotechnickém, strojírenství, stavebním
- v případě vzdělání mimo uvedené obory je nutné vzdělání s maturitou nebo vyšší
- praxe v elektro oboru nebo dopravě výhodou

Co nabízíme my:

- zaměstnanecké jízdné i pro rodinné příslušníky (Lítačka)
- zajímavé zaměstnanecké benefity
- zázemí stabilní společnosti

Příští stanice: atraktivní a dynamické prostředí pražského metra.



800 220 020



Dopravní podnik
hlavního města Prahy

KULTURA

Režisér řídí improvizaci

Protagonisté hry Deus ex mikrofona se pokusí o nevidaný zážitek.

Improvizací soubor My kluci, co spolu chodíme připravil na 6. února do pražského divadla Jatka78 premiéru nové inscenace s názvem Deus ex mikrofona, která nabídne unikátní koncept. Naživo na jevišti přímo před diváky budou členové tohoto souboru, který je znám svými bezbřehými pohybovými improvizacemi, zkoušet s významnou režisérskou osobností – při jednotlivých uvedeních vždy jinou.

Inscenace tak nabídne vzhled do zákulisí divadelních zkoušek. Jaký bude výsledek? Co se stane, když režisér běžně nerežisuje před diváky a kluci běžně neimprovizují

s režisérem? Hned 6. února se jako režisér představí Jiří Havelka, při další repríze 2. března pak Štěpán Gajdoš. Další tvůrci jsou v jedné. Diváci se tak stanou svědky zákulisního ruchu a vztahových potyček, které obyčejná divadelní zkouška pro herce obnáší.

„Chceme hlavně poukázat na paradox vlastní tvorby; (ne)možnost režírovat improvizované představení. Pozvali jsme si na každou reprízu jinou režijní osobnost s jinými režijními přístupy. Společně s našimi hosty budeme právě tohle divákům odkrývat, představíme jim, kdo jak může pracovat v ‚živém přenosu‘. Často jsou dialogy a práce herec–režisér skryté, a proto chceme vytvořit prostor pro hru, pro dialog, pro exhibici i niternost,“ láká Lukas Blaha, jeden z členů souboru My kluci, co spolu chodíme. Vstupenky už jsou v prodeji na webu divadla. **METRO**



SERGHEI GHERCIU

Oněgin, pouze devětkrát

Veršovaný román Evžen Oněgin ruského romantika Alexandra Sergejeviče Puškina patří mezi nejznámější tituly světové literatury. Příběh petrohradského samolibého hejska a vesnické dívky Taťany s jejich mýjejícími se milostnými peripetemiemi si získal nejen čtenáře, ale i tvůrce napříč uměleckými obory. Balet Národního divadla od zítra vrací do svého repertoáru představení Oněgin, ale pouze na devět exkluzivních představení. **MET**

INZERCE

LEVNÉ KNIHY

Výprodej

sleva až

50 %

na vybrané zboží

od 1. ledna
ve všech
prodejnách
i v e-shopu

VODIČKOVA 19 | TYLOVO NÁMĚSTÍ | METRO BUDĚJOVICKÁ
NOVO PLAZA | ANDĚL - ŠTEFÁNIKOVA 5 | DEJVICKÁ 31
OC ŠESTKA | STROSSMAYEROVO NÁMĚSTÍ | ZENKLOVA 22
CENTRUM KRAKOV | GLOBUS ČAKOVICE | NC EDEN

VÍCE INFORMACÍ NA WWW.LEVNEKNIHY.CZ

Je libo gastro krimi, nebo román o zakázané lásce?



Sara Ackermanová: Tajemství luštitelky kódů

Příběh dvou žen, Isabel a Lu, odehrávající se na havajském ostrově Oahu ve dvou časových rovinách – za války v Pacifiku a v roce 1965.

Isabel se po Pearl Harboru zabývá rozkrýváním japonských kódů. Po převelení na Havaj, kde zahynul její bratr, se seznámí s jeho přítelem Matteem a oba se neubrání vzájemné přitažlivosti. Jejich osudy se však rozcházejí. Navíc Isabel přichází o kamarádku Glorii, jež se nevrátí z výletu s přítelem Dickiem, on tvrdí, že se utopila... *Ikar, 399 Kč*



Marieke Lucas Rijneveld: Ty moje skvostné zvířátko

Odvážná a šokující kniha o lásce, jež hraničí s chorobnou posedlostí od držitele mezinárodní Man Bookerovy ceny. V odlehle holandské vesnici, kam lidé zvenčí přijdou jen zřídkka, se místní veterinář vydává na další rutinní návštěvu sousedního statku. Je začátek parného léta a v okolí se šíří zvěsti o nemoci skotu, ale on má oči jen pro čtrnáctiletou farmářovu dceru, která tráví osamělě

prázdniny podivnými hrami a fantaziováním. Nikdo netuší, kolik toho ti dva mají společného, citlivost a vnitřní trýzeň, neukojitelnou představivost, a jak daleko jejich tajný vztah zajde. V literatuře se některé velké příběhy neodbytně vrací. A Rijneveld dává ten svůj do služeb jednoho z takových příběhů: jeho odvážná reinterpretace Lolity v originálním zpracování připomíná jednu z nebezpečných podob lásky. *Argo, 388 Kč*



Tom Hillenbrand: Karmínové zlato

Pokračování detektivních případů s kulturní zápletkou v hlavní roli s lucemburským kuchařem Xavierem Kiefferem přináší další případ s názvem Karmínové

zlato. Od té doby, co chodí s nejslavnější gastro kritičkou Francie, dostává pozvánky na nejexkluzivnější večeře. Jenže nůbl diner u pařížského starosty skončí už po předkrmu: Rjúnosuke Mifune, proslulý specialista na suši, záhadně umírá a diagnóza zní jasně: otrava rybou. Jenže Kieffer o výsledcích vyšetřování pochybuje, obzvláště když se objeví několik podstatných nesrovnalostí. Možná jsou některé ryby skutečně nad zlato a mají větší cenu než lidský život... *Moba, 319 Kč*

MET

PLAY

Mrzne

Už je zase (na chvíli) docela pořádná zima! Moje moravská babička vždy říkala, že mráz alespoň zničí bacily, a hned nám pro jistotu začala vařit bylinkové čaje, cpala nás sušeným ovocem a k snídani nám dávala vajíčka, slaninu, vařené fazole a domácí kozí sýr. Každopádně vždy bylo na talíři něco teplého. To jsou mé dětské vzpomínky z minulého století, a o to víc jsem potěšen, že dnešní nutricionisté by mojí vesnické obyčejné babičce dali za pravdu. Do téhle zimy rozhodně nedoporučuji na začátek dne žádné studené jogurty,

„Moje moravská babička vždy říkala, že mráz alespoň zničí bacily.“

ale ani moc chleba nebo rohlíky. Čaj s citronem v nás sice navodí pocit, že jsme se ochránili vitamínem C, ale to většinou není pravda. Citron převážně mačkáme do horké vody, takže prakticky všechno zničíme, a navíc citrusové plody otevírají na celém těle póry, takže nám je nakonec větší zima.

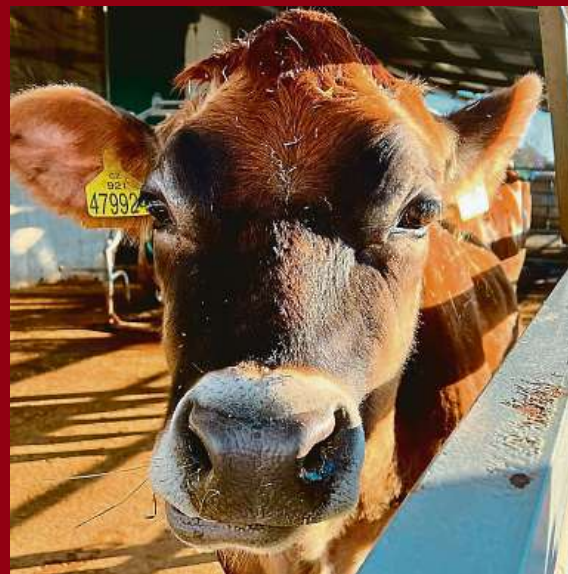
Naopak polévka, velmi netypická snídaně v našich krajích, je v pořádku. Nejvíce ze všeho se podle posledních výzkumů hodí typická „anglická snídaně“, tedy opět značně neobvyklá kombinace v Česku: štavnaté klobásky, smažená anglická slanina, pečené rajče, volské oko, osmahnuté žampiony, fazole v rajčatové omáčce a opečený toast. Pokud snídáte „po anglicku“ (tradiční Full English Breakfast), dá to sice trochu práce s přípravou, ale vaše tělo získá docela pestrou a výživnou kompozici, která vaše tělo dobře nastartuje do celého dne!

A hlavně v zimě!

PAVEL MAURER
MILOVNÍK JÍDLA



@mojemetro



Uživatel @thedanielkrauz k této fotce na Instagramu napsal: „Česká zemědělská univerzita v Praze Suchdole má překrásné krávy... :) Věděli jste, že kráva miluje hlazení a denně žvýkne více než 40 000krát? Přijďte se na ČZU přesvědčit o jejich kráse sami...“ Prima tip na výlet, ne? #metrotag #mojemetro

#METROTAG

Tohle je místo na váš vzkaz! Do žlutého rámečku napište přání, vzkaz, 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!

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

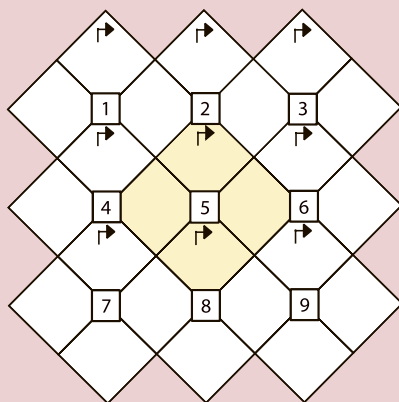
6	8	2	1	5	4	9	7	3
4	1	7	9	3	8	5	6	2
5	3	9	7	2	6	4	1	8
8	2	5	4	1	9	7	3	6
1	6	4	2	7	3	8	5	9
9	7	3	6	8	5	2	4	1
2	9	6	5	4	1	3	8	7
3	5	1	8	9	7	6	2	4
7	4	8	3	6	2	1	9	5

ŘEŠENÍ SUDOKU:
LUŠTĚNKA: PULT

LUŠTĚNKA

Slova vpisujte okolo číslice doprava, první písmeno je vždy nad číslicí.

1. potřeba kovboje
2. náš národní strom
3. práce s rýčem
4. tečka v telegramu
5. tajenka
6. posvátný zákaz
7. hlavní mnich
8. ničemá
9. bižuterie (hovor.)



F POHODĚ

;-)

Paridův soud

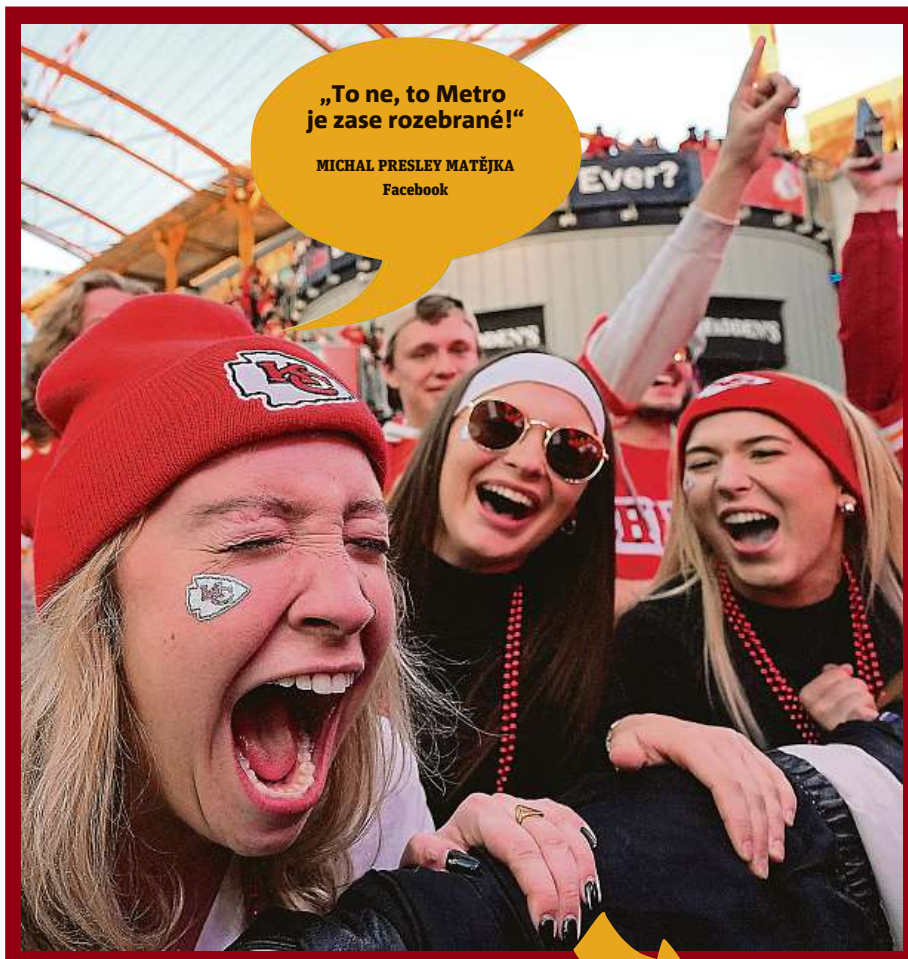
A. Židkova



SUDOKU

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

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



POČASÍ

DNES	ZÍTRA	PÁTEK	SOBOTA
3/7 °C	4/8 °C	3/7 °C	7/11 °C

Teplotní rekordy: ↓ -27,5 °C (1830) ↑ 14,5 °C (2020) Bio: ❤️ ❤️ ❤️

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

FOTO: 2x AP

ČT1	ČT2	NOVA	PRIMA	ÓČKO
<p>20.10 Četnické humoresky (4/39) Beáta. Krimiseriál (ČR, 2000). V kapli kláštera boromejek je uvolněným zvonek zabita mladá sestra. Hrají: T. Töpfer, I. Trojan, P. Kostka, J. Grygar</p> <p>21.30 13. komnata Carmen Mayerové</p> <p>22.00 Adiktus (2/6) Dramatický seriál (ČR, 2024)</p> <p>22.35 Šťěstí Drama (ČR, 2005). Hrají: P. Liška, T. Vilhelmová, A. Geislerová</p> <p>00.20 Maigret: Tajemství černé labutě</p>	<p>20.00 Investigátoři (4/6) Astrologie</p> <p>21.00 Příběhy starých hospod 2 (4/8) Pardubický kraj. Uvádí J. Polášek</p> <p>21.30 K počtě zbraň! (4/8) Lipjagy 1918</p> <p>22.00 Touha po věčnosti (4/10)</p> <p>22.25 Dalglish</p> <p>23.15 Operace Barbarossa (1/3)</p> <p>00.00 Koncentrační tábor Ravensbrück</p>	<p>20.20 Výměna manželek XVI Jak si poradí temperamentní Lucie v rodině, kde nejsou úplně ideální vztahy? Dokáže se ne příliš aktivní Dominika přizpůsobit rodině s malými dětmi?</p> <p>21.35 Utajený šéf IV Hoteliérství v postcovidové době může být buď volný pád do propasti, nebo jízda do hvězdných výšin</p> <p>23.05 Kriminálka Las Vegas IV (1) Krimiseriál (USA, 2003)</p> <p>00.05 Rizzoli & Isles: Vraždy na pitevně II (11, 12)</p>	<p>20.15 Na vlnách Jadrana (4) Seriál (ČR, 2023). Nenadálá smrt potápěčky vyvolává otázky a první podezřelou z její smrti je Nikol. Hrají: M. Hádek, A. Ernest, N. Germáni, S. Cavazza</p> <p>21.40 Show Jana Krause Jan Kraus, jak ho znáte, v úspěšné show!</p> <p>22.45 Show Jana Krause</p> <p>23.50 Ano, šéfe! Jsme tu proto, abyste v hospodách nejedli blafy!</p> <p>00.50 Policie v akci Čtyři případy, čtyři lidské osudy</p>	<p>19.00 Party ride Dance music na dnešní mejdan</p> <p>20.00 O Black List Hip hop a r'n'b</p> <p>21.00 Facebook jukebox Píšte si o klipy na přání přes Facebook.cz/ockovt, vaše vzkyazy zobrazíme přímo ve vysílání</p> <p>22.00 Naked Attraction Poland Nové premiérové díly polské verze nahé seznamky</p> <p>22.30 Virtuální svět TV</p> <p>0.00 Óčko flirt</p>



Švýcarka je blízko zisku glóbu za obřák

Lyžařský obřík slalom v italském středisku Kronplatz vyhrála Lara Gutová-Behramiová (na snímku) a ve Světovém poháru slaví 42. triumf. Při neúčasti zraněných Američanky Mikaely Shiffrinové či Slovenky Petry Vlhové tak Švýcarka udělala další krok za malým křišťálovým glóbem a v celkovém pořadí seriálu se přiblížila vedoucí Američance na 95 bodů. Adriana Jelínková na body nedosáhla, v prvním kole obsadila 32. místo. **ČTK**

ČÍSLA DNE

2

Po nedělním přímém souboji mezi Spartou a Třincem bude bitva o druhé místo v základní části Tipsport extraligy mezi těmito týmy pokračovat na dálku i dnes. Pražané se v předehrávce 48. kola utkají s Libercem, Oceláři přivítají v dohrávce 10. kola hokejisty Kladna.

69

Ve věku 69 let zemřel po dlouhé nemoci bývalý veslař Zdeněk Pecka, držitel dvou bronzových olympijských medailí a dlouholetý trenér úspěšného skifáře Václava Chalupy. Byl také ředitelem Sportcentra Račice. O jeho úmrtí informovala manželka Květa Jeriová Pecková. S trojnásobnou olympijskou medailistkou v běhu na lyžích měl dvě dcery. **ČTK**

Biatlonisté chtějí jet „na bednu“

Poslední cenný kov na MS získali Češi před třemi lety.

Markéta Davidová i Michal Krčmář jsou v desetičlenné nominaci českých biatlonistů na domácí mistrovství světa v Novém Městě na Moravě. Reprezentační tým žen doplňují Tereza Voborníková, Jessica Jislová, Lucie Charvátová a debutantka Kristýna Otcovská. V mužském týmu jsou také Jonáš Mareček, Tomáš Mikyska, Jakub Štvrtecký a premiérově Vítězslav Hornig. Ve hře je ještě povolání šestého člena.

Biatlonisté se pokusí získat před domácími fanoušky pre-

miérový cenný kov v sezoně. Na MS ho naposledy získali v roce 2021, kdy v Pokljuce uspěla Davidová, která získala zlato z vytrvalostního závodu. Vloni vyšli Češi v Oberhofu naprázdno.

„Na mistrovství světa se předem nominovali tři nejlepší ženy a tři nejlepší muži v celkovém hodnocení Světového poháru. Na návrh trenéra doplnily tým Lucie Charvátová, která pravidelně bodovala ve Světovém poháru, a Kristýna Otcovská, nejlepší z týmu žen na mistrovství Evropy,“ řekl sportovní ředitel Ondřej Rybář.

V mužské sestavě chybí jediný aktivní pamětník mistrovství světa v Novém Městě na Moravě z roku 2013 Krč-

„NOVÝ“ STADION

11

Biatlonové mistrovství světa se ve zrekonstruované Vysočina Areně uskuteční od 7. do 18. února a vrátí se do Česka po jedenácti letech.

mář, jenž v létě prodělal infekci cytomegalovirem a vynesl poslední díl Světového poháru v Anterselvě.

Šampionát začne ve Vysočina Areně příští středu závodem smíšených štafet. **ČTK**



Markéta Davidová je v průběžném pořadí Světového poháru na 24. místě, nejlépe dojezdila devátá ve stíhačce v Lenzerheide. PETR SLAVÍK

Medailová Ostrava

Čeští rekordmani Tomáš Staněk a Radek Juška obsadili druhá místa na atletickém mítinku Czech Indoor Gala v Ostravě. Koulař Staněk výkonem 21,33 metru sahal po vítězství, závěrečným pokusem ho však o pět centimetrů překonal Američan Roger Steen. Juška skočil 803 cm a nestačil jen na olympijského vítěze Reka Miltiadise Tento-

glua. Druhá skončila i tyčkařka Amálie Švábíková, která překonala latku ve výšce 463 cm. Nizozemská mistryně světa ve čtvrtkařské štafete Lieke Klaverová zaběhla nejrychlejší světový čas na 400 metrů této halové sezony 50,54. Lada Vondrová byla třetí za 52,05. Vítězem mužského běhu na 400 metrů se stal Vit Müller časem 46,26. **ČTK**

KRÁTCE

Hladký postup

Osmnáctiletá česká tenistka Linda Fruhvirtová postoupila na turnaji v Chua Chin v Thajsku do druhého kola po výhře 6:3, 6:1 nad Anastasií Tichonovou. Ruska nahradila na poslední chvíli Američanku Claire Liuovou.

Generálka na ME

Čeští fotbalisté odehrají generálku na mistrovství Evropy v Německu 10. června doma proti Severní Makedonii. O soupeři pro druhé přípravné utkání před šampionátem, k němuž reprezentanti nastoupí na soustředění v Rakousku, se jedná.

Bronz místo zlata

Mezinárodní bruslařská unie rozhodla, že po diskvalifikaci Kamily Valijevové za doping získá Rusko za soutěž krasobruslařských družstev na ZOH v Pekingu v roce 2022 po odečtení jejich bodů místo zlata bronzové medaile. **ČTK**

Actiměl®

**PODPORUJ SVŮJ
IMUNITNÍ
SYSTEM!**



Actimel obsahuje vitamíny B6 a D, které přispívají ke správné funkci imunitního systému.
Při každodenní konzumaci v rámci vyvážené stravy a zdravého životního stylu.