

**IGY**  
5 • L E T

**5 PLUS 2**

PÁTEK 9. PROSINCE 2022 • Č. 45 • ROČNÍK XI

# PŘÁNÍ?

JSME TU PRO VÁS.  
PŘEJEME KRÁSNÉ VÁNOCE!

[igycentrum.cz](http://igycentrum.cz)

# Podílejte se na výnosech z nájmu

a růstu hodnot nemovitostí ve vlastnictví realitní skupiny e-Finance, a.s.

## INVESTICE DO DLUHOPIŠŮ OD 50 000 Kč

roční výnos  
**inface + 1 %**

Čtyřleté proti-inflační  
dluhopisy

roční výnos  
**8 %**

Tříleté dluhopisy s vysokým  
výnosem

roční výnos  
**7 %**

Dvoutleté dluhopisy zajištěné  
zástavním právem k areálu  
Zámku Račice-Pístovice

Objednávat můžete:



[www.e-finance.eu](http://www.e-finance.eu)



[info@e-finance.eu](mailto:info@e-finance.eu)



+420 515 555 555



Bratislavská 52, Brno

Schváleno Českou národní bankou. ČNB schvaluje prospekt dluhopisů pouze z hlediska toho, že splňuje normy, které ukládá nařízení (EU) 2017/1129. Konečné podmínky a prospekt dluhopisů schválený ČNB naleznete na [www.e-finance.cz/dluhopisy-informace](http://www.e-finance.cz/dluhopisy-informace).

Portfolio dokončených a pronajímaných nemovitostí skupiny e-Finance, a.s. již přesahuje hodnotu 1,2 miliardy korun. Hodnota všech realitních projektů včetně těch, které jsou v přípravě a výstavbě, přesahuje hodnotu 2,2 miliardy korun.

## Portfolio nemovitostí realitní skupiny e-Finance, a.s.:

- přes 1,2 miliardy Kč hodnota nemovitostí
- více než 150 bytů k pronájmu
- 4000 m<sup>2</sup> kancelářských ploch



eFi Palace Hotel, Brno,  
dokončené 2 etapy



EFI Pivovar,  
Brno



EFI SPA Hotel, Brno,  
Nám. 28. října



Zámek Račice,  
Račice-Pístovice - podzámčí



Zámek Račice,  
Račice-Pístovice - předzámčí



Zámek Račice,  
Račice-Pístovice - hl. budova



eFi Obchodní Galerie,  
byty a kanceláře - Jihlava



eFi Obchodní Galerie, byty  
a kanceláře, Jihlava - nástavba



Bytové domy Břeclav,  
ul. Charvátská



Bytový dům, Brno,  
ul. Holzova



Rezidence Pěkná, Brno,  
nebytové prostory



EFI Mlýn, EFI Motorest  
a rybníky - Hodonín u Kunštátu



eFi ApartHotel, Horní Lipová,  
Lipová lázně



eFi Palace Hotel, Brno,  
3. etapa, přístavba



Rezidence Bílovice,  
Bílovice nad Svitavou

Již 21 let investujete s e-Finance, a.s.

[www.e-finance.eu](http://www.e-finance.eu)

## Ondřej Sokol

**Partnerka musela přijmout fakt, že jsem takové její další dítě**



...str. 10 a 11

# Zboří most u Protivína

Na tahu z Českých Budějovic do Prahy zdemolují most. Řidiče čekají výrazná omezení. Silnici ale také rozšíří.

■ LUKÁŠ MAREK

**PROTIVÍN** | Mezi pět nejdůležitějších komunikací v Jihočeském kraji jistě patří silnice kolem Protivína. A právě tato část tahu z Budějovic do Písku a dále do Prahy bude na hodně dlouho neprůjezdná. Most nad železnicí na okraji města je ve špatném stavu, budou ho tak muset zbourat a postavit úplně nový.

„Po provedení diagnostických průzkumů jsme zjistili, že vykazuje řadu závad, které bude výhledově nutné odstranit,“ potvrdil Adam Koloušek, mluvčí Ředitelství silnic a dálnic (ŘSD), které objekt spravuje. Ve špatném stavu jsou především takzvané předpínací výztuže.

Přípravy této akce jsou nyní ve fázi zpracování dokumentů pro žádost o vydání společného územního rozhodnutí a stavebního povolení. Také proto nyní nelze přesně říct, kdy začne samotná bourání, jež zásadním způsobem omezí dopravu v kraji. „Předpoklad zahájení stavebních prací je v roce 2024,“ odhadl Koloušek. Mají trvat dvě stavební sezony. Úsek tak bude neprůjezdný minimálně jeden rok. Vybraná firma nejdříve pod stávajícím mostem, dlouhým 350 metrů, postaví nové pilíře, pak ho zbourá a vybuduje nový. Odhadovaná cena je 800 milionů korun.

Ve chvíli, kdy začne platit uzavírka, tisíce řidičů denně najedou na objízdné trasy. Omezení bude opravdu veliké. Nejreálnější variantou pro hlavní objížďku je odklon dopravy na silnici první třídy I/22 a I/4 přes Strakonice. „To by znamenalo relativně malý kilometrový nájezd navíc, zhruba 12 kilometrů,“ upřesnil Koloušek.

Více si řidiči zajedou, pokud by v Písku zamířili směrem na Tábor a na jih by



Současný 350 metrů dlouhý most na okraji Protivína je poškozený tak, že bude nutné ho zbourat a postavit nový. FOTO | PETR LUNDÁK, MAFRA

dál jeli po dálnici D3. Šoféři menších aut do 3,5 tuny si pak najdou i jiné trasy po vozovkách druhé a třetí třídy. Z Písku bude možné jet směrem na Budějovice například přes Týn nad Vltavou nebo do Ražic a Drahonice a odtud už zase na Vodňany po hlavní komunikaci.

Na stavbu nového mostu by pak měla navázat ještě další důležitá dopravní akce, díky které bude provoz na trase z Písku až do Budějovic o dost bezpečnější a plynulejší. Úsek dlouhý padesát kilometrů je dlouhodobě extrémně zatížený provozem a na některých místech prakticky nelze předjíždět. Pomoci má takzvané uspořádání 2+1. To znamená, že v jednom směru jsou vždy dva jízdní pruhy, které se na trase střídají.

„V nejpokročilejší fázi přípravy je nyní právě část z Protivína směrem na Vodňany,“ potvrdila Vladimíra Hrušková, šéfka českobudějovické správy ŘSD. Ředitelství zpracovává dokumentaci pro stavební povolení, pak bude nutné vykoupit potřebné pozemky a v roce

2024 by mohlo ŘSD vypsát tendr na zhotovitele tohoto úseku.

Na obchvatu Vodňan pak budou dva pruhy místo jednoho směrem na Budějovice, naopak z Vodňan až na odbočku do Milenovic budou mít motoristé více komfortu směrem na Písek. Takto se to bude střídat v pravidelných intervalech. Podobně je to naplánované i dále směrem na Písek či do krajského města. Pomůže to například úseku z Vodňan až po Česnovice, kde se stalo už mnoho tragických nehod. Některé části ale mají být podle předběžného harmonogramu hotové až v roce 2028.

Na tomto tahu pokročila také příprava obchvatu Česnovic a Dasného u Budějovic, jejichž obyvatelé roky čekají, až tranzitní doprava zmizí z obou obcí. Denně jimi projede i přes 20 tisíc aut. Ředitel ŘSD Radek Mátl nedávno potvrdil, že má projekt pravomocně stavební povolení. „Na stavbu délky 8,5 kilometru je vykoupěných přes 90 procent pozemků,“ upřesnil Mátl.



## 10 let s vámi

Speciál týdeníku 5plus2

Týdeník 5plus2 je s vámi už 10 let. Při té příležitosti jsme pro čtenáře připravili speciální vydání. Připomeneme v něm povedené články a rozhovory, ale také to, jak se za poslední dekádu změnilo Česko i celý svět a čím je republika žila v roce 2012, kdy jste mohli 5plus2 držet v ruce poprvé.

Speciál 10 let 5plus2 najdete jako přílohu deníků Mladá fronta DNES a Lidové noviny v pondělí 12. prosince.



## 45 LET ŽENY ZA PULTEM

Zákulisí natáčení a premiéry kontroverzního seriálu ...str. 6



## „MĚKKOUŠ“ VERSUS „TVRĐÁK“

Vybrat vhodný vánoční dárek je umění. Jak na to? ...str. 12

# Vyšší ceny za cukroví lidé přijali

Kdo si nechce napéct vánoční cukroví doma, může si ho objednat za ceny většinou **přes tisíc korun za kilo**. Objednávky se však rychle plní, pekaři jsou vytížení.

■ EVA PETROVÁ

**JIŽNÍ ČECHY** | Advent začal letos již na konci listopadu a nyní je zhruba v půlce. A tak jsou u většiny lidí i ve městech přípravy na Štědrý den v plném proudu. Výzdoba z ulic se postupně rozšiřuje i do obýváků a v rodinách řeší každoroční otázku – kolik druhů cukroví napečou?

Přestože cena másla, mouky a dalších surovin stále roste, Jihočeši si sladké na Vánoce neodeprou ani letos. Mnozí využili nabídek profesionálů a objednali si vánoční cukroví na zakázku. Cukráři tak mají napilno, jejich kapacity se totiž rychle zaplnily.

„Máme více objednávek než loni,“ těší se Lenka Karváňková z Vypečeného okna, které v centru Českých Budějovic

INZERCE

vic kolemjdoucím nabízí sladké i slané pochutiny.

Podle Karváňkové nárůst zájemců způsobilo zúžení konkurence. „Spousta pekařů a cukrářů to zřejmě kvůli rostoucím cenám vzdala a nepečou,“ myslí si podnikatelka, která stejně jako loni nabízí kilo cukroví za 1 190 korun. Další objednávky už nepřijímá, do Štědrého dne musí její tým stihnout napéct 150 kilogramů zamluvených sladkostí.

## Lidé šetří i na sladkém

Stálou klientelu si v krajském městě drží Dorty u věže Radky Vrtělové. Přesné číslo objednávek nemá, ale ve výsledku toho letos zkušená cukrářka napeče méně. „Zatímco minulý rok si lidé brali do rodiny třeba pět kilo cukroví, tentokrát si koupí jen tři,“ vysvětluje a šetrně chápe jako reakci na zvyšování cen.

O čtyři sta korun zvedla cenu přípra-



Majitelka českobudějovického bistra Vypečené okno Lenka Karváňková už nové objednávky na pečení cukroví nepřijímá. FOTO | PETR LUNDAK, MAFRA

veného cukroví provozovatelka Kremrolky ve Štěpánovicích na Česko-budějovicku Jana Slaná. A cenovou úpravu má za sebou i cukrárna U Kláštera v centru krajského města. „Od ledna budeme zákusky zase zdražovat, protože ceny surovin jsou téměř s každým týdnem vyšší,“ předesílá vedoucí provozovny Marcela Machutková.

## Cena roste s kvalitou

Základní suroviny pro přípravu pečených zákusků za poslední rok výrazně podražily. Nejvíce si cukrářky připlatí právě za cukr, jehož cena podle údajů Českého statistického úřadu stoupla proti loňsku o více než 105 procent. Kilové balení dnes běžně supermarket nabízejí za 40 korun.

O polovinu větší výdaje dají i za mouku nebo máslo, když za jednu kostku průměrně zaplatí 59 korun. Také vejce stála o třetinu méně ještě minulý měsíc. Velkou roli ve výsledné prodejní ceně hraje při přípravě cukroví kvalita a různorodost zvolených ingrediencí. Zákazníci se musejí připravit na vyšší částky u sladkosti s pravou vanilkou, kvalitními ořechy nebo máslem.

Vrtělová používá do těsta výhradně máslo. Za krabičku, kam poskládá kilogram cukroví, si pak účtuje 800 korun. „Nabízím jednotnou směs. Z toho tři čtvrtiny tvoří klasické druhy, zbytek doplňuji méně obvyklými kusy, jako jsou makronky,“ říká cukrářka, která pro

nadcházející svátky prodává výhradně zmíněné cukrovinky. Jejich objednávky přijímá do konce listopadu.

„Vánočky na zakázku nepeču, nevyplatilo by se mi to,“ vysvětluje s tím, že pár kusů tradičně splete pro rodinu a známé.

## Chtějí to, co doma napečou

O prodej svých vánoček nemají strach v písecké cukrárně Upekla. Více než kilový spletenec plný másla a mandlí tu nabízí za 490 korun. Za kilový balíček mixu deseti druhů cukroví pak zákazníci zaplatí o jedenáct set více.

Mimo tradiční druhy si pak mohou vychutnat linecká maková srdce s citronem nebo medovníkové koule.

„V tuto chvíli máme vyprodáno a další objednávky už nepřijímáme,“ hlásí pekařka Miroslava Semrádová. Kapacita se i letos naplnila pár dnů po spuštění objednávek. Případných přebytků se mohou zákazníci ujmout v písecké prodejně 19. prosince.

„Kromě směsi si u nás mohou lidé zamluvit i jednotlivé druhy podle přání. Většinou si žádají ty se zajímavou náplní nebo neobvyklými chutěmi, které doma napečou,“ pozoruje cukrářka Valérie Eliášková z rodinné cukrárny Moka ve Velešíně na Českokrumlovsku.

Podobně jako o minulém adventu i letos Mokovi napečou přes sto kilogramů cukroví. Za jedno si účtují tisíc korun.

**DRAŽBY**  
PORTÁL ELEKTRONICKÝCH  
DRAŽEB A AUKCI

**AUKCE NEMOVITOSTÍ**

**ZDARMA**

Prodejte Vaši nemovitost (byt, dům, pozemek) za nejvyšší možnou cenu formou elektronické aukce nebo dražby. **JURIS REAL Dražby a.s.** s databází 100 000 registrovaných, poptávajících klientů je největší dražebník v ČR!

**800 22 33 88**

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

**Pohřební služba**  
**Otýlie s.r.o.**  
**Biskupská 6,**  
**České Budějovice**

**zajišťuje veškeré pohřební a kremační služby.**

**Kancelář: Biskupská 6**  
**Po–Pá: 7.00–15.30**  
**So–Ne: 9.00–13.00**

**Bezplatná nonstop linka:**  
**800 111 002**  
**Stálá služba:**  
**602 443 478, 602 443 475**

# Využití pro pivovar dál nemají

V Jindřichově Hradci se chtějí pustit do opravy bývalého pivovaru, který už roky chátrá.

■ MARIE KUČEROVÁ

**JINDŘICHŮV HRADEC** | O účelu bývalého pivovaru na Balbínově náměstí v Jindřichově Hradci zastupitelé jednají již řadu let. Stále však není jisté, k čemu nakonec bude zatím chátrající areál sloužit. Těsně před začátkem letních prázdnin schválilo bývalé vedení města částku 1,2 milionu korun na první fázi projektování opravy střech, fasád a vyčištění interiérů. Nikdo ze zastupitelů nezvedl ruku proti, protože nutnost alespoň základních oprav chápali všichni.

Přesto se někteří obávali, zda je rozumné investovat nemalé peníze do budovy, která doposud postrádá účel. Návrhů přitom mělo vedení města na stole víc. „Musíme vycházet z toho, co umožňuje současný územní plán. Některé myšlenky, byť jsou hezké, by vyžadovaly jeho rozsáhlou změnu. To je příklad třeba startovacích bytů,“ řekl nynější starosta města Michal Kozár (ANO).



Pivovar v Jindřichově Hradci koupila radnice v roce 2016. Od té doby řeší, co s chátrajícím areálem dál.

FOTO | PETR LUNDÁK, MAFRA

Sám se nejvíce přiklání k návratu k původnímu účelu – oživení pivovaru. „Další budova, která by město pouze zatížila výdaji a nic nepřinášela, není úplně správné řešení. Otázka malého městského pivovaru je tak docela namístě,“ potvrdil Kozár. Jenže k tomu při dnešních podmínkách stačí desetina rozlohy budovy a ani s restaurací to nepokryje

významnou část objektu. Nabízí se tedy přidat společenský sál využitelný i pro divadlo nebo knihovnu.

„Nyní se připravujeme z hlediska projektové dokumentace na to, aby byl prostor variabilní a věděli jsme, jak má vypadat zvenku. Důležité ale nyní je, abychom získali finance. Bez nich můžeme objekt pouze udržovat,“ přiznal Kozár.

I samotné projektování je ale zapotřebí pečlivě zvážit, aby nebylo nakonec kontraproduktivní.

„Přijde mi nesmyslné investovat obrovskou sumu do opravy fasády a střech, aniž bychom věděli, k čemu bude budova sloužit. To může výrazně omezit možný prostor pro úpravy důležité pro budoucí fungování budovy. Objekt pivovaru totiž není zrovna přívětivý, co se týče možností využití. Chybí tam například světlo, protože většina oken není dost velká,“ naznačil kastelán jindřichohradeckého zámku a zastupitel města Jan Mikeš (STAN).

Podle jeho slov by tak bylo možné zvážit třeba i částečné prosklení střechy nad částí budovy, aby se do ní dostalo chybějící světlo. Proto doufá, že se bude rekonstrukce řešit až společně s náplní objektu, aby nezůstal jen prázdnou, byť opravenou obálkou bez obsahu.

„Je to jedna z akcí, která bude stát mnoho peněz. Podle toho, jakým stylem uchopíme rekonstrukci, se můžeme pohybovat někde v rozmezí od 600 milionů až přes miliardu. Musíme tedy vyřešit, kdo to zaplatí. Ten, kdo bude poskytovat dotaci, může říci, že veškeré naše myšlenky jsou špatné a že tam chce třeba muzeum, a my se tomu budeme muset podřídit,“ podotkl starosta.

INZERCE

## PF 2023

Milí zaměstnanci, vážení zákazníci a obchodní partneři,

děkujeme Vám za spolupráci a důvěru v roce 2022.

Do roku 2023 Vám přejeme pevné zdraví,

štěstí a mnoho osobních i pracovních úspěchů.

**coop JEDNOTA**  
SPOTŘEBNÍ DRUŽSTVO VE VOLYNĚ

# Žena za pultem

**Vysmíváný, kritizovaný** za „podprahovou propagandu“, **ale přesto dodnes mnohými oblíbený**. Seriál **Žena za pultem** měl **premiéru před 45 lety** – 10. prosince 1977, a reprízuje se dodnes. **Jak to bylo se slavnou „nesocialistickou“ postelovou scénou** Jiřiny Švorcové s Petrem Haničincem a kde se vzaly regály plné dobrot?



Text: mb, Zdroj: kniha M. Graclíka a V. Nekvapila Žena za pultem: příběh legendárního seriálu a jeho hrdinů; archiv MAFRA; Foto: archiv MAFRA, ČTK, ČSFD.cz



## LAHŮDKY MĚLI HERCI ZAKÁZANÉ

**Seriálová samoobsluha se nacházela na pražském Smíchově** na náměstí 14. října. Samotná budova dnes už nestojí, na jejím místě je park. Natáčelo se celý rok, protože každý díl se odehrával v jiný měsíc. „*Lahůdky byly pro herce i štáb tabu, nikdo si nic nesměl vzít a na konci dne už stejně nebyly požitelné. A to, co se nezkazilo, třeba sýry, se dalo do velké lednice, která tam byla, a vrátilo se na další den znovu do hry,*“ líčila představitelka hlavní role Jiřina Švorcová. Herečka o tom sice nemluvila, ale jiní tvůrci později vzpomínali, že **do seriálové prodejny byly svázeny pochutiny z různých míst Prahy, aby se vytvořil dojem přeplněného obchodu**. Mnohé diváky pohled na regály se **všemi možnými dobrotami často popudil**, protože takovou prodejnu ve skutečnosti ve svém okolí neměli, ovšem na druhou stranu seriál jako takový byl velmi populární.

## DIETLŮV NÁPAD: CO DÍL, TO JINÝ HLAVNÍ HRDINA

Žena za pultem z roku 1977 měla stejně jako jiné seriály té doby přiblížit některou z profesí a hlavně v době normalizačního útlaku lidem vmlouvat, že se vlastně všichni mají dobře a obchody jsou plné skvělého jídla. Kromě do té doby **neotřelého prostředí samoobsluhy autor scénáře Jaroslav Dietl** vůbec poprvé přišel s konceptem, že **každý z 12 dílů měl jednoho hlavního hrdinu z řad vedlejších postav**, zatímco ta nejdůležitější Anna Holubová v podání Jiřiny Švorcové do jejich osudů zasahuje a zároveň sama prožívá pracovní i soukromá „dramata“. **Režie se ujal zkušený Jaroslav Dudek**, který měl v té době už za sebou povedené a ve svém žánru v Československu průkopnické seriály Tři chlapi v chalupě a Taková normální rodinka.

## (NE)CHTĚNÁ JIŘINA ŠVORCOVÁ?

O tom, že **hlavní roli Anny Holubové dostane Jiřina Švorcová**, předem rozhodla dramaturgyně seriálu Libuše Pospíšilová. Přesvědčená komunistka, členka ÚV KSČ a předsedkyně Svazu českých dramatických umělců Švorcová ve vzpomínkových rozhovorech však odmítala, že by byla do titulní role dosazena „na příkaz shora“, ačkoliv **se trádí, že autoři původně chtěli obsadit Janu Hlaváčovou**. „*Vím, že Dietl uvažoval pro roli Anny Holubové o Jiřině Bohdalové. Zda byla v jeho dalším plánu Hlaváčová jako náhradnice, netuším. Já jsem tu roli dostala, protože mě Dietlovi navrhla dramaturgyně Pospíšilová a Dietl s mým obzorem souhlasil,*“ vzpomínala Švorcová v knize „Žena za pultem: příběh legendárního seriálu a jeho hrdinů“ a rázně přitom odmítla, že by měla jakoukoliv protekci. **O dalších hercích už si mohl rozhodnout režisér Dudek**, který vsadil především na kolegy ze své domovské divadelní scény na Vinohradech – **Hanu Maciuchovou, Jaromíra Hanzlíka, Petra Haničince, Danielu Kolářovou** a další. Samotní herci na natáčení vzpomínali v dobrém, a to zvláště na **Vladimíra Menšíka**, který kolegy neustále bavil i mimo kamery. Fotograf seriálu Miloš Schmiedberger ovšem vzpomínal i na situace, kdy prý při společném obědě v úplně plné restauraci zůstal jediný téměř volný stůl – ten, u nějž seděla Švorcová. „*Trošku se mi zdálo, že štáb včetně pana režiséra se od paní Švorcové držel poměrně dost daleko, jako že si nechtl zadat,*“ líčil v dokumentu Tajemství Jiřiny Švorcové.

## „NESOCIALISTICKY NEVÁZANÝ SEXUÁLNÍ ŽIVOT“ PRODAVAČKY ANNY

**Domov Anny Holubové nevznikl v ateliérech, ale byl skutečným bytem v jednom z domů na Vinohradech**. Jednotlivé scény se natáčely na přeskačku, aby se štáb nemusel neustále přesouvat. **Známa postelová scéna Jiřiny Švorcové s Petrem Haničincem proto vznikla jako jedna z prvních**. Ačkoliv dnes je spíš **terčem vtípků** či přímo posměchu, **ve své době vyvolala kritiku strážců normalizační morálky v tisku i u některých diváků a politiků**. Hlavní hrdinka se prý chová „nesocialisticky“, protože je rozvedená, sama vychovává dvě děti a ještě vede „nevázaný sexuální život“ s novým mužem. **Sama Švorcová vzpomínala, že scéna vyvolala ohlas i na vyšších stranických místech**: „*Jiřinko, ten seriál je moc dobrý, já vím, že jsi herečka, ale ta postelová scéna... Vždyť si přece jenom členka Ústředního výboru, to nejde,*“ lamentoval prý tehdejší náměstek ministra kultury Holan.



## PREMIÉRA JAKO PROMARNĚNÁ PŘÍLEŽITOST

**Premiéru seriálu, tedy přesněji její načasování, provázely zmatky**. Tehdejší ředitel Československé televize Jan Zelenka prosazoval, aby se Žena za pultem odvysílala 12 dní před Vánoce roku 1977 – každý den jeden díl, poslední pak přímo na Štědrý den. Že je to hloupost, si byli vědomí snad všichni tvůrci. „*Křičela jsem na něj. Byla jsem si jistá, že to ten seriál zabije,*“ přiznala Švorcová, která argumentovala, že právě v tyto adventní dny nemají ženy čas vysedávat u seriálu, a navíc když se bude každý den vysílat jeden díl, těžko si diváci stihnou o něm vyprávět a těšit se na pokračování. Ředitel sice malinko couvl, ale nakonec byl **seriál stejně celý nahuštěný do předvánočního období, a tak nezaznamenal zdaleka takový divácký ohlas, jaký jeho tvůrci očekávali**. Také kritika byla nesmlouvavá: „*Než takové seriály, tak raději nic, to je nová červená knihovna,*“ psala například.

**To až když se reprízoval o rok později již v běžném televizním rytmu, konečně přišla hlavní vlna popularity**. Jiřina Švorcová **dostávala týdně do televize stovky dopisů od fanoušků** a seriál se zařadil mezi nejsledovanější. Žena za pultem se s úspěchem vysílala také v Maďarsku, Jugoslávii, NDR, ale třeba i na Kubě.





*Ty chceš ušetřit,  
my víme jak*



VÍCE O TOM,  
JAK USPOŘIT,  
SI PŘEČTI ZDE

**HORN**BACH



S námi to zvládnete.

# Přehánění? Ne. Tohle fakt bolí

Máte osobní zkušenost, kdy vám nemoc, ale pak i **operační zákrok** přinášely **neskutečná utrpení**? Týdeník 5plus2 zná **noční můry pacientů**.



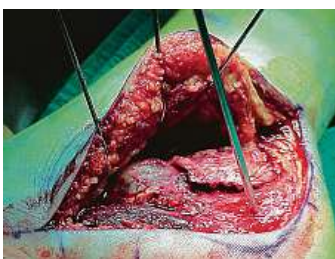
JOSEF HORA

**ČR** | Drtivou většinu lidí čeká během života nějaká operace. Některé jsou méně bolestivé, jiné více, existuje ale skupina těch nejbolestivějších zákroků, kdy je (po)operační bolest tak trýznivá, že pacient nemá daleko ke stavu laicky zvanému jako „šilení“. Pomáhají analgetika, která bývají různě účinná. Které zákroky patří mezi nejbolestivější?

## Otevřená operace patní kosti

Představuje dvě až tři procenta všech zlomenin a patří k nejbolestivějším zákrokům vůbec. Keč je o operaci zlomené patní kosti, ke které nejčastěji dochází po skoku či pádu z výšky.

Patní kost je sice malá, ale důležitá kost – je „základním kamenem“ nohy a při chůzi se na patu přenáší takřka váha celého těla. Patní kosti jsou přímo pod kůží, což vede při prorážení kůže ke komplikacím v hojení. Pokud není zlomenina posunuta, k operaci se nepřistupuje a vše se řeší sádrou. Když se ale kostní úlomky posunou, bývá operace nutná. Aby se lékař k patní kosti dostal,



Nahoře ojedinělá operace zlomených pat pomocí titanových hřebů v pardubické nemocnici.

Dole otevřená pata před operačním zákrokem. FOTO | ARCHIV MAFRA, PARDUBICKÁ NEMOCNICE



ILUSTRÁČNÍ FOTÓ | ARCHIV MAFRA

nejdříve prořízne kůži, ale i okolní svaly a šlachy. V tu chvíli může dojít k poškození nervů, což po probuzení způsobí velkou bolest.

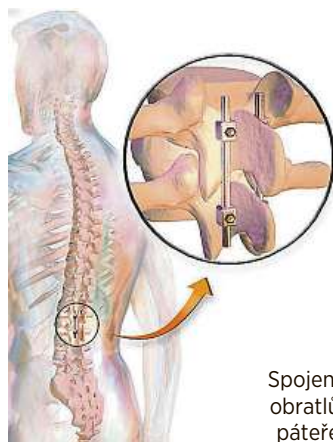
Úlomky kosti se následně musí srovnat a zafixovat – buď dráty, nebo kovovou destičkou a šrouby. Bolest po probrání se z anestezie patří k těm nejhorším v životě, a to ještě před tím, než pacient začne kost opět zatěžovat. Rekonvalescence trvá i půl roku.

## Spinální fúze

Spondylochirurgie je obor zabývající se operacemi páteře. Patří sem i spinální fúze neboli spondylodéza – chirurgické spojení či zpevnění sousedních obratlů.

Fixovat se může i obratlů více, používají se kovové součástky jako šrouby, destičky a tyče, které udrží kosti na místě. Ke spojení dvou obratlů se někdy použije kostní štěp, často z nohy či žeber.

Operace se provádí při degenerativním onemocnění páteře a plotének, u skoliózy, kyfózy, lordózy a dalších problémech, které pacientovi způsobí dlouhodobé bolesti. Kvůli velkému množství nervů v okolí páteře mohou být bolesti po operaci obrovské, zejména první čtyři týdny.



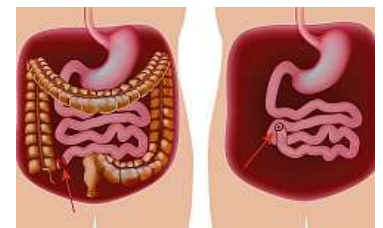
Spojení obratlů páteře

častěji právě v děloze. Postihují 20 až 30 procent žen ve věku nad 35 let.

Příčina není zcela jasná, roli hrají ženské pohlavní hormony, dědičné a další faktory. Myomy se najdou většinou při gynekologickém vyšetření, zejména ultrazvukem, k operaci se přistupuje dle jejich množství a povahy, v některých případech je třeba podstoupit hysterektomii, tedy úplné odstranění dělohy.

I zde se mluví o velkých pooperačních bolestech. Dnes se naštěstí od operací ustupuje a vše se řeší novými léky se složitým názvem „selektivní modulatory progesteronových receptorů“, díky kterým se myomy zmenšují nebo dokonce zmizí, a tak by se měl počet myomektomií a hysterektomií v příštích letech výrazně snižovat.

## Proktokolektomie



Nemoc zvaná proktokolitida je vážný zánět tlustého střeva a konečníku. Postihuje libovolnou část tlustého střeva, konečník však vždy. Sliznice se pokryje hnisem, hlenem a povrchovými vředy, ve stolici je hlen a krev. Jedním z řešení je proktokolektomie – operace odstraňující tlusté střevo a konečník včetně svěrače. Někdy se tím léčí i rakoviny střev a některé formy Crohnovy choroby.

Moderní chirurgie nabízí ovšem operaci, při níž je ponechán řitní kanál se svěračovým mechanismem, po odstranění postiženého tlustého střeva a konečníku je tenké střevo napojeno na ponechaný řitní kanál.

Po takovémto náročném zákroku nejenže pacienti nemají trvalý umělý vývod, ale mohou vést naprosto normální a plnohodnotný život. Po probrání se z anestezie následuje několik týdnů velkých bolestí, trýznivé bývá i každé vyprazdňování.

## Hemoroidektomie

Hemoroidy či také „řitní žilní městky“ nebo „zlatá žíla“ jsou oteklé a zanícené žíly v konečníku, podobné žilám křečovým. Mohou se vyvinout uvnitř rekta nebo pod kůží řitního otvoru a doprovází je nepříjemné svědění, bolest i krvácení. Vznik hemoroidů souvisí s životním stylem. Obezita, stres, kouření, alkoholismus, sedavý způsob života, málo pohybu, špatné stravovací návyky, nedostatek tekutin či nízký příjem vlákniny se podílí na vzniku tohoto onemocnění.

Chirurgickou léčbu hemoroidů je možno rozdělit na „krvavou“ a miniinvazivní. „Krvavá“ metoda chirurgicky odstraní objemné uzly (III. a IV. stupně), podváže jejich cévní stopky a defekt se sešíje. Výkon se nazývá hemoroidektomie a pro průměrně velkou část pacientů, někdy se uvádí kolem 40 procent, jsou pooperační stavy extrémně bolestivé. Operace vyžaduje několik týdnů v pracovní neschopnosti.

## Myomektomie

Je ženská operace dělohy, při níž jsou odstraněny myomy – nezhoubné nádory v hladké svalovině, které se tvoří nej-

## Řada lidí si stěžuje na velké bolesti i po liposukci, vrtání do čelistí při implantování zubů nebo dokonce po odstranění žlučníku

Za nejbolestivější se považují operace v dutině břišní, hrudní, operace velkých kloubů a kostí, rozsáhlé operace páteře a operace konečníku. Za málo bolestivé pak malé gynekologické operace, endoskopické urologické operace, diagnostické artroskopie kolenního kloubu a drobné plastické operace. Paradoxně je menší pozornost věnována málo a středně bolestivým operacím, kde bývá léčba podceňována, takže výsledkem je větší pooperační bolest než po rozsáhlejších, ale analgeticky dobře zajištěných výkonech.

Mezi další „nejbolestivější“ zákroky patří liposukce, zubní implantáty, výměna kyčle, kožní štěp, lumbální punkce, odstranění žlučníku či biopsie kosti.



# VĚDĚLI JSTE, ŽE?



**NIKOTIN\***

**JE NÁVYKOVÁ LÁTKA,  
KTERÁ NENÍ BEZ RIZIKA.  
NENÍ VŠAK HLAVNÍ PŘÍČINOU  
NEMOCÍ SOUVISEJÍCÍCH  
S KOUŘENÍM.**

## TOU JE HOŘENÍ.

**UNSMOKE**  
YOUR WORLD

[unsmokeyourworld.com/cz](http://unsmokeyourworld.com/cz)

POKUD NEKOUŘÍŠ, **NEZÁČÍNEJ.**  
POKUD KOUŘÍŠ, TAK **PŘESTAŇ.**  
UDĚLEJ ZMĚNU.

\*Nikotin je návyková látka a není bez rizika

# Když dělám s Bolkem, tak to podle mámy znamená, že jsem se povedl

„Dejchej, dejchej, dejchej...“ a „Ono to pomine“.

Dvě motta, kterými se řídí Ondřej Sokol a dost možná si je brzy nechá i vytetovat na ruce.

„V padesáti už vím, jak je šoubyznys pomíjivý,“ říká moderátor a herec, který svá první představení odehrával na silvestra – s vystřiženými figurkami umělců a před zraky jediné divačky, své maminky.

5plus2  
ROZHOVOR

■ DITA BRANČÍKOVÁ

**ČR** | První týdnů v novém roce bude Ondřej Sokol trávit především na jižní Moravě. V brněnském Divadle Bolka Polívky jej čeká zkoušení nové hry a bydlení najde v Olomouci u své maminky, která je velkou Bolkovou fankou. „Je šťastná, že zkouším novou hru u Bolka, protože on je pro ni ikona,“ vysvětluje a líčí, jak právě maminka byla jeho první divačkou, když s loutkovým divadlem coby osmiletý kluk hrál hry od Shakespeara. A nejen to.

**Vaše úplně první divadelní představení se prý uskutečnilo doma a rovnou na silvestra. Je to pravda?**

Ano, já už od malička chtěl dělat to, co teď dělám, takže jsem vlastně celý rok směřoval k silvestru, kdy nejprve musel proběhnout můj silvestr a až po něm jsme se s mámou koukali na toho v televizi.

**A jak takový silvestr Ondřeje Sokola probíhal?**

Vystříhal jsem si různé postavičky, vždy někdo toho silvestra uváděl a chudák matka musela po celou dobu sedět a koukat. Vždy jsem se na to pečlivě připravil, to nebylo jen tak, konferenciéři byli třeba Bob a Bobek, k tomu jsem tematicky naladil i hudbu, takže byl nachystaný kazeták nebo gramofon. Když vstupovali na scénu, tak jsem vždy odběhl pustit muziku. A celé pásmo jsem proložil nějakým tanečním vystoupením, také hudbou nebo třeba koncertem Elánu. A to jsem měl sa-

možřejmě také vystříhané postavy členů kapely, Jožo Ráže a dalších. Všechno jsem si dělal sám. Byla to makačka a taky časově dosti náročná. No a potom mi mamka dovolila se koukat na silvestra v televizi až do půlnoci. A ještě jsem se těšil, až mi na mých digitálkách Prim o půlnoci přeskočí ten Nový rok.

**Když říkáte makačka, tak v současné době Nový rok zvládáte trávit klidněji?**

Slavíme jej vždy doma. Mám tolik práce přes rok, že po Vánocích na Boží hod odjíždíme všichni na hory, na lyže, a vrátíme se až po novém roce. Ale teď, co už jsou děti větší - Esterka teď měla 22 let a Adámek má 18, chtějí strávit silvestra s kamarády, tak se vracíme už 31. prosince. A někdy také trávíme čas doma na chalupě v Jeseníkách a sledujeme silvestra v televizi, kde účinkuji. (smích)

**Jste tedy rád v kruhu rodiny. Se svojí partnerkou Niki jste už pět let, čím vám imponuje?**

Ono, když si uvědomím, co všechno musí Niki zastat, hlavně v situacích, ve kterých já jsem hodně levej, tak ona mě po těch letech asi vážně musí milovat. Musela přijmout fakt, že jsem její takové další dítě. (smích) Já si myslím, že ve své profesi, v práci, zvládám věci dobře, ale cokoliv mimo je už někdy nad mé limity. A Niki dělá věci přirozeně, intuitivně. Bává mě si s ní povídat, baví mě s ní sdílet společné zájmy, sdílet s ní naše zážitky, prostě mě

s ní baví žít. Já si myslím, že už bych dnes vedle sebe nesnesl jakoukoliv jinou ženu, jsem teď takhle šťastnej a spokojenej.

**To je dobře! Šťastné a spokojené si přejeme i svátky vánoční. Jaké budou?**

Naší tradicí je kapr a salát, děláme to s Niki společně, ale jíme ho jenom my dva, protože ani jedno ze tří dětí ryby nejí. Bohužel. Ani ryby, ani salát. Řízek a salát. Pro mě ale neexistují Vánoce bez kapra. Tamhle v rohu míváme stromek a jsme tady všichni společně. Každý rok si říkáme, že to tentokrát nepřeženeme, ale vždy podlaha pokoje doslova zmizí pod dárky. A to mám pokaždé pocit, že jsem něco zapomněl, že musím ještě něco dokoupit. Tím si asi trochu kompenzuji ty svoje Vánoce. (smích)

**U vás bývalo na Vánoce málo dárků?**

Od narození jsem vyrůstal jenom s mámou. Mám sice dva nevlastní sourozence, bráchu a ségru, ale sestra Anča vyrůstala v Kanadě a brácha Viktor je mladší než můj syn Adámek, takže v dětství jsme se nevidali. Tudíž jsem vyrůstal jako jedináček a všechny Vánoce jsme strávili doma ve dvou. Ale máma byla v tomhle pohledu úchvatná. Vždy, když nějak narazíme na Vánoce, tak se mě každý ptá na dárky a neuvědomuje si, že doba, ve které jsem vyrůstal, dárkům nepřála. (smích) Pro mě byl vrchol blaženosti, že jsem si od sousedů vypůjčil katalog Quelle a společně s dalšími kamarády jsme si ho prohlíželi, co všechno tam mají. A všichni jsme samozřejmě věděli, že je nemožný to mít, ale prostě jsme si představovali, jaký by to bylo, kdybychom něco z toho měli.

Já když jsem dostal kolo, tak jsem měl pocit, že to je létající talíř. Vzpomínám si, že BMXový kolo bylo v Šumperku vystavené ve výloze jednoho jediného, nikdo ho neměl a celý měsíc se na něj chodilo koukat. A já si matčinu skládačku upravoval tak, aby to alespoň trochu připomínalo BMX. (smích)



FOTO | MICHAL SVÁČEK, MAFRA

## Ondřej Sokol

- Narodil se 16. října 1971 v Šumperku. Vystudoval gymnázium a poté herectví a režii na DAMU. V divadelnictví je spojený hlavně s Činoherním klubem, kde nejen hrál, ale také překládal hry a působil coby umělecký šéf.
- Je držitelem několika Cen Alfréda Radoka a Ceny Thálie pro mladého činoherce.
- V televizi se nejprve proslavil rolí v Ordinaci v růžové zahradě a pak hlavně v improvizáční show Partička, s níž získal i několik cen TýTý. Na Českého lva byl v roce 2011 nominován za vedlejší roli ve snímku Perfect Days. Později si zahrál velké role v sérii Řeďl či trilogii Zahradnictví. V roce 2014 natočil svůj vlastní film Krásno, v němž si i zahrál. Letos zazářil v seriálu Devadesátky, moderoval také mimo jiné Českého slavíka a provází soutěži Na lovu.

### Něco ale pod stromčkem vždycky bylo...

Pod stromek jsem dostal vždy jednu hračku, třeba auto na ovládání s drátem, a to dostali všichni spolužáci v okolí. Ale máma mě už od malička směřovala k tomu, abych byl vzdělaný chlapec, takže jsem ještě jako malý klouček dostal třeba knihu Shakespearových her. Ale byl jsem úplně nadšený a matka k tomu vždy dokázala udělat takovou tu omáčku, takže já jsem ve svém vyrobeném loutkovém divadle v osmi letech inscenoval hry od Shakespeara. Máma byla projektantka, ale vždy chtěla dělat architekturu, takže měla rozhled a chtěla tak vést i mě. Proto jsem ještě jako malý dostával hodně knih.

### Co pohádky? Zasáhla vás třeba ta jedna z dodnes nejpůvodnějších S čerty nejsou žerty?

No tak já jsem o dekádu dřív – moje byla Šíleně smutná princezna – to jsem se sice zrovna nějak narodil, ale tehdy to byl hit Vánoc, byly sedmdesátky. To byla asi tehdy moje nejoblíbenější pohádka. Vzpomínám si také na pohádku Strach má velké oči s Janžurkou a Hrušínským, jak vařili polívku a ona se ho ptala „polívka F nebo V“ a on „Ef je heščí“. (smích) To jsem se válel po podlaže smíchy. Nebo Ať žijí duchové, to byly moje oblíbené pohádky. A když šly filmy jako Čtyři vraždy stačí, drahoušku nebo Pane, vy jste vdova!, tak to mi přišlo, že jsou to snad americký filmy na tu dobu a hraji tam jen český herci. Takže jsem už v té době hodně sledoval komedie a komiky. A ti, co to uměli – tak to byla pro mě ta nejvyšší meta. Takže Janžurka, Menšík, Dvořák, Nárožný, Sobota, Šimek, Grossmann, Cimrman, ale i kterýkoliv velký herec, který uměl dobře zahrát svoji vtipnou postavu, třeba pan Kemr.

### A co říkáte na současné komiky nebo umělce, kteří zkrátka umí být vtipní?

Už se na to dívám trochu jinými očima, když jsem uvnitř. Proto moc rád jezdím do Londýna, kde to má pro mě další rozměr. Vyjde na jeviště Jude Law a já si říkám: „To je fakt Jude Law!“ Ale obecně je u nás teď hodně vtipných lidí, třeba Štěpán Kozub a jeho Tři Tygři nebo Leoš Mareš, ten je velmi vtipný a ctím ho, a když mě o něco poprosí, rád mu vyjdu vstříc. Nebo Libor Bouček, ten umí udělat seriózní věc, má přehled, rozumí tomu, mluví zaslouženě, je to chytřejší chlap. Dělal jsem s ním několik věcí a musel jsem se před ním poklonit. No a Aleš Háma, tam je mezi námi určitá chemie. My jsme nikdy neplánovali naše spojení a došlo k tomu takovou nenásilnou cestou a já s ním budu moderovat cokoliv, kdykoliv. Myslím, že víme, kdy ten druhý potřebuje pomoc a s Alešem se nebojím mít třeba výpadek, protože vím, že on to zastane. A že ten náš humor se násobí. Pro mě je to jedno ze vzácných spojení, které se mi v životě podařilo.

### Vy jste vlastně začal být slavný v nejlepších letech...

Jak to myslíte v nejlepších letech? (smích) Ale je to pravda, že čtyřicítka byla pro mě zlomová. Často vidím, jak to ty děcka, který vystřelí v době, kdy z toho ještě nemají ro-



FOTO | M. SVÁČEK, MAFRA

zum, potom válcuje, to může člověka i zničit. Já už dnes ve svých krásných 50 letech vím, jak je svět soubyznysu pomíjivý, takže si to teď užívám, ale nepřečunuji to.

### Máte neskutečně široké publikum, od pětiletých dětí až po mé rodiče, kterým je 70. Těší vás to?

Tak určitě, v době TikTok a Instagramu, který vévodí u mladých dětí, mě potěší, když mě děti poznávají, a dokonce teď na mě stály na jedné akci dvě hodiny frontu na podpis. Víte, ten pocit, když vyrazíte mezi lidi a ti lidé vás mají rádi a vrací vám to tím, že se s vámi smějí, to je nepopsatelný zážitek.

### Ví se o vás, že jste úžasný tanečník...

Tak to je tutovka! (smích) Už 10 let natáčím každý rok taneční klipy na festivalu Life, tam se zdokonaluji. Mám svůj osobní taneční rekord, takže tanec jsem už v České republice pokrýl. Ale během covidu jsem se naučil na snowboardu, takže se ze mě stal na starý kolena snowboardář. Také jezdím na kole, když mám čas. A chodím lézt na stěnu.

### V Brně se teď pohybujete poměrně často, protože chystáte něco v divadle, že?

V Brně u Bolka Polívky budu zkoušet v lednu a únoru hru Martina McDonagha. Jmenuje se Kati, tedy množné číslo od slova kat. Budu bydlet v Olomouci u mamky, tak se alespoň více uvidíme. A mamka je šťastná, že zkouším u Bolka, protože on je pro ni ikona, když dělám s Bolkem, tak to znamená, že kluk se povedl. Jinak premiéra je v březnu.

### Je vidět, že váš život je pestrý a rozhodně nestojíte na místě. Máte nějaké své osobní motto?

Snažím se celý život dopracovat k nějakému svému mottu, které by mě vytáhlo z nejtěžších životních situací. Až k tomu mottu dojdu, tak si ho nechám vytetovat na obě ruce. Zatím jsem ve fázi, že na jednu ruku bych si nechal vytetovat Dejchej, Dejchej, Dejchej a na tu druhou Ono to pomine. Což znamená, že vše zlé, ale i vše dobré, bolest i radost – všechno pomine. A neustále si to musíme uvědomovat!

# PENNY.

OD ČTVRTEK DO STŘEDY  
8. 12. – 14. 12. 2022

## Měkké a hebké Vánoce.

Výrobky Naturtex  
se slevou až 71%

NATURTEX®



SÝR EIDAM  
BLOČEK  
BONI  
30 % tuku  
v s.  
250 g  
100 g 15,16 Kč

37,90  
57,90 34%



LOVECKÝ SALÁM,  
HERKULES ŘEZNÍKŮV TALÍŘ  
krájený  
100 g

19,90  
29,90 33%

30 ks



ČERSTVÁ VEJCE  
velikost M | 30 ks  
1 ks 4,66 Kč

139,90  
JEDINEČNÁ NABÍDKA!



VEPŘOVÁ PLEC  
bez kostí,  
balená ve vakuu  
cena za 1 kg

89,90  
JEDINEČNÁ NABÍDKA!



TOALETNÍ PAPIR WIPPY  
různé druhy | 3vrstvý  
16 rolí | 1 role 6,24 Kč

99,90  
179,90 44%



SOLMIO  
ŘEPKOVÝ  
OLEJ  
1 l

44,90  
JEDINEČNÁ NABÍDKA!



2 kg

POMERANČE  
balené | 2 kg  
1 kg 17,45 Kč

34,90  
69,90 50%

Platnost a produktová nabídka mohou být ovlivněny nařízením vlády. Fotografie mohou být ilustrační. Vyhrazujeme si právo změnit. Další podmínky nabídky na [www.penny.cz](http://www.penny.cz). \*\*Doporučená prodejní cena výrobce. \*Sleva je poskytována za body za nákupy v prodejnách Penny Market. Body za své nákupy můžete získat do 4. 1. 2023. Získané body lze uplatnit do 11. 1. 2023. Akce platí do vyprodání a vydání zásob v jednotlivých prodejnách Penny Markets, s. r. o. Částka pro získání bodů platí po odečtení veškerých slev, částek za vratné obaly a loteriijní služby. Podrobná pravidla na [www.penny.cz](http://www.penny.cz).

# Dárková taktika: nejprve tvrdý, pak i měkkouš

Dnes je vám možná jedno, jestli **od Ježíška pod stromečkem** najdete pevnou **zabalenou krabici, nebo nevzhlednou hroudu** ve vánočním papíru, která slibuje tričko, ponožky či bačkory. Ale bývaly doby, kdy byste to oplakali. Myslete na to při **výběru dárku nejbližším**, když chcete vidět jejich radost.



**ČR** | Dost mizerně skrývají zklamání skoro všichni, kteří v rozbaleném vánočním prezentu objeví bačkory nebo kosmetický balíček. Nikdo je nechceme dostat, ale přesto je čas od času svým milovaným pořídit.

Jediným otrlým je snad známý televizní šéfkuchař Zdeněk Pohlreich. Na Vánocích netrvá, podle svých vlastních slov ho nebaví ani nakupování dárků. „Já vlastně Vánoce moc rád nemám,“ řekl před časem pro naše vydavatelství. „Připadají mi jak olympijské hry. Stala se z toho taková komerční sr\*čka, kde vás všichni od půlky října honí, že už musíte mít dárky. Je to česká specialita a myslím si, že spíš je důležité strávit čas s lidmi. A řešit, jestli někomu koupíte šálu za stovku, nebo prsten za milion, je přeci kravina,“ vysvětlil Pohlreich svůj pohled na přicházející svátky.

Jenomže ohmatávání a rozbalování vánočních dárků bývá vnímáno jako jeden z nejradostnějších rituálů. U dětí samozřejmě jasně vítězí tvrdé prezenty, tedy věci v pevných obalech jako kostky, auta a elektronika. Naopak měkké dárky jako oblečení jsou častým zdrojem



FOTO | ARCHIV MAFRA

zklamání, které si spousta dívek a kluků pamatuje celý život. „Je jasné, že dítě v osmi letech nové kalhoty pod stromečkem tolik nepotěší,“ zamýšlí se dětská psycholožka Marie Nesrstová. „Dá se mu to vysvětlit, ale je pochopitelně potřeba to doplnit nějakým pro něj přijatelnějším tvrdým dárkem, třeba autem na ovládání,“ říká.

## Čím starší, tím skromější

S přibývajícím věkem radost z měkkých dárků roste s jednou výjimkou – bačkory nemají v oblibě ani šedesátníci, vyplývá ze šetření výzkumné společnosti Perfect Crowd. Platí to napříč věkovými kategoriemi, od patnácti do pětadesátí. „V dětství v lidech měkké dárky vyvolávaly spíše zklamání, v dospělém věku jejich oblíbenost stoupá,“ vysvětluje Jaroslav Cír, jeden z autorů průzkumu. Čím starší byli dotazovaní, tím častěji měli z měkkých dárků radost, naopak u nich klesá pocit nudy a zklamání. Podle Círa se v tom odráží i historické zkušenosti s Vánocemi za socialismu. „Myslím, že obecně platí, že starší generace jsou skromnější, mají radost i z drobností a nejsou tak naočkovány reklamou.“

## Obdarovávat je umění

Pravděpodobně nejlépe se vybírají dárky pro děti. Už jenom proto, že vám moc rády povypráví o všem, co by si pod stromečkem přály nalézt. Podle psycholožky Marie Nesrstové

by však rodiče měli dávat pozor, aby to s obdarováváním svých ratolestí nepřeháněli. Dopis Ježíškovi či seznam vánočních přání bývá totiž někdy příliš dlouhý. „Rodiče by měli pečlivě zvážit, jestli všechny uvedené dárky dítě skutečně chce a využije, někdy totiž může jít o náhlý rozmar,“ myslí si.

Vybrat trefný dárek manželce či partnerce není pro muže vůbec žádná sranda. Nové žehlicí prkno, palička na maso i teplé pyžamo jsou možná praktické věci, avšak překvapení a radost nepřinesou. Možná si je dokonce vaše drahá polovička přeje, ale v takovém případě je doplňte alespoň jedním nepraktickým, mile zbytečným a promyšleně osobním dárkem. Stačí být trochu všímavý a naslouchat, o čem s vámi žena mluví a na co vás s přicházejícími svátky upozorňuje. „Nenápadně“ při tom sdělit, po čem vlastně touží. Poslední nouzovkou je velká bonboniéra,

lahev kvalitního vína nebo likéru, značka parfému, která jí stojí v koupelně na zrcadle, peněžní poukázka do oblíbeného obchodu, těžko sehnatelné lístky do divadla nebo cokoliv, co vám doporučí její nejlepší kamarádka, ta má určitě přehled o přáních vaší milované polovičky. A hlavně pozor! Rozhodně varujeme před přílišnou snahou o humor. Ta se nevyplácí. Dokládá to třeba jedna z rozhořčených odpovědí ve vánočním průzkumu: „Dostala jsem otvírák ve tvaru mužského přirození, bylo to tak trapné.“

Nevhodný dárek lze samozřejmě vrátit. Data prodejců hovoří o tom, že u Čechů jde po Vánocích nejčastěji o oblečení a drobnou elektroniku, nejméně pak vracejí knihy. (kor, sti, pan, fik, abr)



## Darované „tvrdáky“ mezi politiky v rámci velkého Vánočního smíření

Je to přesně sedm let, co deník MF DNES přichystal projekt Vánočního smíření. **Tehdejší i dnešní rivalové** poslanec Andrej Babiš (tenkrát ministr financí, pozn. red.) a premiér Petr Fiala (tehdy poslanec, pozn. red.) **si přesto před Vánoci 22. prosince 2015 podali ruku** na vyzvu MF DNES. „Když si to přečtete, tak vám bude jasné, proč jsme proti některým věcem, které zavádíte,“ říkal Fiala Babišovi, když mu předával dárek. Romány Farma zvířat a 1984 od britského spisovatele George Orwella vybral proto, že popisují společnost, kterou „různé kontroly a evidence převrací do stavu, v němž se nedá žít“. „Určitě si to přečtu,“ slíbil Babiš. Fiala, který od ministra financí dostal dětskou pokladničku, přiznal, že bude uplatnění pro svůj dárek hledat hůř. „Už mám větší děti na to, aby si s tím hrály. Ale popřemyslím,“ usmíval se. Oba politici vyzvu k setkání tehdy přijali bez delšího váhání a dorazili v uvolněné náladě. Letos moc důvodů k žertům nemají.



# O<sub>2</sub> pods+

## Sluchátka s inteligentním potlačením hluku



Našim  
**499 Kč**  
~~1499 Kč~~

Přijďte si pro ně do nejbližší  
O<sub>2</sub> Prodejny nebo jděte  
do aplikace Moje O<sub>2</sub>.

Slevový kód na 1000 Kč pro zákazníky O<sub>2</sub> za každou aktivní službu  
lze uplatnit při nákupu vybraného zařízení u O<sub>2</sub> do 24. 12. 2022.  
Úplné podmínky Vánoční akce na o2.cz.

Inteligentní síť **O<sub>2</sub>**

Syn Karla IV., **král Zikmund Lucemburský**, od jehož smrti právě tento pátek **uplynulo 585 let**, byl po staletí **symbolem zla a zrady**. Jeho výjimečné schopnosti i **pozitivní role** v evropské politice **se přitom zamlčovaly**.

5plus2  
ROZHOVOR

ČR | „Smuto bylo po celé zemi. Zraky všech upřeny ke Kostnici. A nejproradněji ze všech zachoval se král Zikmund. Ačkoliv slíbili Husovi bezpečí, teď sám radil kardinálům, aby mu nevěřili. Aby ho upálili,“ mluví emotivním hlasem k chlapecké třídě učitel Igor Hnízdo asi v polovině legendárního filmu *Obecná škola*. „Svěrákovská“ replika navazovala na stovky let starý narativ o tom, že Zikmund – „Liška Ryšavá“ – byl proradný panovník, který nepřinesl nic dobrého.

Jenže moderní bádání odhaluje i jiné stránky života jednoho ze synů Karla IV. Mnohem pozitivnější. Za národního obrození, v období první republiky i během po-

# Nejpomlouvanější český panovník

válečné nadvlády komunistů byl Zikmund vnímán jako zrádce. Tečka.

Tahle nálepka se v českém prostředí tradovala už od dob husitských bouří a v dobách národního vzepětí byla o to silněji zdůrazňována. Teprve v posledních dekádách se osobnost ryšavého vládce začala historiky posuzovat komplexněji.

## Státník, který odrážel Turky

Zikmund Lucemburský je kromě své všeobecně známé negativní stránky v posledních desetiletích představován také, nebo dokonce zejména, jako velký evropský státník. Hlavně v Maďarsku, a to za socialismu, byl přijímán jako jeden z maďarských velikánů. Aby ne, v pouhých 19 letech se stal uherským králem a tamní prostředí mu silně přirostlo k srdci. Později byl zvolen za římského krále, jako první Lucemburk vstoupil na území Anglie, ovládal velkou část evropského území a hlavně se jako panovník na ní udržel.



FOTO | ARCHIV MAFRA

To vyžadovalo prvotřídní státnické schopnosti. Říká se, že mluvil sedmi jazyky, což je díky jeho častým diplomatickým cestám po Evropě pravděpodobné. Dobře se orientoval v evropské politice, což bylo například v rozdrobené, nejednotné a soupeřící Itálii obzvlášť obtížné. Zikmund sem však cestoval a jednal zde, což bylo kvůli možnému vojenskému napadení z té či oné zrovna soupeřící strany velice riskantní.

Zikmund je také považován za jednoho z evropských „otců“ protiosmanských tažení – organizoval například křížovou výpravu, kterou ale v září 1396 Turci na dnešním bulharském území doslova rozmetali

a Zikmund mohl být rád, že se mu vůbec podařilo uprchnout. Jako římský král se také snažil o reformu církve a odstranění papežského schizmatu, tedy situace, kdy nejvyšší úřad katolické církve zastávali zároveň dva nebo dokonce tři papežové zároveň. Tehdy svolal kostnický koncil, kde byl nakonec zvolen papež jediný.

Pro Čechy odvrácenou stranou koncilu bylo právě rozhodnutí o upálení Jana Husa, a to i přesto, že dostal od Zikmunda ochranný glejt. Husovu smrtí se rozhořela husitská revoluce, při níž byl Zikmund coby král husity odmítnut. Přesto se snažil českou korunu získat a proti vyznavačům kalicha vyjel s tisícíhlavým vojskem rakouským a míšenských (dnešní Německo) křížáků – ovšem v bitvě na Vítkově byl poražen. Přesto si ale udržel Pražský hrad, kde se nechal korunovat českým králem, oficiálně však korunu získal až po konci husitských válek. Rok na to – 9. prosince 1437 – zemřel na zhnisaný palec u nohy kvůli dně během cesty do Uher. (jos)

INZERCE

**PREZIDENTKA  
DANUŠE  
ZMĚNA, KTERÁ  
NASTARTUJE  
ČESKO**

danusenerudova.cz

**DANUŠE  
NERUDOVÁ**

Zadavatel: Danuše Nerudová, zpracovatel: ONE OF A KIND s.r.o.

Františkovy Lázně

# LÁZEŇSKÝ POBYT S PŘÍSPĚVKEM 4 000 Kč

6 nocí již od 9 440 Kč vč. slevy ✓

**TIP**

na vánoční dárek

DARUJTE ZDRAVÍ  
SVÝM BLÍZKÝM



**6 NOCÍ**  
(možnost prodloužení)

**POLOPENZE**  
(možnost dokoupení plné penze)

**ALL INCLUSIVE  
NÁPOJE ZDARMA**  
neomezená konzumace  
vybraných alkoholických,  
nealkoholických, teplých  
a studených nápojů během  
snídaní, obědů a večeří



PLATNOST NABÍDKY:

**01.01. - 26.03.2023**

**VSTUPNÍ LÉKAŘSKÉ  
VYŠETŘENÍ**

**1 LÉČEBNÁ PROCEDURA  
DENNĚ** (kombinaci  
procedur určuje ošetřující  
lékař při vstupní prohlídce)

**NEOMEZENÝ VSTUP  
DO AKVAPARKU  
AQUAFORUM**

Pawlik - Aquaforum: pondělí - neděle  
Belvedere, Dr. Adler, Luisa  
a Metropol: pondělí - pátek

01.01. - 26.03.2023

	Standardní cena 6 nocí	CENA S VOUCHEREM 6 nocí
Lázeňský hotel METROPOL ***	13 440	9 440
Lázeňský hotel LUISA ***	13 920	9 920
Lázeňský hotel Dr. ADLER ***	13 920	9 920
Lázeňský hotel BELVEDERE ***	15 120	11 120
Spa Resort PAWLIK - AQUAFORUM **** (budova B)	15 900	11 900
Spa Resort PAWLIK - AQUAFORUM **** (budova A)	18 500	14 500

Uvedené ceny jsou v Kč za osobu a pobyt ve dvoulůžkovém pokoji kategorie Standard. Ceny ostatních kategorií jsou na [ww.frantiskovylazne.cz](http://ww.frantiskovylazne.cz). Pobyt začíná v den příjezdu večeří a končí v den odjezdu snídaní. Místní poplatek z pobytu bude připočten u povinných osob k ceně pobytu na základě obecně závazné vyhlášky města Františkovy Lázně dle platného znění ve výši 50 Kč za osobu a den. Kulturní poplatek dle podmínek stanovených ve VOP a cenových ujednání Františkovy Lázně AQUAFORUM a.s. / Lázně Františkovy Lázně a.s. je zahrnut v ceně pobytu a není účtován zvlášť.



INFORMACE A REZERVACE



**351 012 345**

[info@frantiskovylazne.cz](mailto:info@frantiskovylazne.cz)

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

Při rezervaci  
uvedte prosím kód:  
**217470**



## Čas zimních plískanic se blíží. Jak připravit klouby?

Zima už je za dveřmi a spolu s ní i mlhavá rána, kdy chlad doslova zalézá až ke kostem. V následujících měsících naše tělo čekají nástrahy na každém kroku. Dokonce i přechod z vytopených místností do mrazivého počasí nedělá dobře naší imunitě a kloubům. Přesto ale existuje řešení, jak si můžete zimu užít bez nepříjemných omezení způsobených bolestmi svalů a kloubů. Stačí k tomu pár drobných úprav v životním stylu.

### Zařaďte ranní strečink

Po několika hodinách spánku jsou klouby ztuhlé a čím jsme starší, tím déle je trvá rozhybat. Možná jste již zažili ten nepříjemný pocit, než jste se dokázali cestou do koupelny zcela napřímít. Pokud se s podobným pro-

blémem potýkáte každé ráno, předejděte potížím při vstávání krátkou rozcvičkou ještě v posteli. Protážené svaly a klouby se totiž lépe prokrvují, okysličují a zbavují zplodin metabolismu.

### Podlehněte otužování

Nebojte, nemusíte se hned nořit do ledového rybníka. Stačí, když do ranní či večerní sprchy zařadíte rychlé ochlazení studenou vodou. Nejprve omývejte obličej a ruce v umyvadle, snesitelné je i sprchování lýtek. Postupem času oplachujte studenou vodou čím dál větší povrch těla.

### Udržujte tělo v teple

Pokud se rozhodnete pro venkovní aktivitu, určitě se nezapomeňte obléct přiměřeně vzhledem k počasí. A to i když se chystáte na kratší procházku nebo jen vyběhnete ven za poštákem. Vždy byste měli mít nohy v teple a oblečení vrstvit. Udržovat tělo v teple ale neznamená obléct se tak, abyste se při aktivitě potili. Vaše oblečení by mělo odvádět pot a být prodyšné. Jestliže vám ale přece jen

nedělá pohyb v chladných dnech dobře, cvičte alespoň doma.

Dbejte na přísun vitamínu D, kolagenu a vitamínu C  
Vitamin D je pro správnou funkci kloubů nezbytný. Během zimních



dnů se ho ale bohužel nevytváří tolik, kolik by naše tělo potřebovalo, a tak dochází k jeho rapidnímu poklesu. Vitamin D si totiž naše tělo dokáže vytvářet samo za působení slunečních paprsků na kůži. Slunečních dnů ale v zimě ubývá, a proto není od věci doplňovat vitamin D pro-

střednictvím doplňků stravy, nejlépe pak přímo v rámci kloubní výživy. Kloubní výživu byste dále měli vybírat tak, aby obsahovala kolagen, což je hlavní součást vaziva, chrupavek a kostí. Klouby pravidelným užíváním hydrolyzovaného kolagenu zůstanou pružné a pevné, což jsou dvě základní vlastnosti normálně fungujícího kloubního aparátu. S kolagenem také úzce souvisí vitamin C, neboť ten odpovídá za pevnost kolagenních vláken.

Bez komplexní výživy nemohou klouby dlouhodobě plně fungovat, proto je vhodné poohlédnout se po doplňcích stravy, které podpoří vysoké nároky našeho těla na živiny. Jedním z nich je český výrobek OsteFit. Najdete v něm opravdového pomocníka v péči o klouby během náročnějších období. Kromě ostatních látek obsahuje výše zmíněný hydrolyzovaný kolagen a vitamin D, takže OsteFitem můžete podpořit své klouby.

Více informací u specialisty OsteFit na tel. číslo 277 771 190.

## SILNÁ KLOUBNÍ VÝŽIVA PRO LIDI, NE PRO KONĚ

ČESKÁ KLOUBNÍ VÝŽIVA PRO DOBROU FUNKCI KOSTÍ A CHRUPAVEK

Český vynález na klouby pro sportovce, který důchodci berou útokem!



### BEZ VEDLEJŠÍCH ÚČINKŮ A BEZ PŘEDPISU

Vyroběn v České republice, řádně ohlášen na ministerstvu.

### SKVĚLÁ CHUŤ, SILNÝ ÚČINEK!

Ne vyrábíme produkty pro koně, ale pro lidi. OSTEFIT nejen účinkuje, ale také skvěle chutná!

### VYSOKÝ OBSAH KOLAGENU

Dodejte tělu základní stavební hmotu pojivových tkání.

### HODNOCENÍ ZÁKAZNÍKŮ:



95 % zákazníků uvedlo, že jim OsteFit pomohl.

**PANÍ EVA:** „Výrobek užívám nejen já, ale také ostatní členové mojí rodiny a přátelé, kterým jsem to doporučila. U všech bylo patrné zlepšení

pohyblivosti kloubů již po použití druhé krabičky. Snadno se to užívá a nepřináší žádné komplikace. Za mě super výrobek.“

**PAN MICHAL:** „Mohu vřele doporučit, zhruba po měsíčním používání OsteFit neskutečně zabral. Užíval jsem mnohem dražší značky doplňků stravy na klouby a žádné nezabraly. Jedině OsteFit!“

OsteFit již užívají všechny věkové skupiny, jak sportovci, tak lidé v důchodu. Mladý sportovec

**DAVID UVEDL:** „Jako dlouholetý sportovec jsem začal pociťovat klouby, hlavně kolena. Zkoušel jsem různé kloubní výživy s různým složením, cenou i dávkováním včetně OsteFitu a mohu říct, že po čtrnácti dnech užívání jsem pocítil velké zlepšení, po měsíci jsem zátěž kolena už vůbec nevnímal. Byl jsem velmi spokojen.“



### BALENÍ ZDARMA

Zavolejte ihned a využijte akční nabídky pouze pro čtenáře – k nákupu balení ZDARMA jako bonus. SPĚCHEJTE! Vaše balení ZDARMA jsou limitovány pouze na skladové zásoby a jakmile dojdou, akce se nemusí opakovat.

### Zavolejte ihned

**277 771 190**

Volejte Pondělí – Pátek: 8–21 hod., Sobota – Neděle: 7–12 hod. Hovor bez příplatků, běžné místní spojení. V případě přetížení linky se ozve zpět do 24 hodin.

Vitamin D přispívá k udržení normálního stavu kostí a normálního stavu svalů. Vitamin C přispívá k normální tvorbě kolagenu pro normální funkci chrupavek a kostí. Doplněk stravy.



# SILNÁ 4 Z VAŠÍ LÉKÁRNY!



## STOP revmatickým kloubům

Omezuje vás ztuhlost a bolest kloubů při každodenních činnostech a nic vám pořádně nezabírá? Na první náznaky revmatu i běžnou bolest kloubů je tady revoluční přípravek s léčivou rašelinou!

REVMABLOK AKUT omezuje bolest, brnění a trnutí kloubů, zklidňuje zánět a zlepšuje hybnost kloubů. Obsahuje léčivou rašelinu spolu se zklidňujícími rostlinnými extrakty v čele s šišákem bajkalským, rozrazillem, světlíkem, rozmarýnem a bazalkou. Díky této kombinaci účinně potlačuje zánět, bolest a ztuhlost kloubů a přináší rychlou úlevu. Přípravek je speciálně vyvinutý i pro malé klouby ruky a nohy a vyznačuje se příjemnou a nelepivou konzistencí. Při pravidelném používání zdravotnického prostředku REVMABLOK AKUT dochází k úlevě postižených kloubů a také k prevenci vzniku tohoto problému.

Capillus šampony z řady Cannaderm jsou k dostání také ve zdravých výživách.

## Konopí a kofein zastaví vypadávání vašich vlasů

Chomáčející vlasů na kartáči po každém česání jasně značí problém s jejich zvýšeným vypadáváním. Příčiny špatné kvality vlasů bývají různé. Od stresu přes genetické předpoklady až po nezdravý životní styl.

Řešení nabízí Capillus šampon s kofeinem, který byl vyvinutý speciálně pro šetrné mytí vlasů a účinné ošetřování pokožky hlavy při problémech s nadměrným padáním vlasů. Šampon obsahuje vysoký podíl kofeinu stimuluje vlasové kořínky a konopný olej vyživuje vlasovou pokožku. Dále také kopřivu pro dokonalý lesk vlasů. Při dlouhodobém používání dochází k omezení nadměrného vypadávání vlasů, zlepšuje se jejich vzhled i celková kondice.



## Aktivně a šetrně odstraňuje ušní maz! Snižuje riziko zánětu ucha

Účinně  
a bezpečně  
s aktivním  
kyslíkem.



Čištění uší je důležitou součástí každodenní hygieny. Na jejich čištění se většinou využívají vatové tyčinky. Ty však často zatlačují ušní maz hlouběji do zvukovodu, což může způsobit nepříjemný zánět. Představujeme vám proto účinnou a bezpečnou revoluci v čištění uší!

Pro pravidelnou ušní hygienu vyzkoušejte AurisClean ušní sprej z prémiové řady Da Vinci Academia, který účinně odstraňuje nadměrný ušní maz. Tím preventivně zamezuje tvorbě ušní mazové zátky, čímž snižuje riziko zánětu ucha. AurisClean funguje na revolučním principu aktivního kyslíku. Díky němu dochází k odloučení ušního mazu od kůže zevního zvukovodu. Unikátní složení a pohodlná forma aplikace tohoto zdravotnického prostředku garantuje bezpečné užívání jak u dospělých, tak i dětí. K dostání také ve formě spreje či kapek.

Nyní k dostání novinka AurisClean Sensitive ušní olejové sérum pro snadnou aplikaci s pipetkou.



## Maximální účinnost na potíže s prostatou

Nedovoďte, aby vaše sebevědomí podkopávaly nepříjemné pocity kvůli potížím s močením a vyřešte palčivý problém silou osvědčeného a tradičně užívaného extraktu Saw palmetta.

Ulevte si od potíží a vyzkoušejte nepostradatelného parťáka No-Prostal Strong. Jedná se o nejsilnější doplněk stravy na trhu na potíže s prostatou\* díky maximálnímu obsahu extraktu Saw palmetta. Navíc obsahuje vitamin E, který chrání buňky před oxidativním stresem. Účinné složení tohoto přípravku slouží k udržení zdravé prostaty, redukuje noční močení a podporuje silný a nepřerušovaný proud moči.

\*Nejvyšší obsah Saw palmetta – srovnáno s doplňky stravy na lékárenském trhu, duben 2021.



nejvyšší obsah\*  
STRONG 350 mg  
SAW PALMETTA



## Dobré zprávy aneb Láska v televizi

**P**racovat v televizi je sice zábava, ale i velká dřina, jak by jistě potvrdili reportéři a moderátoři ze CNN Prima NEWS. Zábavnou formou a s nadhledem ukazuje zákulisí televizního zpravodajství i seriál Dobré zprávy, který běží každou středu ve 20:15 na Primě. Jak to jiskří mezi hlavní dvojicí **Vladimírem Polívkou** a **Natálií Halouzkovou** neboli Ondřejem a Bárou a co o seriálu řekli?

### O prvním společném natáčení...

**Vladimír:** Je to půl roku, tak si nejsem úplně jistý, ale myslím, že to bylo v redakci. Ze začátku jsem ani netušil, že naše postavy mají být spolu, to se rozvinulo až později.

**Natálie:** Upřímně si to moc nepamatuju, ale myslím, že to bylo v redakci. Nebyli jsme pro sebe úplně neznámí lidé, Vládu jsem letmo znala z jiných projektů.

### O společné chvíle z natáčení, která jim uvázla v paměti...

**Vladimír:** Na Natálii se vždy těším, protože je zábavná, dobrá herečka a hezky se



mi s ní pracuje. Je moc šikovná, je fajn člověk a má dobrý smysl pro humor, což je fajn, když máte u sebe takového kolegu. Jsme stejně naladěni a ta scéna, kdy nám vyšla, byla, když jsme natáčeli, že se jí rozbilo auto. Točili jsme to v lese a následně se naše postavy pohádaly. Začali jsme a najednou jsme se dostali do fáze, kdy ona se hádala jako chlap a já jako ženská. Režisér nás na to musel upozornit, ale moc nás to bavilo.

**Natálie:** Dávám Vládovi za pravdu. Bára

s Ondrou zůstanou na noc v lese, protože se jim rozbije auto, a kvůli tomu se neuvěřitelně pohádají. Bylo to moc fajn natáčení, i když emoce byly vypjaté, a myslím si, že v tu chvíli nám oběma došlo, že se nám spolu moc krásně točí.

### O ranních rituálech v maskárně...

**Vladimír:** Káva a vřelé přivítání. Když přijdu, většina holek už v maskárně je, jim ta příprava logicky trvá trochu déle. Všechny pozdravím, jsou tam takové různé objímáčky, ale to já nedělám. To si mohou dovolit jiní kluci, ode mne by to mohlo vypadat hloupě. (*usmívá se*) Dáme si kávu a musím pochválit produkci, která se o nás krásně stará. Když přijdete, je tma, odcházíte, je tma. Tak nám vždy připraví vodu s citrusy, voní svíčka, jsou tam čokoládíčky...

**Natálie:** Kromě pozdravu je to o tom, že se snažím probudit. Vstávání na natáčení je velmi brzké a já jsem ráda, že se tam vůbec doplazím. Rituál je tedy takový, že padnu do maskéřského křesla, dospávám a nechám se opečovávat.

### O společných zájmech, které u sebe objevili během natáčení...

**Vladimír:** Natáčení je zvláštní organismus. Jdeme dopředu a snažíme se udržet energii, pozornost v tom ohromném množství textu a práce. Během toho procesu zjistíte, že jste přátelé, ale nic o sobě vlastně nevíte. Minimálně mne se to týká. Myslím si, že máme společný smysl pro humor, rádi se bavíme nad společnými věcmi a asi máme společný pohled na svět.

**Natálie:** Myslím si, že práce je náš velký společný zájem. Oba také cvičíme a o tom si povídáme. A co určitě máme společné, je humor. Dost se spolu nasmějeme.

### O chvíli, kdy se před sebou styděli...

**Vladimír:** Samozřejmě, že se stydíme po každé, když začne nějaké intimno, pusy. Ze začátku vám to přijde víc divné, později méně, ale stále se stydíte.

**Natálie:** Určitě na začátku, protože jsme se ještě tolik neznali, to je přirozené. Museli jsme se otrkat, ale rozhodně mi nebylo nikdy nepříjemné s Vládou natáčet. Sedli jsem si. (ms)

INZERCE

Dojatý Petr (62 let) vypráví, jak mu nový přípravek vrátil plné sluchové schopnosti, zbavil ho tinnitu (ušních šumů) a umožnil mu perfektní komunikaci s rodinou a okolím.

## „Hučení v uších přešlo za 20 minut.

## Zase bez potíží slyším své okolí”



TO NENÍ CHYBA TISKU!

### ROZDÁVÁME 1000 balení zdarma!

**P**okud vaše každodenní fungování, správné myšlení, klidné usínání nebo komunikaci s blízkými narušuje nepříjemné šumění v uších, určitě si přečtete o vylepšeném přípravku s komplexem AudioBalance, který za 24 hodin odstraňuje mnohaleté fantomové zvuky a vrací dokonalou kvalitu sluchu bez jakéhokoli pískání, šumění, hučení a dunění.

### „Úžasně silný sluch a žádné šumy”

Ušní šumy bleskově zmizely a já jsem byl zcela šťastný. Klid v hlavě, konec podrážděnosti, neustálého vtírání nějakých divných zvuků do uší. Pak došlo k dalšímu zlepšení: začal jsem slyšet silněji, hlasitěji a mnohem výrazněji – ze dne na den jsem zjistil, že slyším např. vnučata, která si hrají ve vedlejším pokoji, ačkoli jsem nikdy dřív neslyšel, co se děje za zdí. Že slyším zvuk vody vařící se v konvici nebo otočení klíče v zámku, když se dcera vrací z práce. Teprve teď žiji naplno – zase mohu slyšet to, co se děje kolem mě, a to i v těch nejmenších detailech.” shrnuje nadšený Petr.

### Lepší sluch = vyšší životní komfort! Inovativní přípravek pomáhá:

Za 24 hodin se zbavíte úporného šumění v uších

Ztiší se neustálé pískání a hučení uvnitř uší

Zregenerují se sluchové nervy a přestane vám ubývat sluch

Zlepšíte kvalitu sluchu až o 87 %

### Výběr odborníků – není lepší prostředek na šumy v uších!

Nový přípravek komplexně potírá sluchovou přecitlivělost a díky tomu vrací pohodlí do každodenního života, odstraňuje problémy se spánkem, zbavuje strachu spojeného se „slyšením hlasů“, zlepšuje schopnost soustředění a zastavuje úbytek sluchu u lidí v každém věku. Bez ohledu na příčinu vzniku šumění v uších se každý může zbavit dráždivého pískání, hučení a zvonění v hlavě už během první hodiny po použití přípravku.

Roman Hlava,



### Konec šumů v hlavě

Odborníci zdůrazňují, že za tak spektakulární účinností inovativního přípravku stojí dosud nevídaná maximálně vysoká koncentrace přirozených aktivních látek, které tvoří unikátní komplex AudioBalance. Jejich činnost spočívá v bleskovém zvýšení prokrvení orgánů ve středním uchu až o 60 %,

„Kdybych věděl, že se můžu tak rychle zbavit toho strašného hučení a šumění v uších, už dávno bych po tomto produktu sáhl. Už po 1. dávce jsem přestal slyšet neustálé pískání – byla to nepopsatelná úleva –, a navíc slyším silněji, jasněji a přestal jsem rodinu trápit neustálým vyptáváním, co řekli, a hlasitým poslechem rádia.“ Pan Petr je jedním z 79 400 lidí v Česku, kteří bez jakýchkoli složitých zákroků a léčby napravili svůj sluch za 24 h – ted je čas na vás! I vy překonáte sluchovou přecitlivělost – zbavte se zvonění a dunění v uších už po 1. užití. Rozdáváme 1000 BEPLATNÝCH balení přípravku.

úplné regeneraci sluchových nervů a oddělení fantomových zvuků (slyšených pouze v hlavě) od reálných zvuků z okolí. Přípravek blokuje příliš reaktivní receptory odpovědné za vznik šumů, proto většina uživatelů přestane slyšet iritující šumění a šelesty už během 24 hodin.

### Změňte svůj život k lepšímu

#### Jak bude vypadat váš každodenní život bez šumění v uších?

- Bez potíží budete telefonovat
- Přestanete prosit partnera v rozhovoru, aby vám zopakoval, co řekl, vyptávat se „prosím?“, „ano?“, „co jsi říkal?“
- Nebudete už cítit strach a neklid vyvolané šuměním a pískáním v uších → Snadno si vyřídíte záležitosti na úřadě, na poště i v obchodě
- Snadno odizolujete a poznáte hlasy ve větším kruhu, např. u rodinného stolu
- Zbavíte se pocitu podráždění a iritace → Začnete lépe spát, zbavíte se bolesti hlavy a chronické únavy
- Nepřeslechnete zvonek u dveří
- Včas uslyšíte příjízďující auto a spěchající sanitku
- Podíváte se na oblíbený program v televizi a nebudete si muset dávat zvuk na maximum.

### Proč přípravek rozdáváme ZDARMA?

Nejsme charitativní organizace. Nabízíme přípravek nejvyšší



#### ZPRÁVA Z VÝZKUMU MedicReporters

Komplex AudioBalance je účinný dokonce i při pokročilém úbytku sluchu:

- ✓ Obohacuje a 3násobně zesiluje zvuky z okolí
- ✓ Odstraňuje úporné ušní šumy
- ✓ Zlepšuje soustředěnost, odstraňuje bolesti hlavy a potíže se spánkem

### Konečně mi nic nezvoní v uších!

Příznám se, že jsem nevěřil v působení tohoto produktu, ale stačila mi jedna dávka, aby šumění a hučení v uších zmizely jako mávnutím kouzelného proutku. Tomuto přípravku se nic nevyrovná – odstranil šumění v uších a při té příležitosti mi vylepšil sluch a jako by zesílil a zostril veškeré zvuky z okolí. Úžasně.



Marek, 39 let, Ostrava

kvality a víme, že když se informace o této akci na vrácení uhrazené částky rozkřikne, objednávky nás zaplaví. Je to vaše poslední šance získat balení přípravku za tak výhodných podmínek.

## VÝJIMEČNÉ SLEVY

Prvních 1000 lidí kteří zavolají do 07.01.2023  
obdrží 100% NÁHRADU VÝROBCE!

Zavolejte: **354 978 956**

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

**DŮLEŽITÉ: Limit je 1 balení na domácnost**



## Příběh semaforových hitů

JOSEF VLČEK

**P**sal se 14. prosinec roku 1962 a na předvánoční trh se konečně na singlech dostaly písničky z pásma Zuzana je zase sama doma. Skupina Ferdinanda Havlíka na nich doprovázela největší hvězdy divadla Semafor Waldemara Matušku, Evu Pilarovou, Hanu Hegeovou, Karla Štědrého a Jiřího Suchého.

Zuzana je sama doma představovala typický formát tehdejších malých divadel – pásmo. V podstatě šlo o cyklus písní s hereckým průvodním slovem. Semafor ho v případě Zuzany poprvé zkusil v pořadu Zuzana je sama doma z roku 1960.

Princip byl jasný. Z magnetofonového pásku hovořila Zuzana Stivínová v roli Zuzany, která se pohádala se svým přítelem Honzou, teď je sama doma a pouští si písničky. Průvodní text napsal Miroslav Horníček a na definitivní verzi se podílel i Jiří Suchý. Pořad byl divadelní událostí roku a přinesl tolik hitů, že přímo volal po pokračování. To se do roka opravdu objevilo. Zuzana je zase sama doma.



FOTO: DEZORT JOVAN (ARCHIV MAFRA)

Dívka Zuzana, znovu z magnetofonu, v něm vyprávěla o lidech z jejich domu. Autorem průvodního textu byl tentokrát Jiří Suchý, který navíc napsal většinu textů. Část zkomatělé kritiky semaforovou satiru maloměstáctví nepochopila, ale nekonečné fronty v předprodeji, v nichž lidé stáli přes noc, prozrazují, že se Suchému podařilo zachytit to, čím žila po stalinském období se probouzející česká společnost. V pořadu zaznělo osmnáct písniček, při-

čemž minimálně šest z nich můžeme označit za jedny ze základních kamenů naší populární hudby.

### Suchý se Šlitrem a jejich první český protetsong

Pásmo Zuzana je zase sama doma, které bylo ještě v roce 1961 zfilmováno režisérkou Evou Sadkovou pro Československou televizi, přineslo celonárodní popula-

ritu Waldemaru Matuškoví. V programu zazněly tři písničky, jež budou s jeho jménem navždy spojovány – Kočka na okně, Písnička pro Zuzanu a „první český protetsong“ Árie měsíce. Jiří Suchý s Jiřím Šlitrem (*na snímku*) v něm vytvořili model dodnes funkční protestní písně, která se nevyjadřuje naplno, ale každému dochází význam slov „Plavu si ani nevím jak, vždýt nemám prsa ani znak, mám jen hlavu plnou ideálů“.

V druhé Zuzaně excelovala i Hana Hegeová s šansonem Dnes naposled a Eva Pilarová, jejíž Malé kotě zná dodnes každý. Ovšem největší senzací pořadu byl duet Evy Pilarové a Waldemara Matušky Ach, ta láska nebeská. Skladba, kterou dnes považujeme za největší hit první poloviny 60. let, následně vyhrála historicky prvního Slavíka v kategorii Píseň roku a pomohla Waldemaru Matuškoví k prvnímu místu mezi zpěváky a zpěvačkami.

Písničky ze Zuzany hrálo rádio i televize. Jen Supraphon se kvůli dlouhým výrobním lhůtám zpozdil o celý rok. A tak tomu často bylo až do konce 80. let.

INZERCE



## Chcete mít sílu a energii?

## Aleš Valenta doporučuje

## Molekulární Vodík®

Aleš Valenta





QR kód

Vyzkoušejte to také!

www.H2World.cz

PF 2023

## Ať se dostanete na vrchol každý den!

Sexshop.cz je vaším dodavatelem orgasmů již 23 let. V nabídce najdete více než 2 000 produktů pro uspokojení každé vaší fantazie. Zastavit se můžete také v jedné z našich 4 prodejen, kde na vás čeká příjemná obsluha, která vám poskytne profesionální a diskrétní poradenství. Pokud nakupujete na e-shopu, nemusíte se bát doručení. Balíčky doručujeme absolutně diskrétně, bez loga a označení odesílatele. Těšíme se na vaši návštěvu online či na prodejně.



SEXSHOP.CZ

váš dodavatel orgasmů

454. ORGASMUS

ZA 23 654 789

23 654 488

ORGASMŮ

SEXSHOP.CZ.



## Za kouzelnými místy Jeruzaléma

Při výletu do Jeruzaléma kromě nejznámějších památek **neopomeňte** také třeba **vyhlášený trh** nebo **dům**, který nese výraznou **českou stopu**.

### Trh Machane Jehuda

Je jedním ze symbolů Jeruzaléma a zároveň zřejmě největším trhem v celém Izraeli, kterým týdně projde na 200 tisíc návštěvníků. Nachází se asi dva kilometry severozápadně od hlavního vchodu do Starého Města – Jaffské brány. Tržiště zabírající z hlavních dvou ulic do mnoha postranních uliček je částečně zastřešené. Etnicky i nabídkou zboží je mimořádně rozmanité, obvykle se zde dá vybírat z nabídky okolo tří stovek stánků. Zároveň jsou zde četné kavárny, čajovny i bary. V posledních letech se tady koná také řada kulturních akcí, festivalů a koncertů, které z tržiště



Tržnice Machane Jehuda.

udělaly vyhledávané místo i pro milovníky nočního života.

### Tichův dům

Za návštěvu stojí také takzvaný Dům Ticho. Jde o jeden z prvních domů postavených vně hradeb Starého Města. Jeho vznik se datuje k roku 1880 a jméno získal po věhlasném očním lékaři Avrahmovi Tichovi a jeho manželce Anně, kteří měli oba původ na jižní Moravě.



Vstup do Tichova domu.

Dům nejprve sloužil jako ordinace, později coby místo setkávání představitelů intelektuální i politické elity. Dnes je jednou z poboček Izraelského muzea, konají se zde výstavy, koncerty, najdete tu také restauraci a kavárnu.

### Památník Jad Vašem

Nejznámější světové muzeum dějin holokaustu se nachází v Památníku Jad Vašem na kopci Har Hazikaron v západní



Komplex Památníku Jad Vašem.

části Jeruzaléma. Založen byl v roce 1953 a nyní jde o komplex pomníků, soch a budov o rozloze přes 4200 m<sup>2</sup>. Součástí památníku je nejobsáhlejší archiv dokumentů o holocaustu na světě. Expozice jsou tvořeny s velkým důrazem na individuální osudy konkrétních lidí. Památník je otevřen od neděle do čtvrtka od 8:30 do 17 hodin, v pátek a o svátcích od 8:30 do 14 hodin. Vstup ale není povolen dětem do 10 let ani rodičům s kočárky. (re)

INZERCE



# JERUZALÉM

## Izrael – více než exotika

Zpáteční letenka s ELAL Israel Airlines  
z Prahy do Tel Avivu od 6900,-Kč

[elal.com](http://elal.com)

## PRŮLOMOVÝ OBJEV V BOJI PROTI HYPERPLAZII PROSTATY

**K**olikrát jste minulou noc musel na záchod? Dvakrát? Třikrát? A možná víc...? Vzpomínáte si na tu pálivou bolest, když jste tam stál jako socha a snažil jste se ze sebe vymáčkout aspoň pár kapek? A co skvrny na spodním prádle a kalhotách? Nemluvě o zápachu a problémech v posteli...

Není to zánět močového měchýře – samo nezmizí. Není to stáří – nejste k tomu odsouzen. Zdravá prostata má velikost vlašského ořechu, kterým prochází močová trubice, která má průměr jako slámka. Vaše prostata teď pravděpodobně narostla na velikost švestky nebo mandarinky. **Tlačí močovou trubici jako když prsty stisknete slámku...** a tohle je příčinou Vašeho utrpení a bolesti.

### CO MOŽNÁ NEVÍTE

Ačkoli jsou přirozené metody léčení zvětšené prostaty účinné a nezpůsobují vedlejší účinky, jako je třeba impotence, nejsou v současné době běžně dodávány do lékáren. „Proto **9 z 10 specialistů** ani nemá tušení o nejnovějším vývoji v oblasti boje proti tomuto problému. Jako příklad může sloužit americký přípravek, díky kterému já sám jsem se zbavil problémů s prostatou.“

Nově vyvinutý přípravek PRO-State Support se rychle stal americkou zbraní číslo jedna v boji proti hyperplazii prostaty. Láme rekordy popularity: dosud bylo prodáno přes 3 000 000 balení!

„Konec bolesti zad, konec nočních probouzení, častých procházek na toaletu a zklamání v posteli...“ – říká vynálezce metody.

„Když jsme se během klinických testů pokoušeli zmenšit prostatu, rychle se ukázalo, že působení jedné složky nestačí. Trvalo nám dva roky, než jsme vyvinuli **silný a bezpečný vzorec**, založený pouze na složkách používaných v přírodní medicíně.“

Tato jedinečná kombinace může rychle obnovovat hormonální rovnováhu, jejíž narušení

## Kolik z těchto 12 příznaků problému s prostatou se týká Vás (Vašeho manžela)?

- Časté návštěvy toalety
- Únik moči
- Zápach
- Neustálá únava
- Pokles energie
- Pálení močové trubice
- Žádná touha po sexu
- Stálý tlak na močový měchýř
- Slabý proud močení
- Dlouhé návštěvy toalety
- Nespavost nebo podrážděnost
- Skvrny na spodním prádle a kalhotách

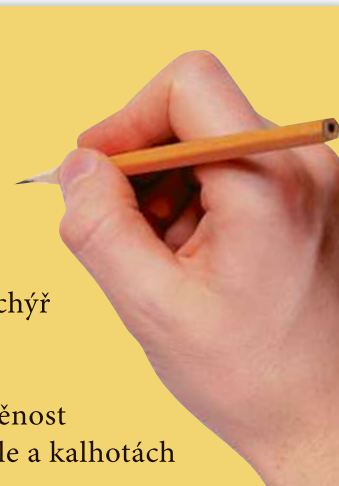
**Pokud je Vám přes 45 let a zaškrtl jste víc než 3 políčka, to znamená, že Vaše prostata je časovaná bomba, která Vám může kdykoliv úplně znemožnit močení. V takové situaci jediným způsobem záchrany je operace. Nebo...**

je hlavní příčinou zvětšení prostaty. Metoda může také zvyšovat hladinu testosteronu, která s věkem začíná klesat a zároveň snižovat hladinu DHT – hormonu, který působí na prostatu jako benzín na oheň, je zodpovědný za zánět a zvětšování prostaty.

PRO-State Support může rychle zvyšovat tok moči, odstraňovat bolest a pálení u 53% nemocných, kteří už necítí bolest při močení a navštěvují toaletu **dvakrát méně často**. Prostata má šanci znovu získat svou **správnou velikost až u 93%** účastníků testu – bez operace a pilulek.“

PRO-State Support – „krotitel“ prostaty, který dokáže:

- ✓ zmenšit prostatu;
- ✓ snížit frekvenci močení;
- ✓ rozšířit močovou trubici;



Tito muži neváhali...

### „Před skalpelem mě zachránila žena...“



„Nechtěl jsem si přiznat, že mám problém. Kvůli nočnímu vstávání jsem byl celý den extrémně unavený. Vyhýbal jsem se také své ženě, styděl jsem se. Manželka už to nakonec nemohla vydržet: máš problém s prostatou! Nenechala mě na pokoji, a nakonec mi tento přípravek koupila sama. Vše se vrátilo do normálu, problém zmizel.“

**Marek V., (53 l.),** listonoš, Beroun

### „Už nemusím vstávat 6krát za noc“



„Myslel jsem si, že mám zánět močového měchýře, ale neprošlo to... Pořád jsem nervózně kontroloval, zda mám suché kalhoty. Začaly se objevovat problémy s erekcí. Noční vstávání bylo vyčerpávající a za volantem musíte být soustředění. PRO-State Support mě postavil na nohy. Žádné úniky, žádná bolest.“

**Matěj K., (57 l.),** řidič, Telč

### Nikdy se nezdávejte...



„Po operaci jsem se dozvěděl že prostata bude nadále růst, že to pomůže jen na pár let! Dlouho jsem hledal nějaké východisko, které by mě od toho zachránilo (20 centimetrový řez není ta nejpříjemnější věc). Jakmile jsem objevil tuto metodu, moje prostata se nezvětšuje.“

**Bohumil P., (69 l.),** truhlář, Telč

### ZMENŠETE PROSTATU RYCHLE

Vzorec PRO-State Support je dostupný pouze po telefonu. Ačkoliv výrobní technologie není levná, díky speciální dotaci prvních 100 lidí může produkt získat úplně ZDARMA! Počet akčních balení je omezený – rozhoduje pořadí objednávky.

### FINANCOVÁNÍ PRO MUŽE narozené v letech 1920–1972

Prvních 100 lidí, kteří zavolají před 12.12.2022, obdrží

**speciální refundaci!** Obdržíte pak PRO-State Support úplně ZDARMA.

**Zavolejte: 296 849 534**

Po – Pá 8–20 hod. So – Ne 9–18 hod.  
(Obyčejný místní hovor bez dodatečných poplatků)

POUZE do 12.12.2022 balení ZDARMA!

Z televizní reklamy TV



Neutrácejte peníze za vodu v plastových lahvích, **dejte zelenou moderní technologii a upravte si vodu přímo doma.** Ušetříte si tak starosti, finance, čas a v neposlední řadě pomůžete i přírodě.

**N**ormální voda z kohoutku vám nechutná, nebo vás trápí zanášení spotřebičů tvrdou vodou, a přitom nechcete utrácet za vodu balenou? Společnost Aqual, s. r. o. má pro vás řešení. Zabývá se filtračními zařízeními nejen pro domácnosti, ale také pro průmysl, laboratoře a firmy.

Častým problémem s pitnou vodou z kohoutku je její vůně a chuť. Slyšíme to neustále, že v určitých oblastech je voda cítit po chloru, a proto je její pití nepříjemnou zkušeností. S tímto problémem vám pomohou právě filtrační systémy, kterým se firma odborně věnuje.

Jaké jsou možnosti pro domácnost? Můžete si vybrat z několika možností. Mezi první možnosti zařazujeme takzvané me-

## Kvalitní voda je základ aneb Moderní je filtrovat

chanické filtry. Ty pomohou odstranit z vody mechanické nečistoty, jako je písek, jíl, vlasy a jiné částice, které se nerozpustí. Například filtr Cintropur je mechanický filtr na vodu. „Instaluje se jako první stupeň filtračního systému a slouží k předfiltraci vody. V nabídce jsou také pískové filtry, které již možná znáte u filtrace bazénů. Tyto filtry jsou určené především pro vodu z vrtů, kde jsou mechanické nečistoty přítomny,“ popisuje jednatel společnosti Miroslav Šustr.

### Pomocník pod dřezem

Další možností jsou filtry, které se umísťují přímo v kuchyni, kde fungují jako skrytý pomocník. Filtry pod dřez vám zaručí filtraci pitné vody z kohoutku, aby se odstranil případný zápach a zlepšila se chuť vody. Tyto filtry, jak již naznačuje jejich název, se instalují přímo pod dřez. Jsou velmi malé, nenápadné a stylové. Mají až



ILUSTR. FOTO | SHUTTERSTOCK

pět stupňů čištění vody, systém hlídání kvality vody a rozsáhlou diagnostiku, tudíž jsou spolehlivým pomocníkem pro vaši pitnou vodu.

Pokud máte problém s tvrdou vodou ve vaší domácnosti, i pro vás se řešení najde díky automatickým změkčovačím filtrům. Díky těmto změkčovačím filtrům prodloužíte životnost vašich spotřebičů a také ochráníte své prádlo. Jsou vyrobeny z vysoce kvalitních materiálů a zaručí dlouholetý a spolehlivý provoz. Na trhu jsou už od roku 2001, což je značkou vysoké kvality a spolehlivosti, protože v jejím systému filtrace nedošlo k výrazným změnám. Takový změkčovač se instaluje blízko vstupu do domu, například do kotelny, garáže či jiné technické místnosti.

Můžete si také vybrat provedení. Standardní provedení filtru je samo o sobě velmi kvalitní, ale pokud chcete trochu rozší-

řenou verzi, tak je vhodná verze TOP. „Ta mimo klasické funkce zobrazuje více informací na displeji, šetří dalších 10 procent regenerační soli a umožňuje velké množství doplňkových funkcí. Firma tuto verzi doporučuje hlavně v domácnostech, kde se vyskytuje vnitřní bazén,“ přibližuje Miroslav Šustr.

Při nákupu výrobků společnosti Aqual, s. r. o. využijte nyní 10% slevu pro všechny fyzické osoby. Slevu získáte po sdělení hesla Voda2022, a tak si v klidu můžete s pomocí našeho profesionálního týmu začít vybírat ideální řešení pro vaši domácnost nebo i firmu. Aqual, s. r. o. se totiž nezaměřuje pouze na domácnosti, ale právě také na firmy, laboratoře a průmysl. Každé odvětví má různé požadavky pro filtraci a na svém webu firma uvádí mnoho různých výrobků. Záleží jen na vašem výběru a potřebách.

### Jaké přístroje si vybrat?

Voda je jednou z nejdůležitějších složek všech nápojů, pokrmů i potravin, její jakost a vlastnosti jsou však velmi často opomíjeny. Pomoc je přitom nasnadě. Úpravny vody totiž garantují v domácnosti čistou a pitnou vodu vždy, a to i v případech, kdy je některý z jejich parametrů až 5x horší, než je norma. Stačí využít přístroje **Sintra** a opět si bez starostí vychutnáte pohár čisté vody přímo z kohoutku. Cesta ke kvalitní vodě není složitá. Přístroje Sintra jsou malé domácí úpravny pod dřez, které dodávají domácnosti vodu pro jeden kohoutek. Voda je vhodná na pití, vaření, přípravu nápojů i ústní hygienu. Přístroje Sintra se nejčastěji používají tam, kde je voda znečištěná či nelze garantovat stabilní kvalitu zdroje, například i v případě soukromých studní, nebo tam, kde je dlouhá trasa neudržovaného vodovodu.

Máte doma pitnou vodu, která potřebuje pouze vylepšit? Pak zvolte systém **FT-line**. Malý filtrační systém pod dřez upraví v domácnosti vodu pro jeden kohoutek tak, aby byla vhodná ke všem běžným úkonům, a díky speciální membráně navíc zničí všechny bakterie a viry. Obáváte se, že jde o složitý systém? Nemusíte. FT-line má snadno výměnné filtry, které si uživatel mění sám bez nutnosti návštěvy servisního technika a bez použití jakéhokoliv nářadí.

INZERCE



Úprava pitné vody v domácnosti

## MODERNÍ A EKOLOGICKÉ JE FILTROVAT

Většina z nás se v dnešní době snaží žít zdravě. Ke zdravému životu neodmyslitelně patří i kvalitní pitná voda. Není však nutné ji kupovat v supermarketech. Moderní, pohodlná, levnější, a především šetrná k životnímu prostředí je úprava vody přímo v místě její spotřeby – u vás doma. Řešením mohou být filtrační systémy FT-line a SINTRA plus.

Začněte s pomocí našeho profesionálního týmu vybírat ideální řešení pro vaši domácnost nebo firmu.

Dodáváme pitný režim i pro firmy, současně se věnujeme centrálním filtrům na vodu pro celé domácnosti, objekty...

### FT-line 3

Systém slouží k vylepšení chuti, odstranění nežádoucích pachů či mechanických nečistot, které se, byť v minimálním množství, mohou nacházet v pitné vodě z veřejného vodovodu. Všechny důležité minerály ve vodě zůstávají.

### NEPŘEHLEDNĚTE

- Malé rozměry – umístění pod dřezem v kuchyňské lince.
- Špičková kvalita předního evropského výrobce.
- Jednoduchá instalace a servis.
- FT-line má snadno výměnitelné filtry, které si uživatel mění sám bez nutnosti návštěvy servisního technika a bez použití jakéhokoliv nářadí.
- Konfiguraci filtrů lze měnit podle toho, jaký problém ve vodě je nutné vyřešit.

Využijte u nás **10% slevu** pro všechny fyzické osoby. Stačí nám sdělit heslo **Voda2022.**

- Možnost profesionálního servisu prováděného vyškolenými technikami.

### SINTRA plus

Řešení pro úpravu vody z vlastního zdroje – studny nebo vrtu.

### NEPŘEHLEDNĚTE

- Malé rozměry – umístění pod dřezem v kuchyňské lince.
- Špičková kvalita předního evropského výrobce.
- Použití i v případě znečištění vody např. z důvodu dlouhé trasy neudržovaného vodovodu.
- SINTRA plus připraví pitnou vodu i tehdy, překračuje-li vstupní voda v některém parametru normy čtyřnásobně.
- SINTRA plus má propracovanou ochranu proti přetečení vody a systém hlídání nutnosti servisu.
- Profesionální servis prováděný vyškolenými technikami.



[www.aqual.cz](http://www.aqual.cz) | [office@aqual.cz](mailto:office@aqual.cz)  
+420 541 222 317

# Novinka na trhu s fotovoltaikou. Za energie začnete šetřit hned, jak si elektrárnu objednáte



S revoluční změnou na trhu obnovitelných zdrojů přichází jeden z českých dodavatelů fotovoltaických elektráren Energetický Holding Malina. Svým zákazníkům chce totiž umožnit šetřit za energie hned po objednání fotovoltaické elektrárny. Dosavadní praxe je přitom taková, že peníze za energie spoříte až v momentě, kdy vám dodavatelská firma fotovoltaiku nainstaluje na střeche. Princip nové nabídky vysvětluje Cyril Regner, předseda představenstva Energetického Holdingu Malina.

## Co vás k nabídce okamžité úspory vede?

Přicházíme s nabídkou, která zbaví naše zákazníky stresu z toho, kdy a jak jim začne jejich elektrárna fungovat. Jednou z věcí, kterou klienti při pořizování fotovoltaiky často řeší, je vysoká vstupní investice a čekání na termín instalace. To potvrzuje i výzkum veřejného mínění, kde jsme se na to lidí ptali. My je chceme těchto starostí zbavit. S námi začnou šetřit hned, jakmile si elektrárnu objednají.

## Jak to bude v praxi fungovat?

Velmi jednoduše. Zákazník si u nás objedná fotovoltaickou elektrárnu, objedná si ji a okamžitě začne šetřit. Každý měsíc mu na účet budeme posílat peníze, které by mu jeho objednaná elektrárna ušetřila, pokud by už byla funkční. Peníze od nás bude dostávat do doby, než mu fotovoltaiku nainstalujeme na střeche. Pak už šetří s vlastní elektrárnou.

**Jak ale budete vypočítávat výkon elektrárny, která ještě nefunguje?**



Foto: Energetický Holding Malina

Sestavili jsme soubor deseti referenčních elektráren, které jsme už dříve nainstalovali domácnostem po celé České republice. Jejich výkon každý den měříme a průměrujeme na hodnotu 1 kWp. Údaje jsou průběžně aktualizované na stránce [www.setrimsmalinou.cz](http://www.setrimsmalinou.cz). Na webu tak vidíte, jaká je aktuální výroba vybraných elektráren, jak ji ovlivňuje počasí nebo roční období. Zákazník tak v praxi uvidí, jak účinná fotovoltaika vlastně je. Současně si můžete na webu vybrat výkon své budoucí elektrárny a přesně uvidíte, kolik vám vyrobí i kolik díky ní šetříte.

## Kolik peněz tedy budou lidé od Maliny dostávat?

Každý dostane tolik peněz, kolik by mu vyrobila jeho fotovoltaická elektrárna, kdyby ji už měl na střeše. Bude to tedy rozdělené podle toho, jak výkonnou elektrárnu si objednal. Údaj z našich referenčních elektráren zprůměrovaný na 1 kWp vynásobíme danou hodnotou a vyplatíme 5 korun bez DPH za 1 kW. Každý měsíc lidem tato částka přijde na účet, a to až do té doby, než jim nainstalujeme jejich vlastní elektrárnu.

**Jak si mohou být lidé jistí, že je systém dobře nastavený a bude to fungovat?**

Naším cílem je maximální transparentnost a serióznost nabídky. Chceme, aby měli lidé jistotu. Proto je systém výpočtu vyrobené energie i výběru referenčních elektráren interně prověřen několika systémy kontroly a má ty nejvyšší garance.

**Když lidé nabídky využijí a budou šetřit hned, prodlouží se jim nějak doba instalace jejich elektrárny?**

Neprodlouží. Naším cílem je instalace elektrárny do šesti měsíců od objednání. Po celou čekací dobu budou lidé šetřit a dostávat peníze z výroby své objednané elektrárny.

## Kolik vůbec můžu díky vlastní fotovoltaice ušetřit?

Záleží to vždy na konkrétní spotřebě vaší domácnosti, k čemu všemu elektrickou energii využíváte, kdy spouštíte spotřebiče i třeba na tom, zda máte systém s baterií, která vám umožní ukládat přebytek energie vyrobené přes den k použití večer nebo druhý den ráno. Hodnoty se liší i podle počasí a ročního období. Obecně se ale dá říct, že díky fotovoltaické elektrárně získáte 50 až 70procentní soběstačnost.

## Jak mohou lidé vaši nabídky využít?

Naše nabídka je určena pro všechny, kteří mají zájem o fotovoltaickou elektrárnu. Stačí nám zavolat na naše call centrum, napsat e-mail nebo využít kontaktní formuláře na [www.setrimsmalinou.cz](http://www.setrimsmalinou.cz) nebo [www.malinagroup.cz](http://www.malinagroup.cz).

**Energetický Holding Malina a.s.**

tel.: 800 880 878

(po-pá od 9.00 do 16.00 hodin)

e-mail: [kontakt@malinagroup.cz](mailto:kontakt@malinagroup.cz)

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



## Proč si pořídit fotovoltaickou elektrárnu?

- ◆ Úspóříte až 70 % výdajů za energie
- ◆ Vyrábíte vlastní čistou energii
- ◆ Státní dotací pokryjete až polovinu investice
- ◆ Investujte do technologie budoucnosti s garancí návratnosti
- ◆ Skvělá příležitost pro každého, kdo má střeche nebo zahradu



**CALL CENTRUM**

PO-PA 9:00 - 16:00  
+420 800 880 878



**EMAIL**

[kontakt@malinagroup.cz](mailto:kontakt@malinagroup.cz)

Podrobné informace a kontaktní formulář [www.malinagroup.cz](http://www.malinagroup.cz)

# Energetická soběstačnost od Maliny



# ROZDÁVÁME ZDARMA 1000 KUSŮ

ortopedických ortéz, které uleví od silné bolesti kolen  
a kloubů za 17 minut

**TO NENÍ CHYBA TISKU. ČTĚTE DÁL.**

**Pokud jste se narodili v letech 1920–1990 a:**

- trpíte chronickou bolestí kolenních kloubů
- při pokrčení kolenou pociťujete vrzání, praskání a loupání
- poté, co ležíte v noci nebo delší dobu, cítíte „počáteční bolest“, ztuhlost a necítíte nohy ani kolena
- máte často pocit těžkých, olověných nohou
- míváte nateklé kotníky, trpíte otoky kolenou a křečemi v lýtkách
- potýkáte se s revmatickými potížemi nebo jste měli úraz

... pak si ještě dnes vyzvedněte svou terapeutickou stabilizační kolenní ortézu, která po 1. nasazení posílí kolenní klouby, za 17 minut odstraní bolest a pomůže vám znovu nabýt hybnost.

Skladem je zabaleno a připraveno k odeslání 1000 speciálních ortéz – jedná se o inovativní stabilizátory využívající pokročilou magnetoterapii, které můžete používat sami doma. Rozdáme je ZCELA ZDARMA, přičemž se budeme řídit heslem „kdo dřív přijde, ten dřív mele“. Zavolejte do **07.01.2023**, než vás předběhnou ostatní. Datum narození potvrdíte ústně po telefonu.

Stabilizační kolenní ortéza je vybavena magnety, každý o síle až 800 GS, díky čemuž je možné provádět speciální magnetoterapii v pohodlí domova. Působí přímo na bolavý kloub a odstraňuje bolest, ztuhlost a vrzání kolenou, pomáhá zlepšit stav menisku a poškozenou kloubní chrupavku, posiluje šlachy a vazy. Po 1. nasazení ortézy je kolenní kloub stabilizován a má termomechanickou ochranu, mizí bolest, otoky a další dysfunkce kolena v důsledku degenerativních změn, revmatu, přetížení nebo traumatických stavů. Pro účinnou úlevu od silné bolesti stačí nosit ortézu 3–4 hodiny denně, přičemž čím déle ji budete používat, tím znatelnější zlepšení hybnosti pociťte – koleno se začne ohýbat plynule a bez bolesti, bude lépe „promazané“ kloubním mazivem, takže přestanete pociťovat nepříjemné praskání a „přeskokování“ v kloubu. Po 4 dnech koleno narovnáte bez bolesti a omezení a tvorba přirozené synoviální tekutiny se zvýší až o 230 %. Stabilizátor je vyrobený z odolných prodyšných ortopedických materiálů, zapíná se na pevný suchý zip – je velmi pohodlný a nenápadný pod oblečením.

Avšak to není všechno. Když odstraníte bolest a ztuhlost dolních končetin a stabilizujete kolenní kloub, zajistíte podporu celé své kostře. Ortopedický kolenní stabilizátor vám také pomůže zmírnit opakující se bolesti páteře, beder, míšních nervů nebo boků. Až se zlepší vaše hybnost, budete opět bez potíží chodit na procházky, jezdit na kole, pracovat na zahradě nebo se věnovat rannímu cvičení. Díky tomu rozhýbete celé tělo a každý dnem budete pociťovat větší fyzickou zdatnost a degenerativní změny a revmatické potíže vás přestanou znehybňovat.

Tato stabilizační ortéza je nejoblíbenější a nejdražší model, který byl dosud v Evropě vyroben lidrem v oblasti ortopedických a antidegenerativních terapií. Sedí na levé i pravé koleno, mohou ji nosit ženy i muži. Bude vám i vašim blízkým sloužit řadu let.

**Proč rozdáváme inovativní stabilizátor kolenního kloubu na odstranění bolesti a degenerativních stavů zcela ZDARMA?**

**Velmi důležité:** upozorňujeme, že se na trhu již objevily levné a neúčinné padělky stabilizačních ortéz. **Nezaměňujte je s originálním stabilizátorem s magnety o síle 800 GS k profesionální magnetoterapii**, v němž byla použita speciální terapeutická technologie, vypočtené magnetické pole a vyměřený systém rozmístění magnetů, který si výrobce hlídá. Efektu maximální regenerace kolenního kloubu a terapeutického účinku při degenerativních změnách se silnými bolestmi lze dosáhnout pouze s použitím originální stabilizační ortézy.

**NEVÁHEJTE. Tuto nabídku můžete využít pouze do 07.01.2023 – taková příležitost se již nikdy nebude opakovat**

Stabilizační ortopedická ortéza, která zmírňuje i silnou bolest kolenního kloubu různého původu, nikdy nebude dostupná v žádném kamenném obchodě. **ROZHODUJE POŘADÍ ŽÁDOSTÍ.** Neváhejte proto ani minutu – zavolejte hned teď na telefonní číslo **352 579 604**, abyste to stihli, než **BEZPLATNÉ** zásoby dojdou.

**POZOR! Platí limit: 1 ortéza na domácnost.**  
Po-pa 8:00 - 20:00 sob: 8:00 - 16:00. Běžně místní spojení bez příplatku

## DÁRKOVÝ SET KŘUPAVÝCH CVRČKŮ V ZÁBAVNÉ ZKUMAVCE

Nejbláznivější dárek nebo lahodná pochoutka? Křupavá výzva nebo budoucnost proteinů? Rozhodněte vy. Jisté je, že při ochutnávání bude veselo. Sleva 50 Kč s kódem „MF“

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



649 Kč

Křupavá  
VÝZVA

BUDOUCNOST PROTEINU  
sens

## MĚJTE SVÉ PLÁNY POD KONTROLOU

Aby Vám v novém roce neunikl žádný klíčový okamžik a Váš rok 2023 byl zcela výjimečný, kupte si originální diář české výroby.

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



# Vánoční dárky



449 Kč

## POLICEJNÍ PRÁCE BEZ CENZURY

Legendární detektiv pražské mordparty Jan Štoček se představuje v rozhovoru s Lucíí Bechynkovou. Zjistěte, jak vypadá skutečné vyšetřování vražd!

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



1.050 Kč

## LELOSI, NEBESKY POHODLNÉ OBLEČENÍ PRO CELOU RODINU

Vaši nejbližší si zaslouží jen to nejlepší! P.S. Skvělou volbou je i naše dárková karta

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



3.790 Kč

## BE LENKA NEVADA BAREFOOT TOPÁNKY

V kterých vás bude bavit každý krok. Nadčasový design a neopakovatelný komfort, jaký nabízí jen barefoot.

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

## MINULOST SE VRACÍ BEZ VAROVÁNÍ

Policista Tomáš Volf bojuje s časem. Podaří se mu najít zmizelou dívku? Během pátrání bude čelit řadě nebezpečí i vlastním nepříjemným vzpomínkám.

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



349 Kč

### HUŇATÁ DEKA Z OVEČKÁRNY PRO VŠECHNY ZIMOMŘIVCE

Vlněná deka zahřeje během zimních mrazů. Reguluje tělesnou teplotu a odpařuje přebytečnou vlhkost do ovzduší.  
[www.oveckarna.cz](http://www.oveckarna.cz)

od 990 Kč



499 Kč



### S KOUZELNICKOU HŮLKOU: MAGICKÉ DOSPÍVÁNÍ FILMOVÉHO ČARODĚJE

Jaké bylo dospívání uprostřed natáčení toho největšího filmového hitu posledních dekád? Naprostá nezbytnost pro každého fanouška Harryho Pottera.  
[www.prah.cz](http://www.prah.cz)



### HRUŠKOVICE WILLIAMS

Odrůdová hruškovice R. JELÍNEK je ideální dárek a společník při dlouhých večerech. Nejlépe si ji vychutnáte chlazenou s kouskem hrušky a kapkou kompotové šťávy.  
[eshop.rjelinek.cz](http://eshop.rjelinek.cz)

399 Kč



### EPICKÉ POKRAČOVÁNÍ SEVERSKÉ BOŽSKÉ SÁGY

Herní událost roku nadchne všechny hráče i hráčky dechberoucím zpracováním na konzoli PS5 i PS4.

[xzone.cz](http://xzone.cz)



od 1,699 Kč



### STŘÍBRNÁ MEDAILE ADVENT

Stříbrná medaile ADVENT s vánočními motivy z České mincovny. Připomíná sváteční čas, v dárkovém balení, kam lze vepsat věnování.  
[www.ceskamincovna.cz](http://www.ceskamincovna.cz)

1,050 Kč



2,449 Kč



### HYPERX PULSEFIRE HASTE WIRELESS

Myš váží necelých 62 gramů a na jedno nabití bude fungovat až 100 hodin v kuse. Uvnitř jsou vysoce kvalitní spínače, které vydrží až 80 milionů kliknutí.  
[Hyperx.com](http://Hyperx.com)

### DÁRKOVÝ POUKAZ DO DIVADLA

Jedinečný dárek pro vaše blízké. Nevíte, který muzikál by byl pro obdarované nejlepší? Ať si vstupenky sami vyberou!  
[www.hdk.cz](http://www.hdk.cz)

od 300 Kč



### BOTY KEEN MOSEY CHUKKA LEATHER

Městská kotníková bota pro pány. Svršek z certifikované kůže, tkaničky ze 100% recyklovaných plastů. KEEN Original Fit, PU stélka s podporou klenby a eliminací zápachu.

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



3.299 Kč

### RAFIKI GLEN

Pánská technická sportovní střížená Rafiki zateplováčka „na tělo“, kterou si oblíbíš během lezeckých výletů po celý rok. Dostupná v několika barvách.

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



6.990 Kč

### RAFIKI MORENA

Jednoznačně nejteplejší dámská péřová bunda z naší kolekce. Certifikované kachní peří, plnivost 650 cuin a DWR úprava. Dostupná v několika barvách.

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



3.190 Kč

### VESTA HANNAH ELA

Dámská prošívaná, prodloužená vesta. Membránový materiál Resstex s vodním sloupcem 5 000 mm s vodoodpudivou úpravou a kvalitní výplní. Kapuce, dvoucestný zip a rozparky.

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



4.399 Kč

### OSPREY SIRRUS 26

Inovativní, přesto tradiční dámský turistický batoh Osprey SIRRUS 26 přináší prvotřídní pohodlí a kvalitu do světa perfektně odvětrávaných batohů.

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

### GARMONT DRAGONTAIL G-DRY

Ideální volba pro všechny outdoorové nadšence, kteří hledají technické, ale univerzální boty pro svá dobrodružství v přírodě i ve městě.

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



3.799 Kč

### BOTY KEEN ELLE WINTER BOOT

Dámská zimní vysoká bota. Technologie KEEN. WARM do -32 °C. Svršek z prémiové ekokůže s prodyšnou membránou. Rychlošněrování. Podešev s vyšším vzorkem a kvalitním odpružením.

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



3.899 Kč

### BUNDA HANNAH GAROW

Lyžařská bunda z membránového materiálu Resstex s vodním sloupcem 10 000 mm s vodoodpudivou úpravou. Kapuce, sněhové límce, boční odvětrání, regular střih se stahováním.

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



4.490 Kč

**LUXUSNÍ BALÍČEK PRO  
OPRAVDOVÉ MILOVNÍKY MASA**

3 v 1 každý zná, ale co 6 v 1? Vzali jsme naše nejlepší dobrotu a zabalili jsme je za Vás do jednoho luxusního balíčku. Stačí přidat másli a máte hotovo.

[www.falcokrmiva.com](http://www.falcokrmiva.com)



**DEJ SVÉMU MAZLOVI NA  
VÁNOCE NĚCO EXTRA.**

Konzervy obsahují 95 % masa, 5 % rýže, vitamínů a minerálů a jsou bez zbytečné chemie.

[www.louie.pet](http://www.louie.pet)

**Z VÁNOČNÍ KOLEKCE 2022 OD  
MIXIT SI VYBERE KAŽDÝ JEŽÍŠEK**

Velké adventní kalendáře, krásné dárkové krabice a degustační sady. Top dárky již od 199 Kč.

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



od 199 Kč



449 Kč

**ZA OPONOU OSUDU**

Život prvorepublikové herečky i umělecká scéna za protektorátu. Historický román Jany Poncarové vypráví příběhy založené na skutečných událostech.

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

**CHRONOLOGICKÁ MAPA  
SVĚTOVÝCH DĚJIN**

Je nyní v prodeji v aktualizované verzi z roku 2022 v limitované sérii 1.000 ks.

Mimořádná sleva 12% pro čtenáře MF, kód na slevu MF2022

[www.chronologie-lidstva.cz](http://www.chronologie-lidstva.cz)



1.499 Kč



**Z VÁNOČNÍ KOLEKCE 2022 OD  
MIXIT SI VYBERE KAŽDÝ JEŽÍŠEK**

Velké adventní kalendáře, krásné dárkové krabice a degustační sady. Top dárky již od 199 Kč.

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



7.599 Kč

**AUTOKAMERA JE STRÁŽNÝ  
ANDĚL NA CESTÁCH**

Především pánové ocení dárek, který jim poskytne větší bezpečí při řízení. Nejlepší autokamera od Nextbase – 622GW zaznamenává průběh jízdy a umí pohledat i zaparkované vozidlo.

Koupíte za 7.599 Kč na [Alza.cz a Electroworld.cz](http://Alza.cz a Electroworld.cz)



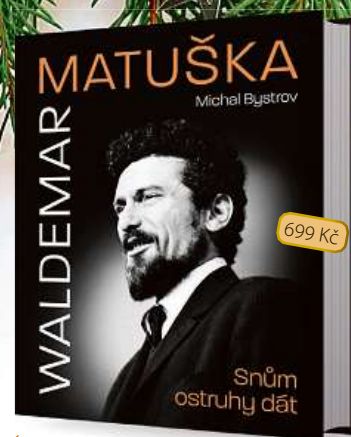
**DÁRKOVÁ KARTA NC KRÁLOVO POLE**

Ideální dárek pro každého, pořídíte ji v hodnotě od 300 do 6 000 Kč, platí 1 rok

[www.krpolenc.cz/darkove-karty](http://www.krpolenc.cz/darkove-karty)



**MÁTE RÁDI OŘECHY?**  
Pochutnejte si na unikátních extra jemně mletých ořechových máslech značky Lepé vyrobených s laskou a péčí z prvotřídních surovin.  
[www.lepefoods.cz](http://www.lepefoods.cz)



**WALDEMAR MATUŠKA:  
SNŮM OSTRUHY DÁT**  
Velkoformátová publikace věnovaná životu a písničím Waldemara Matušky vycházející v roce nedožitých devadesátin jednoho z nejlepších českých zpěváků.  
[www.knihydobrovsky.cz](http://www.knihydobrovsky.cz)

**VELKÁ ČAJOVÁ KOLEKCE**  
Obsahuje 9 druhů čajů po 10 sáčcích.  
[www.gresik.cz](http://www.gresik.cz)



272 Kč



1.075 Kč

799 Kč

**DOKONALÁ FILTRACE VODY**  
Technologie NASA určena pro ty (náročné), kteří chtějí pít vodu opravdu zbavenou chlóru, nečistot a škodlivých látek.  
[www.quell.cz](http://www.quell.cz)

**PĚTILETÁ KOSHER SLIVOVICE  
R. JELÍNEK KOSHER**

Slivovice se vyrábí z nejlepších odrůd švestek již téměř 90 let. Vyniká jemnou ovocnou chutí a vůní s nasládlé mandlovým aroma. V prodeji v dárkovém plechovém boxu.  
[eshop.rjelinek.cz](http://eshop.rjelinek.cz)



759 Kč



569 Kč

**FEMINUS PŘÍRODNÍ PRODUKT**  
Pro optimalizaci ženského hormonu estrogen. Posiluje imunitní systém a udržuje dobré sexuální zdraví. Snižuje míru únavy.  
[www.feminus.cz](http://www.feminus.cz)

**AMAREX**  
100% přírodní podpora erekce  
[www.amarex.cz](http://www.amarex.cz)



899 Kč

**PŘENOSNÁ STOLNÍ LAMPA  
LIX KLAUS NOLTING**

různá intenzita svitu, dobíjecí baterie  
(dlouhá výdrž, dotykový stmívač. New Visit  
Garden Store, Hradec Králové  
[www.shop.newvisit.cz](http://www.shop.newvisit.cz)



**SKVĚLÝ DÁREK  
ZE SLUNNÉ ITÁLIE**

slevový kód SK10  
[www.skvela-kava.cz](http://www.skvela-kava.cz)



**HŘEJIVÁ PŘÍKRÝVKA  
THERMO PLUS**

Zimní příkrývka pro všechny,  
kteří mají rádi pocit většího  
tepla a objemnější příkrývky  
při zachování její lehkosti  
a vzdušnosti.  
Rozměr: 140 x 200 cm  
[www.scanquilt.cz](http://www.scanquilt.cz)



**PHILIPS AMBILIGHT TV THE ONE 8807**

Prémiové funkce za skvělou cenu – Ultra HD rozlišení,  
úchvatné barvy, třístranná technologie Ambilight, která  
rozšíří dění na obrazovce do celé místnosti a mnoho  
dalších vylepšení.

[www.falcokrmiva.com](http://www.falcokrmiva.com)

**MOJE BIOZAHRADA**

Praktická kniha plná návodu, fotopostupů  
a receptů, jak si založit biozahradu.  
Vánoční balení ZDARMA.

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



**ZAHRADNÍ OHŇOSTROJ  
260 VÝSTŘELŮ/3,5 MINUTY!**

Barevná oslava silvestrovské noci.  
Kód výrobku: 16CP-No.10. Prodejné od 21 let!  
[www.pyromoravia.eu](http://www.pyromoravia.eu)





### POHLCUJÍCÍ ZÁŽITKY, ZÁBAVA I ADRENALIN

Kvantario vtáhne do víru virtuálního světa fanoušky sci-fi, teenagery, rodiny s dětmi i všechny nadšence digitálních technologií a audiovizuálních show

**Platinová sleva na nákup poukazu: 5PLUS2**

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



### VÁNOČNÍ VÝSTAVA JEŽÍŠKU, PANÁČKU ...

17. 11. 2022 - 5. 2. 2023

vánoční výstava Ježíšku, panáčku... Betlémy z mnoha materiálů, historické i od současných tvůrců, vánoční ozdoby a dekorace. Velkou nabídku betlémů máme i v naší muzejní prodejně, nebo na e-shopu.

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

## Vánoční cestování

### LÉTÁNÍ VE VĚTRNÉM TUNELU

Darujte voucher na tento akční a hlavně nezapomenutelný zážitek v Hurricane Factory. Utkat se s větrem o rychlosti až 270 km/h mohou dospělí i malí superhrdinové už od pěti let.

[www.hurricanefactory.com](http://www.hurricanefactory.com)



od 1900 Kč



foto: Jiřina Rittichová

### BRŇENSKÉ VÁNOCE

Jsou druhé nejlepší Vánoce na světě. Hned po těch vašich doma. Špičková gastronomie, stylové dárky, kulturní program - to vše od 25. 11. do 23. 12.

[brnenskevanoce.cz](http://brnenskevanoce.cz)



### FIT DÍKY TERMÁLNÍ VODĚ

Darujte 100% termální lázně. Vstupenky do bazénu, blahodárny víkend, léčivý týden.

[eshop.lazneteplice.cz](http://eshop.lazneteplice.cz)

### ORIGINAL BEER SPA

Originální vánoční dárek. Dárkové vouchery můžete zakoupit online zde:

[www.beerspa.com](http://www.beerspa.com)



od 2,000 Kč



od 179 Kč

### DARUJTE PERFEKTNÍ ZÁBAVU!

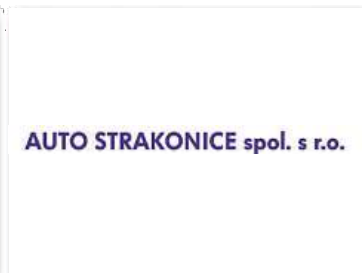
Dárkový poukaz do Muzea fantastických iluzí si můžete sami okamžitě vytisknout nebo zašleme poštou. Nejzábavnější muzeum v Praze je úžasný zážitek pro všechny bez rozdílu věku!

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



# ADVENT NA JIHU ČECH

speciální magazín uvnitř dnešní **MF DNES**



**Objednejte si  
týdeník 5plus2**

[www.5plus2.cz/  
schrankovne](http://www.5plus2.cz/schrankovne)

**5 PLUS 2**

**NEJVĚTŠÍ VÝBĚR  
BIO & EKO  
DÁRKŮ**

**ALPIK.cz**  
bio & eko e-shop

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

**DOPRAVA  
ZDARMA**

PRODLOUŽENO DO  
**14. prosince**

**Zahradní topidlo ETNA DELUXE**

**příjemné  
posezení  
s přáteli**

- 2250 x 865 mm
- 38 kg
- 13 kW

**AKCE  
1+1  
zdarma**

*Akce platí do vyprodání zásob.*

- DO PERGOL
- PŘEDZAHRADEK
- TRŽIŠŤ
- TERAS ...

Nová kvalita v boji proti vbočeným palcům! 98,7% testovaných potvrzuje – je to vhodná metoda jejich odstranění, která neraní chodidla.

# MOHOU VBOČENÉ PALCE NENÁVRATNĚ ZMIZET?

**Může usnadňovat srovnání vbočených palců, zmírňovat bolest a omezovat deformace chodidel za několik týdnů. Bez plýtvání penězi za pseudokorektory, které poraní chodidla. Zapomeňte na ostudu. Získejte zpět plnou účinnost a noste boty, jaké chcete. To vše díky této inovativní, super účinné metodě boje proti vbočeným palcům...**

**Pouze nyní  
produkt  
za 0 Kč**



Vbočené, křivé palce, kuří oka? Bolest, komplexy? Tyto problémy můžete začít řešit sami jako já! Pokud vám deformace chodidel otravují život, vězte, máte šanci si za několik týdnů užít zdravější a krásnější chodidla.

Jak tohle vím? 17 let jsem trpěla vbočenými palci. Predispozice k nim jsem zdědila po mamě. Přesto jsem v mládí nosila úzké boty na vysokém podpatku a na vlastní žádost jsem si úplně zdeformovala chodidla. Styděla jsem se a nenáviděla jsem, když se na ně někdo díval. Nejhorší ale byla bolest. Bolelo natolik, že jsem nemohla chodit v normálních botách. Koupila jsem si takové speciální ortopedické.

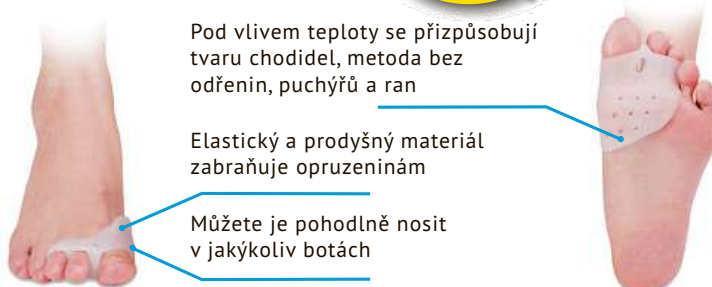
Byly ošklivé a cítila jsem se v nich jako invalid. A jsem přece atraktivní ženská, ještě nejsem stará... Jak jsem měla jít v těchto botách na nákup nebo na svatbu dcery?

## Existuje vhodná metoda?

Zkoušela jsem všechno, abych se nějak zbavila bolestivých vbočených palců. O operaci jsem zatím neuvažovala, chtěla jsem předem ověřit běžně dostupné metody. Mnohokrát jsem kupovala různá zařízení a korektory. Nejen byly drahé, ale i vůbec nefungovaly! Navíc strašně tlačily, byly nepohodlné a chodidla se v nich potily. Místo toho, aby mě zbavily vbočených palců a bolesti, způsobovaly puchýře a opruzeniny. Nakonec, když jsem mnohokrát investovala spoustu peněz, začala jsem ztrácet naději, že získám zpět krásná a zdatná chodidla.

## Novinka z Ameriky

Čas od času jsem ověřovala na zahraničních internetových fórech, jestli byl vynalezen nějaký způsob, jak se vypořádat s vbočenými palci. Jednoho dne jsem na americké webové stránce přečetla článek o inteligentních separátorech pro chodidla Hallu Divider, vyrobených z elastického a prodyšného materiálu. Myslela jsem si, že se to zjevně liší od umělých plastových zařízení, kvůli nimž jsem tolik vytrpěla... Proto jsem se rozhodla zkusit a koupila jsem si je!



Pod vlivem teploty se přizpůsobují tvaru chodidel, metoda bez odřenin, puchýřů a ran

Elastický a prodyšný materiál zabraňuje opruzením

Můžete je pohodlně nosit v jakýchkoli botách

## INTELENTNÍ SEPARÁTORY PRO VBOČENÉ PALCE:

✓ podporují korekci vbočených palců ✓ pomáhají narovnat křivé prsty ✓ snižují bolest a záněty ✓ posilují klouby a svaly chodidel o 97% ✓ mohou omezit další deformace chodidel

Dnes vím, že to bylo skvělé rozhodnutí! Proč?

Inteligentní separátory pro vbočené palce Hallu Divider se pod vlivem tepla přizpůsobují tvaru prstů.

Jsou vyrobeny ze speciálně zpracovaného materiálu. Je podobný silikonu a je prodyšný, díky čemuž se kůže nepotí. Jsou elastické a velmi pohodlné, proto nezpůsobují odřeniny a usnadňují chůzi. Fungují úžasně, protože za několik dnů: usnadňují srovnat vbočené palce, pomáhají nastavit palec do správné polohy a **mohou dokonce zahájit proces zvrácení deformace chodidel.**

## Chcete nosit podpatky? Tak dobře!

Když jsem použila separátory Hallu Divider, okamžitě jsem pocítila úlevu. Sadu jsem používala ve dne i v noci, díky čemuž moje kúra byla nepřetržitá. Konečně jsem bez bolesti začala chodit, běhat a jezdit na kole. Nevěřila jsem svým očím, jak se mi vbočené palce postupně zmenšovaly a narovnávaly. Za pár týdnů **jsem získala mnohem krásnější a zdatnější chodidla** – a k tomu bolest se zmírnila. Konečně se to zlepšilo! Mohu nosit boty, jaké chci. Nestydím se about si sandály, jít do bazénu nebo ke kosmetičce na pedikúru. Tančila jsem celou svatbu dcery na vysokých podpatcích! Může to být lepší?

## CHODIDLA OVLIVŇUJÍ ZDRAVÍ CELÉHO TĚLA!

→ Vbočené palce se tvoří v akupunkturním bodě odpovědném za práci jater a žláz, které produkují hormony odpovědné za metabolismus. Může to ovlivňovat hladinu energie a váhu.

→ Když jsou chodidla zdeformována, váha těla je nerovnoměrně rozložena. Kolenní klouby, kyčelní klouby a páteř jsou postupně zatěžovány, vznikají nepříjemné degenerace a záněty, které způsobují obtížné diagnostikovatelné bolesti.

**Boj proti vbočeným palcům je prvním krokem k dobré kondici a štíhlé postavě!**



## USNADNĚTE SI ŽIVOT!

Zavolejte do 12.12.2022 a získejte **100% slevu na balení produktu!** Prvních 100 lidí obdrží tak inteligentní separátory pro vbočené palce **ZDARMA!**



**Zavolejte: 296 849 507**

Po - Pá 8 - 20 hod., So - Ne 9 - 18 hod. (Běžný místní hovor bez příplatku)

01

ČT1

**8.30** Vašíček a lesní muži **9.05** Úsměvy Václava Trégla **9.45** Toulky Českem budoucnosti II **10.15** Cesta kolem světa za 80 dní (4/6) **11.05** Všechnopárty **12.00** Z metropole, Týden v regionech **12.25** Hobby naší doby **12.50** Postřehy odjinud **13.00** Zprávy **13.05** Jak se ševcem šili čerti **14.15** Bezvousák a princezna Kamila **14.45** Jak s Kubou šili všichni čerti **15.25** C. a k. polní maršálek **16.55** Hercule Poirot XIII **18.30** Kluci v akci **18.55** Události za okamžik a počasí **19.00** Události **19.52** Branky, body, vteřiny

**20.10** Zázraky přírody  
Zábavní show, kde největší hvězdou je příroda sama

**21.20** Muzikály Naruby  
Velkolepá hudební show z pražské Lucerny, která připomene nejslavnější hity české i zahraniční muzikálové scény v netradičním podání

**22.39** Výsledky losování Šťastných 10 a Euromiliony

**22.40** Maigret se mylí  
Detektivka (Fr./Belg./Švýc., 1994)

**0.05** Místo činu – Berlín  
Chladní a mrtví. Krimiseriál (N, 2020)

**1.35** AZ-kvíz tentokrát s Fortunou

**2.00** Bolkoviny

**2.45** Banánové rybičky

**3.10** Sama doma

**4.40** V kondici

**5.00** Herbář

nova

Nova

**6.05** Dobrodružství Toma a Jerryho (6, 7)

**7.05** Scooby-Doo na stopě (9, 10) **7.55** Víkendová Snídaně **12.00** MasterChef Česko VI (29) **13.25** Rady ptáka Loskutáka **14.40** První rytíři. Dobrodružné drama (USA, 1995) **17.30** Cesta na tajuplný ostrov 2 **19.30** Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



## FANTASY

**20.20** Fantastická zvířata a kde je najít  
Dobrodružné fantasy (USA/VB, 2016)

**23.05** V cizí kůži  
Komédie (USA, 2011)

**1.25** Cesta na tajuplný ostrov 2  
Dobrodružný film (USA, 2012)

**3.05** Novashopping

**3.45** Pojišťovna štěstí V (13)

Prima

Prima

**6.00** Pohoda u krbu **6.10** Bolek a Lolek vyrážejí do světa **6.20** M.A.S.H (102) **6.50** M.A.S.H (103) **7.25** M.A.S.H (104) **7.55** Blondýna, Kutil a Zabiják **8.30** Autosalon.tv **9.35** Karel Gott 2014 **10.55** Máme rádi Česko **12.45** Katie Ffordová: Probuzení polibkem. Romantický film (N, 2019) **14.50** Tajemství hradu v Karpatech. Komédie (ČR, 1981) **16.55** Noc klavíristy. Krimifilm (ČR, 1976) **18.52** Počasí **18.55** Hlavní zprávy **19.40** Krimi zprávy **19.55** Showtime

**20.15** Láska hory přenáší  
Komédie (ČR/SR, 2022). Hrají A. Fialová, N. Germani, M. Lanbora, R. Stanke, C. Kassai. Režie J. Machala

**22.15** Stopa do minulosti  
Krimidrama (USA, 2018). Hrají S. Stallone, R. Guzman, M. Modine, Ch. McDonald. Režie B. A. Miller

**0.05** Noční bouře  
Thriller (USA, 2019). Hrají N. Cage, K. Grammer, Z. Henao, L. Lanbora, K. Strickland. Režie S. S. Campanelli

**2.20** Větrníci vs. Predátor 2  
Sci-fi film (USA, 2007). Hrají J. Ortiz, S. Pasquale, R. Aylesworth. Režie C. Strause, G. Strause

**4.25** Jak se staví sen  
Rady, tipy, triky a k tomu design! Uvádí P. Cejnar

**5.35** Pohoda u krbu

Prima COOL

Prima cool

**6.00** Umění je cool **6.40** Pevnost Boyard (1, 2) **11.10** Re-play **11.35** Re-play: Tutorial **12.10** Námořní vyšetřovací služba L. A. V (20) **13.15** Simpsonovi XXIX (16-19) **15.10** Valhalla: Říše bohů **17.10** Námořní vyšetřovací služba L. A. V (21) **18.15** Simpsonovi XXX (23) **18.45** Simpsonovi XXXI (1-3) **20.15** Percy Jackson: Moře nestvůr **22.25** Boj o Hedvábnou stezku **0.30** Simpsonovi XXX (23) **0.55** Simpsonovi XXXI (1)

nova CINEMA

Nova Cinema

**6.00** Kriminálka Miami (17, 18) **7.55** Teleshopping **8.25** O šesti labutích **10.25** Vánoce v hotelu Riviera **12.25** Postrach Dennis, komedie (USA, 1993) **14.20** Santa má bráchu, komedie (USA, 2007) **16.35** Včelka Mája: Medové hry, animovaný film (N/Austr., 2018) **18.10** Tonoucí se stěbla chytá, komedie (Fr./It., 1967) **20.00** Polární expres, animovaný film (USA, 2004) **22.00** Hanebný pancharti, válečný film (USA/N, 2009)

Prima MAX

Prima Max

**5.45** Nad zimní krajinou **6.05** M.A.S.H **6.35** M.A.S.H **7.00** Námořní vyšetřovací služba L. A. V (21, 22) **8.50** Zakázaná láska **11.10** Lemra líná **13.00** Agent Cody Banks **15.15** Popelka v Monte Carlu, dobrodružná komedie (USA, 2011) **17.40** Ženská na vrcholu, romantická komedie (ČR/SR, 2019) **20.00** Jestřábi žena, fantasy film (USA, 1985) **22.30** Noci s nepřitelem, thriller (USA, 1991) **0.30** Kruhy, horor (USA, 2017)

family

Joj Family

**SOBOTA** **5.10** Krimi **5.35** Noviny **6.10** Krimi **6.35** Noviny **7.05** Policisté v akci **8.05** Policisté v akci **9.05** Profesionálové VI (4, 5/16) **11.00** Na veliké řece **12.30** Komediant **14.40** Nejmladší z rodu Hamrů (2) **15.50** V sedmém nebi **17.55** Nové bydlení - Design **19.00** Krimi **19.30** Noviny **20.20** Kriminálka Kraj (4) **21.20** Nahota na prodej **23.30** Na veliké řece **0.45** Policisté v akci

**NEDĚLE** **5.10** Noviny **5.45** Krimi **6.10** Noviny **6.40** Aféry 2 (5) **7.30** Policisté v akci **8.25** Policisté v akci **9.25** Profesionálové VI (6, 7/16) **11.10** 30 případů majora Zemana (27, 28) **14.45** Nahota na prodej, akční film (ČR, 1993) **16.50** Na chalupě **17.50** Nové bydlení **19.00** Krimi **19.30** Noviny **20.20** V sedmém nebi **22.25** Druhý dech (13), seriál (ČR/SR, 1988) **0.00** Kriminálka Kraj (4)

**PONDĚLÍ** **8.55** Soudní síň **9.55** Soudní síň **11.00** První oddělení II **11.50** Policisté v akci **12.50** Soudní síň **13.55** Soudní síň **15.00** Policisté v akci **16.00** Policisté v akci **17.00** Soudní síň **18.00** Soudní síň - cz **19.00** Krimi **19.30** Noviny **20.20** Neviditelná loď **22.15** 30 případů majora Zemana (28) **0.05** První oddělení II **0.45** Soudní síň - cz

**ÚTERÝ** **9.50** Soudní síň **10.50** První oddělení II **11.45** Policisté v akci **12.40** Soudní síň **13.45** Soudní síň **14.50** Policisté v akci **15.55** Policisté v akci **16.55** Soudní síň **18.00** Soudní síň - cz **19.00** Krimi **19.30** Noviny **20.20** Lvi salónů **22.05** Aféry 2 **23.00** Aféry 2 **23.55** První oddělení II **0.30** Soudní síň - cz

**STŘEDA** **9.50** Soudní síň **10.55** První oddělení II **11.45** Policisté v akci **12.50** Soudní síň **14.55** Policisté v akci **16.00** Policisté v akci **17.00** Soudní síň **18.00** Soudní síň - cz **19.00** Krimi **19.30** Noviny **20.20** Druhý dech (13) **21.55** Nejmladší z rodu Hamrů (3) **23.10** První oddělení II **0.10** Soudní síň - cz

**ČTVRTEK** **9.45** Soudní síň **10.50** První oddělení II **11.45** Policisté v akci **12.50** Soudní síň **14.55** Policisté v akci **15.55** Policisté v akci **17.00** Soudní síň **18.00** Soudní síň - cz **19.00** Krimi **19.30** Noviny **20.20** Zastihla mě noc **23.00** 30 případů majora Zemana (29) **0.35** První oddělení II

**PÁTEK** **9.50** Soudní síň **10.55** První oddělení II **11.55** Policisté v akci **13.00** Soudní síň **14.00** Soudní síň **15.00** Policisté v akci **16.00** Policisté v akci **17.05** Soudní síň **18.05** Soudní síň - cz **19.00** Krimi **19.30** Noviny **20.20** Volání rodu **21.50** Lvi salónů **23.40** První oddělení II **0.30** Soudní síň - cz

RELA::

Relax

**SOBOTA** **7.00** Teleshopping **7.25** Tarzan **8.20** Tarzan **9.20** Krampovoloviny **10.20** Top Relax **10.35** Teleshopping **11.10** Luxus store **14.30** Teleshopping **14.40** Krampovoloviny **15.20** Vaříme! **15.55** Osudová láska **16.55** Osudová láska **17.55** Tarzan **18.55** Tarzan **19.55** Yago, syn džungle **20.55** Yago, syn džungle **21.55** Námořní hlídka **22.55** Teleshopping **23.20** Luxus store

**NEDĚLE** **5.50** Zvěřinec **6.20** Zvěřinec **7.00** Teleshopping **7.25** Tarzan **8.20** Tarzan **9.20** Zvěřinec **9.45** Vaříme! **10.20** Top Relax **10.35** Teleshopping **11.10** Luxus store **14.30** Teleshopping **14.55** Námořní hlídka **15.55** Osudová láska **17.55** Tarzan **18.55** Tarzan **19.55** Yago, syn džungle **20.55** Yago, syn džungle **21.55** Námořní hlídka **22.55** Pohodové zprávy **23.20** Luxus store

**PONDĚLÍ** **7.00** Teleshopping **7.25** Tarzan **8.20** Tarzan **9.20** Krampovoloviny **10.20** Pohodové zprávy **10.35** Teleshopping **11.10** Luxus store **14.30** Teleshopping **14.40** Top Relax **14.55** Námořní hlídka **15.55** Osudová láska **17.55** Tarzan **18.55** Tarzan **19.55** Yago, syn džungle **21.55** Námořní hlídka **22.55** Pohodové zprávy **23.20** Luxus store

**ÚTERÝ** **10.35** Teleshopping **11.10** Luxus store **14.30** Teleshopping **14.40** Top Relax **15.55** Námořní hlídka **15.55** Osudová láska **16.55** Mariana, královna noci **17.55** Tarzan **19.55** Yago, syn džungle **21.55** Námořní hlídka **22.55** Pohodové zprávy **23.20** Luxus store

**STŘEDA** **10.20** Pohodové zprávy **10.35** Teleshopping **11.10** Luxus store **14.30** Teleshopping **14.40** Top Relax **14.55** Námořní hlídka **15.55** Mariana, královna noci **17.55** Tarzan **18.55** Tarzan **19.55** Yago, syn džungle **21.55** Námořní hlídka **22.55** Pohodové zprávy **23.20** Luxus store

**ČTVRTEK** **9.45** Vaříme! **10.20** Pohodové zprávy **10.35** Teleshopping **11.10** Luxus store **14.30** Teleshopping **14.55** Námořní hlídka **15.55** Mariana, královna noci **17.55** Tarzan **19.55** Yago, syn džungle **20.55** Yago, syn džungle **21.55** Námořní hlídka **22.55** Pohodové zprávy **23.20** Luxus store

**PÁTEK** **10.20** Pohodové zprávy **10.35** Teleshopping **11.10** Luxus store **14.30** Teleshopping **14.40** Top Relax **14.55** Námořní hlídka **15.55** Mariana, královna noci **17.55** Tarzan **18.55** Tarzan **19.55** Yago, syn džungle **21.55** Námořní hlídka **22.55** Pohodové zprávy **23.20** Luxus store

INZERCE



## neděle 11. prosince 2022

<b>C1</b>	<b>ČT1</b>	<b>nova</b>	<b>Nova</b>	<b>Prima</b>	<b>Prima</b>	<b>nova CINEMA</b>	<b>Nova Cinema</b>
<b>6.00</b> Zajímavosti z regionů <b>6.25</b> C. a k. polní maršálek. Komédie (ČR, 1930) <b>8.05</b> Pečení na neděli <b>8.45</b> Polopatě <b>9.40</b> Kalendárium <b>9.55</b> Toulavá kamera <b>10.25</b> Objektiv <b>10.55</b> Značka: Na dožití. Komédie (ČR, 1989)	<b>12.00</b> Otázky Václava Moravce <b>13.00</b> Zprávy <b>13.05</b> Zelený rytíř <b>14.05</b> O zasněžené Žofince <b>14.55</b> Pozdní léto <b>16.30</b> Rozpaky kuchaře Svatopluka (11/13) <b>17.30</b> Adventní koncerty České televize 2022 <b>18.25</b> Herbář <b>18.55</b> Události za okamžik a počasí <b>19.00</b> Události <b>19.52</b> Branky, body, vteřiny <b>20.05</b> Losování Sportky a Šance <b>20.10</b> Případ dvou básníků <b>21.25</b> 168 hodin <b>21.59</b> Výsledky losování Šťastných 10 <b>22.00</b> Záblesky chladné neděle <b>23.35</b> Případy detektiva Murdocha XV <b>0.25</b> Detektiv Endeavour Morse VI <b>1.55</b> AZ-kvíz tentokrát s Fortunou <b>2.25</b> 13. komnata Jiřího Pragera	<b>6.05</b> Dobrodružství Toma a Jerryho (8, 9) <b>7.05</b> Scooby-Doo na stopě (11, 12) <b>7.55</b> Víkendová Snídaně <b>12.00</b> MasterChef Česko VI (30) <b>13.25</b> Risknem to s Polly Komédie (USA, 2004) <b>15.10</b> Šťastný Nový rok Romantická komedie (ČR/SR, 2019) <b>17.10</b> Přijde letos Ježíšek? Romantický film (ČR, 2013) <b>19.30</b> Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí <b>20.20</b> Policie Modrava II (7) Vražda u playebního kanálu. Krimiseriál (ČR, 2017). Hrají: S. Norisová, J. Satoranský, F. Tomsa, Z. Palusga, J. Monczka. Režie J. Soukup <b>21.35</b> Kriminálka Anděl IV (15) <b>22.55</b> Střepiny <b>23.30</b> Likvidátor Akční film (USA, 1996) <b>1.50</b> Specialisté (T19) <b>2.40</b> Novashopping <b>2.55</b> Na lovu II <b>3.45</b> Kriminálka Anděl IV (14)	<b>6.00</b> Pohoda u krbu <b>6.10</b> Bolek a Lolek vyrazí do světa <b>6.35</b> M.A.S.H (103-107) <b>9.15</b> Prima Svět <b>9.50</b> Prima Česko <b>10.15</b> Jak to bylo, šéfe? <b>11.00</b> Partie Teresie Tománkové <b>11.50</b> Receptář prima nápadů <b>12.45</b> Libovky Pepy Libického <b>13.05</b> Vychytávky Ládi Hrušky <b>13.45</b> Vychytávky Extra <b>14.05</b> Černé vdovy (4) <b>15.20</b> 7 pádů Honzy Dědka <b>16.25</b> Ženská na vrcholu Romantická komedie (ČR/SR, 2019) <b>18.52</b> Počasí <b>18.55</b> Hlavní zprávy <b>19.40</b> Krimí zprávy <b>19.55</b> Showtime <b>20.15</b> Česká Miss Essens - Velké finále <b>22.25</b> Tajemství hradu v Karpatech Komédie (ČR, 1981) <b>0.25</b> Gunman: Muž na odstřel Akční thriller (USA, 2015) <b>2.50</b> Katie Ffordová: Probuzení polibek Romantický film (N, 2019)	<b>6.15</b> Mickyovy modré oči <b>8.15</b> Teleshopping <b>8.50</b> O zpívajícím stromku <b>10.00</b> Santa má bráchu <b>12.20</b> Tonoucí se stěbla chytá <b>14.15</b> Bláznivá dovolená <b>16.15</b> Polární expres <b>18.05</b> Jack Frost, rodinný film (USA, 1998) <b>20.00</b> Trable o Vánocích, komedie (USA, 2015) <b>22.15</b> Od kolébky do hrobu, akční film (USA, 2003) <b>0.15</b> V cizí kůži, komedie (USA, 2011)	<b>5.40</b> Umění je cool <b>6.40</b> Pevnost Boyard (2) <b>8.55</b> Pevnost Boyard (3) <b>11.05</b> Autosalon.tv <b>12.10</b> Námořní vyšetřovací služba L. A. V (21) <b>13.15</b> Simpsonovi XXIX (20, 21) <b>14.15</b> Simpsonovi XXX (1, 2) <b>15.10</b> Percy Jackson: Moje nestvůr <b>17.10</b> Námořní vyšetřovací služba L. A. V (22) <b>18.15</b> Simpsonovi XXXI (4-7) <b>20.15</b> Zachraňte vojína Ryana <b>23.45</b> Čistá práce	<b>6.00</b> Nad zimní krajinou <b>6.15</b> M.A.S.H <b>6.45</b> M.A.S.H <b>7.10</b> Námořní vyšetřovací služba L. A. V (22, 23) <b>9.00</b> Raně nových začátků <b>10.55</b> Noc klavíristy <b>12.50</b> Popelka v Monte Carlu <b>15.05</b> Láska v malé Itálii <b>17.25</b> Jestřábi žena, fantasy film (USA, 1985) <b>20.00</b> Matky na tahu, komedie (USA, 2016) <b>22.05</b> Stopa do minulosti, krimidrama (USA, 2018) <b>23.55</b> Já, mé druhé já a Irena, komedie (USA, 2000)	

## pondělí 12. prosince 2022

<b>C1</b>	<b>ČT1</b>	<b>nova</b>	<b>Nova</b>	<b>Prima</b>	<b>Prima</b>	<b>nova CINEMA</b>	<b>Nova Cinema</b>
<b>5.59</b> Studio 6 <b>9.00</b> Cesta kolem světa za 80 dní (4/6) <b>10.00</b> 168 hodin <b>10.40</b> Hercule Poirot <b>11.30</b> AZ-kvíz tentokrát s Fortunou <b>12.00</b> Zprávy ve 12 <b>12.20</b> Předpověď počasí, Sportovní zprávy, Události v regionech plus <b>12.30</b> Kvůli mně přestane <b>14.00</b> Po stopách hvězd <b>14.30</b> Případ nevinné reky <b>15.50</b> Na krok od nebe IV <b>17.00</b> Cestománie <b>17.30</b> AZ-kvíz <b>18.00</b> Události v regionech <b>18.25</b> Kde domov můj? <b>18.55</b> Události za okamžik a počasí <b>19.00</b> Události <b>19.56</b> Branky, body, vteřiny <b>20.10</b> Den, kdy nevyšlo slunce Detektivní film (ČR, 2001) <b>21.35</b> Samotáři <b>23.24</b> Výsledky losování Šťastných 10 a Extra Renty <b>23.25</b> Sovákoviny <b>0.05</b> AZ-kvíz <b>0.35</b> Sváteční slovo katolického kněze Davida Tylečka <b>0.40</b> Bolkoviny	<b>5.55</b> Snídaně <b>8.20</b> Novashopping <b>8.35</b> Ulice (4385) <b>9.35</b> Policie Modrava II (7) <b>10.50</b> Na lovu II <b>11.50</b> Tescoma s chutí <b>12.00</b> Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí <b>12.25</b> Pojišťovna štěstí V (14) <b>13.35</b> Kriminálka Miami (19) <b>14.35</b> Kriminálka Miami (20) <b>15.35</b> Výměna manželek IX <b>16.57</b> Odpolední Počasí <b>17.00</b> Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny <b>17.25</b> Na lovu II <b>18.25</b> Ulice (4386) <b>19.30</b> Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí <b>20.20</b> Specialisté (120) <b>21.30</b> Specialisté (121) <b>22.35</b> Kriminálka Las Vegas VIII (8) <b>23.35</b> Kriminálka Miami (19) <b>0.35</b> Kriminálka Miami (20) <b>1.35</b> Kriminálka Las Vegas VIII (8) <b>2.15</b> Střepiny <b>2.45</b> Novashopping <b>3.00</b> Na lovu II	<b>6.00</b> Pohoda u krbu <b>6.15</b> M.A.S.H (105) <b>7.00</b> Nový den <b>8.10</b> M.A.S.H (106-108) <b>9.45</b> Receptář prima nápadů <b>10.35</b> Walker, Texas Ranger VIII (2) <b>11.30</b> Rizzoli & Isles: Vraždy na pitevně VII (1) <b>12.30</b> Komisař Rex VII (11) <b>13.35</b> Námořní vyšetřovací služba XI (16) <b>14.40</b> Ano, šéfe! <b>15.50</b> Policie v akci <b>17.50</b> Prostřeno! <b>18.52</b> Počasí <b>18.55</b> Hlavní zprávy <b>19.40</b> Krimí zprávy <b>19.55</b> Showtime <b>20.15</b> Léto s gentlemanem (1/2) Romantický film (ČR, 2018) <b>21.35</b> Den jak sen <b>22.45</b> Na Pavlásku <b>23.50</b> Ano, šéfe! <b>1.05</b> Policie v akci <b>2.00</b> Námořní vyšetřovací služba XI (16) <b>3.00</b> Rizzoli & Isles: Vraždy na pitevně VII (1)	<b>5.00</b> Vánoce v hotelu Riviera <b>7.30</b> Včelka Mája: Medové hry <b>9.05</b> Pět přání k Vánocům <b>10.50</b> Postrach Dennis <b>13.20</b> Polární expres <b>15.10</b> Trable o Vánocích <b>17.25</b> První rytíř, dobrodružné drama (USA, 1995) <b>20.00</b> LOVENí, romantická komedie (ČR, 2019) <b>22.20</b> Hořký život komika, komedie (USA, 2016) <b>0.45</b> Od kolébky do hrobu	<b>8.15</b> Top Gear V (3, 8) <b>10.35</b> Hvězdná brána III (45, 46) <b>12.30</b> Námořní vyšetřovací služba L. A. V (22) <b>13.25</b> Simpsonovi XXX (3-6) <b>15.15</b> Hvězdná brána III (3, 4) <b>17.10</b> Námořní vyšetřovací služba L. A. V (23) <b>18.15</b> Simpsonovi XXXI (8-11) <b>20.15</b> Prima Partička <b>21.10</b> Partička <b>22.00</b> Námořní vyšetřovací služba L. A. XII (14) <b>23.05</b> Re-play <b>23.35</b> Simpsonovi XXXI (8) <b>0.05</b> Simpsonovi XXXI (9)	<b>6.05</b> M.A.S.H <b>6.35</b> M.A.S.H <b>7.00</b> Námořní vyšetřovací služba L. A. V (23, 24) <b>8.50</b> Grandhotel Budapešť <b>10.55</b> Řetězová reakce <b>13.10</b> Láska v malé Itálii <b>15.20</b> Dva k vítězství <b>17.15</b> Zná ji jako své boty, romantická komedie (USA, 2005) <b>20.00</b> Návrat mušketýrů, dobrodružný historický film (VB/Fr./Sp., 1989) <b>22.15</b> Tanec se smrtí, thriller (USA, 2022) <b>0.15</b> Zachraňte vojína Ryana		

## úterý 13. prosince 2022

<b>C1</b>	<b>ČT1</b>	<b>nova</b>	<b>Nova</b>	<b>Prima</b>	<b>Prima</b>	<b>nova CINEMA</b>	<b>Nova Cinema</b>
<b>5.59</b> Studio 6 <b>9.00</b> Na krok od nebe IV <b>10.10</b> Kluci v akci <b>10.35</b> Příběhy slavných... Věra Suková-Puzejová <b>11.30</b> AZ-kvíz tentokrát s Fortunou <b>12.00</b> Zprávy ve 12 <b>12.20</b> Předpověď počasí, Sportovní zprávy, Události v regionech plus <b>12.30</b> Láska jako tráť Komédie (ČR, 1967) <b>14.00</b> Počesku <b>14.10</b> Všechno, co mám ráda <b>14.40</b> Hercule Poirot <b>15.35</b> Kde bydlely princezny <b>15.55</b> Na krok od nebe V <b>17.00</b> Cestománie <b>17.30</b> AZ-kvíz <b>18.00</b> Události v regionech <b>18.25</b> Kde domov můj? <b>18.55</b> Události za okamžik a počasí <b>19.00</b> Události <b>19.56</b> Branky, body, vteřiny <b>20.10</b> Jak si nepodělat život <b>21.35</b> Léto s kovbojem Komédie (ČR, 1976) <b>23.09</b> Výsledky losování Šťastných 10 a Euromiliony <b>23.10</b> Komisař Moulin <b>0.40</b> AZ-kvíz	<b>5.55</b> Snídaně <b>8.30</b> Novashopping <b>8.45</b> Ulice (4386) <b>9.45</b> Specialisté (120) <b>10.55</b> Na lovu II <b>11.45</b> Tescoma s chutí <b>12.00</b> Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí <b>12.25</b> Pojišťovna štěstí V (15) <b>13.40</b> Kriminálka Miami (21) <b>14.35</b> Kriminálka Miami (22) <b>15.35</b> Výměna manželek IX <b>16.57</b> Odpolední Počasí <b>17.00</b> Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny <b>17.25</b> Na lovu II <b>18.25</b> Ulice (4387) <b>19.30</b> Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí <b>20.20</b> MasterChef Česko VI (31) <b>21.40</b> Mise nový domov II <b>23.10</b> Víkend <b>0.00</b> Kriminálka Miami (21) <b>1.00</b> Kriminálka Miami (22) <b>2.00</b> Kriminálka Miami III (8) <b>2.40</b> Novashopping <b>2.55</b> Na lovu II <b>3.50</b> Pojišťovna štěstí V (15)	<b>6.00</b> Pohoda u krbu <b>6.15</b> M.A.S.H (107) <b>7.00</b> Nový den <b>8.15</b> M.A.S.H (108) <b>8.50</b> M.A.S.H (109) <b>9.20</b> Léto s gentlemanem (1/2) Romantický film (ČR, 2018) <b>10.35</b> Walker, Texas Ranger VIII (3) <b>11.30</b> Rizzoli & Isles: Vraždy na pitevně VII (2) <b>12.30</b> Komisař Rex VII (12) <b>13.35</b> Námořní vyšetřovací služba XI (17) <b>14.40</b> Ano, šéfe! <b>15.50</b> Policie v akci <b>16.50</b> Policie v akci <b>17.50</b> Prostřeno! <b>18.52</b> Počasí <b>18.55</b> Hlavní zprávy <b>19.40</b> Krimí zprávy <b>19.55</b> Showtime <b>20.15</b> Zoo (74) <b>21.35</b> 7 pádů Honzy Dědka <b>22.45</b> 7 pádů Honzy Dědka <b>23.50</b> Ano, šéfe! <b>1.00</b> Policie v akci <b>2.00</b> Námořní vyšetřovací služba XI (17)	<b>5.25</b> Včelka Mája: Medové hry <b>7.30</b> Kriminálka Miami (19, 20) <b>9.25</b> Tonoucí se stěbla chytá <b>11.20</b> Jack Frost <b>13.55</b> Risknem to s Polly <b>15.40</b> LOVENí <b>18.00</b> Přijde letos Ježíšek?, romantický film (ČR, 2013) <b>20.00</b> Cesta na tajuplný ostrov 2, dobrodružný film (USA, 2012) <b>21.50</b> Let číslo 93, drama (USA/VB/Fr., 2006) <b>0.00</b> Likvidátor	<b>10.35</b> Hvězdná brána III (3, 4) <b>12.30</b> Námořní vyšetřovací služba L. A. V (23) <b>13.25</b> Simpsonovi XXX (7-10) <b>15.15</b> Hvězdná brána III (5, 6) <b>17.10</b> Námořní vyšetřovací služba L. A. V (24) <b>18.15</b> Simpsonovi XXXI (12-15) <b>20.15</b> Joker Show <b>21.15</b> Luděk Staněk se zlobí <b>21.50</b> Námořní vyšetřovací služba L. A. XII (15) <b>22.50</b> Re-play: Tutorial <b>23.20</b> Simpsonovi XXXI (12) <b>23.45</b> Simpsonovi XXXI (13) <b>0.15</b> Simpsonovi XXXI (14)	<b>6.00</b> Nad zimní krajinou <b>6.20</b> M.A.S.H <b>6.50</b> Námořní vyšetřovací služba L. A. V (24) <b>7.45</b> Námořní vyšetřovací služba L. A. VI (1) <b>8.45</b> Bounty <b>11.25</b> Nezastavitelný <b>13.25</b> Dva k vítězství <b>15.20</b> Dobrý ročník <b>17.50</b> Návrat mušketýrů <b>20.00</b> Nebezpečná rychlost, akční thriller (USA, 1994) <b>22.25</b> Ostrý nádech, thriller (USA, 2010) <b>0.10</b> Tanec se smrtí, thriller (USA, 2022)		

středa 14. prosince 2022



ČT1

5.59 Studio 6 9.00 Na krok od nebe V 10.05 Toulavá kamera 10.35 Objektív 11.05 Jak se žije v zapomenutých koutech podle Davida Vondráčka 11.20 Postřehy odjinud 11.30 AZ-kvíz tentokrát s Fortunou  
12.00 Zprávy ve 12  
12.20 Předpověď počasí, Sportovní zprávy, Události v regionech plus  
12.30 Romeo a Julie na konci listopadu  
13.55 Kinkongova smrt  
15.05 Rozpaky kuchaře Svatopluka (11/13)  
16.05 Na krok od nebe V  
16.55 Cestománie  
17.30 AZ-kvíz  
18.00 Události v regionech  
18.25 Kde domov můj?  
18.55 Události za okamžik a počasí  
19.00 Události  
19.56 Branky, body, vteřiny  
20.05 Losování Sportky a Šance  
20.10 Jak si nepodělat život  
21.35 Ten, kdo tě miloval  
23.04 Výsledky losování Šťastných 10  
23.05 Neznámý Vladimír Menšík  
0.05 Kde bydlely princezny  
0.25 AZ-kvíz



Nova

5.55 Snídaně  
8.30 Novashopping  
8.45 Ulice (4387)  
9.45 Specialisté (121)  
10.55 Na lovu II  
11.50 Tescoma s chutí  
12.00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí  
12.25 Pojišťovna štěstí V (16)  
13.35 Kriminálka Miami (23)  
14.35 Kriminálka Miami (24)  
15.35 Výměna manželek IX  
16.57 Odpolední Počasí  
17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny  
17.25 Na lovu II  
18.25 Ulice (4388)  
19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí  
20.20 MasterChef Česko VI (32)  
21.55 Utajený šéf II  
23.25 Kriminálka Las Vegas VIII (9)  
0.25 Kriminálka Miami (23)  
1.25 Kriminálka Miami (24)  
2.25 Kriminálka Las Vegas VIII (9)  
3.10 Novashopping  
3.50 Pojišťovna štěstí V (16)  
4.45 Novashopping



Prima

6.00 Pohoda u krbu  
6.15 M.A.S.H (108)  
7.00 Nový den  
8.15 M.A.S.H (109, 110)  
9.15 Zoo (74)  
10.35 Walker, Texas Ranger VIII (4)  
11.30 Rizzoli & Isles: Vraždy na pitevně VII (3)  
12.30 Komisař Rex VII (13)  
13.35 Námořní vyšetřovací služba XI (18)  
14.40 Ano, šéfe!  
15.50 Policie v akci  
16.50 Policie v akci  
17.50 Prostřeno!  
18.52 Počasí  
18.55 Hlavní zprávy  
19.40 Krimi zprávy  
19.55 Showtime  
20.15 Dobré zprávy (8)  
21.35 Show Jana Krause  
22.40 Show Jana Krause  
23.50 Ano, šéfe!  
1.00 Policie v akci  
2.00 Námořní vyšetřovací služba XI (18)  
3.00 Rizzoli & Isles: Vraždy na pitevně VII (3)



Nova Cinema

6.00 Jack Frost 8.30 Kriminálka Miami (21, 22) 10.20 Bláznivá dovolená 12.20 Teleshopping 12.50 První rytíř 15.30 Cesta na tajuplný ostrov 2 17.20 Jist, meditovat, milovat 20.00 Fantastická zvířata a kde je najít, dobrodružné fantasy (USA/VB, 2016) 22.35 Annabelle, horor (USA, 2014) 0.35 Let číslo 93, drama (USA/VB/Fr., 2006)



Prima cool

9.30 Top Gear VI (1) 10.35 Hvězdná brána III (5, 50) 12.30 Námořní vyšetřovací služba L. A. V (24) 13.25 Simpsonovi XXX (11-4) 15.15 Hvězdná brána III (7, 8) 17.10 Námořní vyšetřovací služba L. A. XIII (1) 18.15 Simpsonovi XXXI (16-19) 20.15 Autosalon.tv 21.15 Blondýna, Kutil a Zabiják 22.00 Námořní vyšetřovací služba L. A. XII (16) 23.05 Bábovky a plechovky 23.35 Simpsonovi XXXI (16-19)



Prima Max

5.35 Nad zimní krajinou 6.00 M.A.S.H 6.25 Námořní vyšetřovací služba L. A. VI (2) 7.20 Valhalla: Říše bohů 9.25 Noc klavíristy 11.20 Dobrý ročník, romantická komedie (USA, 2006) 13.50 Velký útek, válečný film (USA, 1963) 17.40 Nebezpečná rychlost, akční thriller (USA, 1994) 20.00 Krásný kluk, životopisné drama (USA, 2018) 22.45 Babel, drama (USA, 2006)

čtvrtek 15. prosince 2022



ČT1

5.59 Studio 6 9.00 Na krok od nebe V 9.50 S vůní tradice 10.30 Po stopách hvězd 11.00 Všechno, co mám ráda 11.30 AZ-kvíz tentokrát s Fortunou  
12.00 Zprávy ve 12  
12.20 Předpověď počasí, Sportovní zprávy, Události v regionech plus  
12.30 Léto s kovbojem Komedie (ČR, 1976)  
14.00 Vánoce  
14.15 Pečení na neděli  
14.55 Značka: Na dožití Komedie (ČR, 1989)  
15.55 Na krok od nebe V  
17.00 Cestománie  
17.30 AZ-kvíz  
18.00 Události v regionech  
18.25 Kde domov můj?  
18.55 Události za okamžik a počasí  
19.00 Události  
19.56 Branky, body, vteřiny  
20.10 Jak si nepodělat život  
21.35 U mě dobrý Komedie (ČR, 2008)  
23.19 Výsledky losování Šťastných 10  
23.20 Kouzelník ještě nepřišel  
0.25 AZ-kvíz  
0.50 Bolkoviny



Nova

5.55 Snídaně  
8.20 Novashopping  
8.35 Ulice (4388)  
9.35 Mise nový domov II  
10.55 Na lovu II  
11.45 Tescoma s chutí  
12.00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí  
12.30 Ordinace v růžové zahradě (1)  
13.35 Kriminálka Miami II (1)  
14.35 Kriminálka Miami II (2)  
15.35 Výměna manželek IX  
16.57 Odpolední Počasí  
17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny  
17.25 Na lovu II  
18.25 Ulice (4389)  
19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí  
20.20 O mě se neboj (7)  
21.35 Comeback  
22.10 Comeback  
22.45 Život ve hvězdách  
23.20 Kriminálka Miami II (1)  
0.20 Kriminálka Miami II (2)  
1.20 O mě se neboj (7)  
2.15 Život ve hvězdách  
2.40 Novashopping



Prima

6.00 Pohoda u krbu  
6.15 M.A.S.H (110)  
7.00 Nový den  
8.15 M.A.S.H (111)  
8.50 M.A.S.H (112)  
9.20 Dobré zprávy (8)  
10.35 Walker, Texas Ranger VIII (5)  
11.30 Rizzoli & Isles: Vraždy na pitevně VII (4)  
12.30 Komisař Rex VII (14)  
13.35 Námořní vyšetřovací služba XI (19)  
14.40 Ano, šéfe!  
15.50 Policie v akci  
16.50 Policie v akci  
17.50 Prostřeno!  
18.52 Počasí  
18.55 Hlavní zprávy  
19.40 Krimi zprávy  
19.55 Showtime  
20.15 Zoo (75)  
21.35 Inkognito  
22.45 K TABULI!  
23.25 Inkognito  
0.25 Ano, šéfe!  
1.35 Policie v akci  
2.35 Námořní vyšetřovací služba XI (19)



Nova Cinema

5.55 Risknem to s Polly 7.45 Teleshopping 8.15 Kriminálka Miami (23, 24) 10.10 Jist, meditovat, milovat 12.55 Teleshopping 13.30 Trable o Vánocích 15.45 Letiště 18.30 Robot a Frank, komedie (USA, 2012) 20.00 Superman se vrací, dobrodružný film (USA, 2006) 23.10 Mr. Johnson, komedie (ČR, 2008) 1.00 Annabelle



Prima cool

6.25 Joker Show 7.45 Re-play 8.20 Top Gear V (6) 9.30 Top Gear VI (2) 10.35 Hvězdná brána III (7, 8) 12.30 Námořní vyšetřovací služba L. A. XIII (1) 13.25 Simpsonovi XXX (15-18) 15.15 Hvězdná brána III (9, 10) 17.10 Námořní vyšetřovací služba L. A. XIII (2) 18.15 Simpsonovi XXXI (20-22) 19.45 Simpsonovi XXXII (1) 20.15 Partička XXL 22.10 Krvavá minulost 0.05 Simpsonovi XXXI (20) 0.35 Simpsonovi XXXI (21)



Prima Max

6.00 M.A.S.H 6.30 Námořní vyšetřovací služba L. A. VI (3) 7.25 Kde se touláš, Bernadetto 9.35 Agent Cody Banks 11.45 Velký útek 15.25 Percy Jackson: Moře nestvůr, fantasy film (USA, 2012) 17.40 Bohové musí být šileni, komedie (USA, 1980) 20.00 Zitra vstanu a oparím se čajem, sci-fi komedie (ČR, 1977) 22.10 Prometheus, sci-fi horor (USA, 2012) 0.40 Babel, drama (USA, 2006)

pátek 16. prosince 2022



ČT1

5.59 Studio 6 9.00 Na krok od nebe V 10.05 Zkouška. TV film (ČR, 1981) 10.45 Případy detektiva Murdocha XV 11.30 AZ-kvíz tentokrát s Fortunou  
12.00 Zprávy ve 12  
12.20 Předpověď počasí, Sportovní zprávy, Události v regionech plus  
12.30 Sluníčko na houpačce Rodinné drama (ČR, 1981)  
14.05 Babička se zbláznila  
15.25 Cestománie  
15.55 Úsměvie Václava Trégla  
16.35 Polopatě  
17.30 AZ-kvíz  
18.00 Události v regionech  
18.25 Kde domov můj?  
18.55 Události za okamžik a počasí  
19.00 Události  
19.56 Branky, body, vteřiny  
20.05 Losování Sportky a Šance  
20.10 Princezna a pisar Pohádka (ČR, 2014)  
21.35 Všechnopárty  
22.34 Výsledky losování Šťastných 10  
22.35 Svěťáci Komedie (ČR, 1969)  
0.15 AZ-kvíz  
0.45 Toulavá kamera



Nova

5.55 Snídaně  
8.25 Novashopping  
8.40 Ulice (4389)  
9.40 O mě se neboj (7)  
10.55 Na lovu II  
11.50 Tescoma s chutí  
12.00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí  
12.30 Ordinace v růžové zahradě (2)  
13.40 Kriminálka Miami II (3)  
14.35 Kriminálka Miami II (4)  
15.35 Výměna manželek IX  
16.57 Odpolední Počasí  
17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny  
17.25 Na lovu II  
18.25 Ulice (4390)  
19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí  
20.20 Tři bratři Pohádka (ČR/Dán., 2014)  
22.25 Kameňák 4 Komedie (ČR, 2013)  
0.15 Kriminálka Miami II (3)  
1.15 Kriminálka Miami II (4)  
1.55 Specialisté (120)  
2.45 Novashopping  
3.00 Na lovu II



Prima

6.00 Pohoda u krbu  
6.15 M.A.S.H (111)  
7.00 Nový den  
8.15 M.A.S.H (112)  
8.45 M.A.S.H (113)  
9.15 Zoo (75)  
10.35 Walker, Texas Ranger VIII (6)  
11.30 Rizzoli & Isles: Vraždy na pitevně VII (5)  
12.30 Komisař Rex VII (15)  
13.35 Námořní vyšetřovací služba XI (20)  
14.40 Ano, šéfe!  
15.50 Policie v akci  
16.50 Policie v akci  
17.50 Prostřeno!  
18.52 Počasí  
18.55 Hlavní zprávy  
19.40 Krimi zprávy  
19.55 Showtime  
20.15 Máme rádi Česko  
22.05 Máme rádi Česko  
23.50 Jak to bylo, šéfe?  
0.25 Policie v akci  
1.25 Námořní vyšetřovací služba XI (20)  
2.25 Rizzoli & Isles: Vraždy na pitevně VII (5)



Nova Cinema

7.25 Teleshopping 7.55 Kriminálka Miami II (1, 2) 9.50 Letiště 12.35 Teleshopping 13.05 Robot a Frank 14.45 Superman se vrací 17.50 Ladíme! 20.00 Legenda o sověch strážcích, animovaný film (USA/Austr., 2010) 21.55 Král Škorpión 3: Bitva osudu, akční film (USA, 2012) 23.55 Mr. Johnson, komedie (ČR, 2008)



Prima cool

6.00 Umění je cool 6.25 Autosalon.tv 7.50 Re-play: Tutorial 8.20 Top Gear V (7) 9.30 Top Gear VI (3) 10.35 Hvězdná brána III (9, 10) 12.30 Námořní vyšetřovací služba L. A. XIII (2) 13.25 Simpsonovi XXX (19-22) 15.15 Hvězdná brána III (11, 12) 17.10 Námořní vyšetřovací služba L. A. XIII (3) 18.15 Simpsonovi XXXII (2-5) 20.15 Probuzení tmy 22.20 Smrtící hurikán 0.10 Simpsonovi XXXII (2, 3)



Prima Max

6.00 Nad zimní krajinou 6.15 M.A.S.H 6.45 M.A.S.H 7.10 Námořní vyšetřovací služba L.A. VI (3, 4) 9.10 Obraz lásky 11.05 Jestřábi žena 13.40 Bohové musí být šileni 16.00 Tulipány pro Rose 17.55 Agent Cody Banks 2, dobrodružný film (USA, 2004) 20.00 Láska hory přenáší, komedie (ČR/SR, 2022) 21.55 Akta X: Chci uvěřit, sci-fi thriller (USA/Kan., 2008) 0.05 Prometheus, sci-fi horor (USA, 2012)

coop

**JEDNOTA**  
spotřební družstvo  
v Milevsku

Platí od středy 7.12. do soboty 31.12.2022

*Sváteční nabídka exkluzivně pro vás*



80 g  
**24<sup>90</sup>**

Horká čokoláda 70 %,  
vybrané druhy  
80 g, 100g=31,13



175 g  
**54<sup>90</sup>**

Lísková jádra v mléčné čokoládě,  
Mandle v hořké/mléčné čokoládě  
se skořicí  
175 g, 100g=31,37

# VÁNOČNÍ TIPY

speciální magazín uvnitř dnešní **MF DNES**



**Meva**

**narex**

**TOUS**

**ČM** ČESKÁ  
MINCOVNA

**REGIOJET**

**SKI ARENA  
JIZEŘKY**  
TANVALOSKÝ ŠPIČÁK | SEVERÁK | BEDŘIČOV

Internet  
zdarma?



JJ 😊 Jdi na mobil.cz,  
tam se dozvíš víc.

**MOBIL  
.CZ**



## Fotokoutek je nový hit trhů

V Českých Budějovicích mohou zájemci zdarma bruslit kolem Samsonovy kašny až do konce roku. V regionu **nebude chybět ani vánočně nasvícená zoo.**

■ LUKÁŠ MAREK

**ČESKOBUDĚJOVICKO** | Hloučky rodin s dětmi vyčkávají, až se uvolní místo v novém fotokoutku nedaleko vánočního stromu. Jakmile jedno místo opustí, už si tam další chtějí udělat snímek a mít tak hezkou památku na letošní adventní trhy v Českých Budějovicích.

Právě tento fotopoint je asi největší novinkou a novou velkou atrakcí této oblíbené události. „S trochou nadsázky můžeme říct, že kdo se tam nevyfotí, jako by na trzích ani nebyl,“ říká s úsměvem Lenka Střítecká z organizačního týmu společnosti art4promotion. Koutek měří několik metrů a na pozadí je velký snímek vánočně nazdobeného náměstí Přemysla Otakara II. Kdo se dokáže šikovně vyfotit, vypadá to, že je někde na střeše a pod ním historické jádro Budějovic.

Možnost pokračovat v přípravě oslav adventu se všim všudy si organizátoři pochvalují. Dle jejich slov se návštěvníci dočkají všeho, co si v minulých letech oblíbili, a těšit se mohou i na pár novinek. Tou další je Ježíškova tvůrčí dílna.

„Budějovickým oslavám adventu se v minulých letech podařilo vybudovat tradici, která dokáže přilákat tisíce návštěvníků z Čech i zahraničí. Je to akce,



Na tradiční rozsvícení vánočního stromu dorazily na náměstí v Českých Budějovicích tisíce lidí.

FOTO | PETR LUNDÁK, MAFRA

kteřá vždy dokáže nabídnout i něco nového, a byla by škoda ji dále nerozvíjet,“ podotkla Zuzana Kudláčková, budějovická náměstkyně pro kulturu.

Nejen Budějovice, ale i další města a obce z Českobudějovicka připravily pro tento čas hodně zábavy. Na mnoha místech jsou vánočně laděné workshopy nebo koncerty.

Českobudějovický advent na náměstí Přemysla Otakara II. s trhy, desítkami stánků a unikátním kluzištem kolem kašny ovšem patří dlouhodobě mezi nejkrásnější akce v republice. Dokládá to také fakt, že se budějovický strom již pětkrát za sebou umístil na prvním místě ve čtenářské anketě iDNES.cz o nejkrásnější vánoční strom České republiky.

Už 26. listopadu začal program i v nedaleké v Hluboké nad Vltavou s názvem Andělská Hluboká a o den později pak také v Týně nad Vltavou. Již tra-

dičně se uskuteční akce s názvem Vánočně nasvícená Zoo Hluboká, která se za poslední roky stala jednou z nejnávštěvovanějších událostí. Speciální prohlídky a program čeká také hosty zámku Hluboká a sousední Alšovy jihočeské galerie.

Například v Jihočeském muzeu připravili tematickou výstavu „Andělský zpěv slyšeli, do Betléma běželi...“, která přibližuje zvyklosti a způsoby, jakým Vánoce slavili naši předci. Součástí výstavy je také doprovodný program, při kterém se uskuteční pravidelné ukázky lidových tvůrců ve výstavním sále, ale také třeba vánoční koncert Konzervatoře České Budějovice nebo zpívání kolod na schodech budovy muzea.

„Adventní období v turistické oblasti Budějovicko je letos opravdu nabitě, proto jsme vytvořili ucelený přehled aktivit, který návštěvníkům usnadní orientaci. Stačí si jen vybrat, vyrazit a hlavně

si to užít,“ doplňuje ředitel destinační společnosti Českobudějovicko-Hlubocko Tomáš Polanský. Podrobnosti jsou na webu [jiznicechy.cz](http://jiznicechy.cz).

S českobudějovickým adventem organizátorům pomáhá i radnice, která z rozpočtu vyčlenila dva miliony korun. Na trzích zafinancuje především drahý provoz kluziště a postará se i o svoz odpadků. Kvůli částečné úspoře peněz ale budou letošní trhy v Budějovicích o týden kratší. Město má ceny energií za výhodnější ceny nasmlouvané do konce roku. Program i trhy proto skončí silvestrovskou nocí 31. prosince.

Šetřit zatím nebylo nutné ani na vánoční výzdobě v krajském městě. Senovážné náměstí a jeho do modra laděný strom, rozzářená Lannova třída, ale i fontánky se světylky na Sadech. To vše zdobí České Budějovice. Výzdobu mají na starost zaměstnanci dopravního podniku (DP) a letos ji museli stihnout rozmístit na celkem 267 míst a dalších devět stromů.

Výzdobu technici rozmísťovali po Budějovicích už od začátku listopadu. „Instalují různé motivy na stožáry lamp, převěsy nad hlavní ulice a život na zimu vrací i fontánám, které místo vodních trysek rozzáří světylka. Hlavní část výzdoby je na náměstí Přemysla Otakara II., kde stojí vánoční strom,“ vyjmenovala mluvčí DP Barbora Fišer.

Na doladení třináctimetrové jedle z Jílovic na Českobudějovicku technici pracovali asi tři dny. Stromy plné ozdob a řetězů ovšem jsou i na dalších místech krajského města, a to na Mariánském a Senovážném náměstí, Žižkově třídě, sídlišťích Máj, Šumava a Vltava a v osadě Kaliště. A je tu i jedna novinka. V Suchém Vrbném už byl strom na zdobení ve špatném stavu, nedaleko v Pětidomí se tak letos rozsvítí jiný.

INZERCE



**JIHOČESKÉ MUZEUM**  
V ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH

**25. 11. 2022 – 2. 1. 2023**

*...andělský zpěv slyšeli,  
do Betléma běželi...*

Kresba: Marie Flašková

Jihočeské muzeum v Českých Budějovicích  
Otevírací doba: úterý – neděle, svátky 9:00 – 17:30 hodin

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

JIHOČESKÉ MUZEUM V ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH | Jihočeský kraj | KOH I NOOR HARDMUTH | NADACE ČEZ | JTV | BUDĚJICKÁ DRBNA | České Budějovice

# Advent na Venkovských památkách

## Jihočeská Silva Nortica

### Vás zve na návštěvu adventu

### na Venkovských památkách v jižních Čechách a na Vysočině

- ❖ **Hrad Velešín** - 26. 12. 2022 (10-15 hodin) – akce „Medovina na hradě Velešín 2022“ (16. ročník setkání v předhradí původního hradu na Malši)
- ❖ **Kantůrkův dům ve Velešíně - Rožmberská lasebná** - 11. 12. 2022 - 6. 1. 2023 (14-17 hodin) – akce „Rouhův velešínský betlém 2022“ (16. ročník adventní výstavy rozmanitých lidových betlémů spolu s ukázkou vánoční výzdoby)
- ❖ **Muzeum středního Pootaví** - 23. 11. - 26. 12. 2022 – akce „Půjdem spolu do Betléma“ (výstava betlémů, výroba slaměných ozdob, předvánoční pečení)
- ❖ **Pohádková kovárna Selibov** – 10.-11. 12., 17.-18. 12., 27.-30. 12. 2022 (11-16 hodin) – akce „Vánoční Pohádková kovárna“ (vánoční výstava ozdob z různých přírodních materiálů, ukáзка betlémů i andělské scénérie, přehlídka českých vánočních zvyků a tradic, k dispozici tvořivá dílnička, 18. 12. 2022 živý betlém)
- ❖ **Selské muzeum Michalův statek v Pohledí** - 7.-18. 12. 2022 – akce „Staročeské Vánoce na Michalově statku“ (ukázky výzdoby, obyčejů a některých zimních prací na selské usedlosti, folklorní vystoupení, představení drobných řemesel, prodej vánočních výrobků)
- ❖ **Muzeum Vysočiny - Schumpeterův dům, Třešť** – 26. 12. 2022 – 2. 2. 2023 – akce „Betlémská cesta městem Třešť 2023“ (expozice tradičních betlémů v třešťských domácnostech, v kostele sv. Kateřiny nebo i na zámku Třešť)
- ❖ **Skansen Zichpíl, Humpolec** – 17. 12. 2022 (10-16 hodin) - akce „Jak chutnaly svátky na Zichpíli“ (pozvání ke štedrovečernímu stolu našich předků s ukázkou starých zvyků a pokrmů s ochutnávkou)
- ❖ **Humpolec - Zřícenina hradu Orlík** - 31. 12. 2022 (13-15 hodin) - „Silvestr na zřícenině hradu Orlík nad Humpolcem“ (vydejte se na zajímavý výlet s názvem Silvestrovské rozhlady – ohlédnutí za končícím rokem a výhled do nového roku z rozhledny na věži)

Projekt č. ATCZ249 „Venkovské památky/Ländliche Denkmäler“ je podpořen přeshraničním programem INTERREG V-A Rakousko-ČR 2014-2020. Více na [www.venkovskkepamatky.cz](http://www.venkovskkepamatky.cz).

**Interreg**  
Rakousko-Česká republika  
Evropský fond pro regionální rozvoj



## Příběh Zemské cesty

Od úsvitu dějin lidé putovali okolo vodních toků, které jim poskytovaly zásobárnu vody pro sebe a zvířata, ryby a tvorové okolo řeky vytvářely nepřetržitou zásobárnu živých konzerv. Dobře situované řeky a potoky se tak proměňovaly ve starověké dálnice, po kterých se migrovalo z jihu na sever, z východu na západ a obráceně, dopravovalo se zboží, pochodovala vojska.

Nejvýznamnějším tokem v centrální Evropě byl Dunaj, jehož břehy lemoval těžko přístupný hustý les od Baltského moře k Balatonu, široký dvě stě kilometrů, Římané pojmenovaný Silva Nortica, Severní les. Římským legionářům trvalo deset dnů, než tuto přírodní bariéru mezi Západem a Východem dokázali překonat. Stezky za levým břehem Dunaje vedoucí okolo místních řek Vltavy a Malše se časem proměňovaly v cesty spojující Čechy a Rakousko, vznikaly na nich brody, mosty, vesnice a města, stával se z nich důležitý článek středověké ekonomiky především díky vybírání mýta a cla.

Obchodní karavany a poutníky zejména v odlehlých místech při zemských hranicích bylo třeba chránit, a tak panořníci a lokální feudálové při cestě stavěli tvrze, hrady, vojenské pevnosti, přičemž se mnohdy bohuřilý ochranářský, strážní záměr převtěřoval do loupeživých choutek. Od těch časů uplynulo stovky let a dnes díky nadšení, a tak trochu romantickému vidění světa, desítek aktivních lidí se tyto zapomenuté stezky a cesty obnovují, oživují včetně jejich strážních sídel, po kterých se již nepřesunují obchodní karavany, ale po zážitcích toužící turisté. Díky obnově zbytků hradů a tvrzí se postupně na staré zemské cestě nabízejí nová ubytování v penzionech a hotýlcích, významu se dostává opomíjeným zajímavostem a zvláštnostem na trase.

Zemská cesta spojující Čechy a Rakousko je určena především pro pěší a v součtu měří lehce přes dvě stě kilometrů. Na české straně vzniklo sdružení Hradů na Malši, které postupně, jako když se navlékají korálky, oživuje hrady Velešín, Pořešín, Sokolčič, Louzek a tvrz Tichá (u Pořešína a Tiché došlo k záchraně objektů i s vybudováním sympatických hradních muzeí).

Co spojuje české hrady na Malši? Vedle řeky Malše je to 13. století s mocnými Přemyslovci, lokální feudálové, Bavorové ze Strakonice se šipkou v erbu a Rožmberkové s proslulým padělatelem listin Oldřichem II. z Rožmberka, který jako první v Čechách pochopil, že více získá (tj. ukradne) s dobře nabroušeným brkem než s vytaseným mečem, a to vše v zájmu bezpečnosti a spravedlnosti při potírání loupeživých rytřřů.

Nejsevernějším hradem na Malši chrání jižní hranici Českého království je Velešín. Z bývalého hradu mnoho nevidíme, ale můžeme si prohlédnout město Velešín, nedalekou koněspřežku a připomenout pověst o hladové cikánce, která prosila dělníky stavějící hrad o kousek chleba, ale ti se jí jen vysmívali a když jí nychtali, jak prohledává jejich odložené věci, tak jí zazdili do základů hradu, ze kterých se ozývá její zoufalý pláč.

Dalším hradem je Pořešín, který skutečně v posledních deseti letech povstal z trosk a rozvalin a může se pyšnit originálním hradním muzeem a bohatým kulturním a společenským životem. Takřka novozákonní rozměry má legenda, s tímto hradem spojená. Pán z Pořešína, loupeživý rytřř si se svými druhy po krvavých mordech umýval ruce v kamenné prohlubni nad řekou, aby si očistil ruce jako biblický Pilát. Kamenu se říkalo krvavá mísa. Když byl hrad dobyt, skončil tento lapka ve svíslé poloze na plané hrušce podobně jako zrádný Jidáš na švestce. Jeho duši nebylo dopřáno klidu, a tak neustále bloudí okolo hradu.

Jižněji položený hrad Sokolčič asi nejvíce proslavil padělatelský příběh spojený s Oldřichem II. z Rožmberka. První

listinou si Rožmberk přisvojil hrad na základě vymyšleného majetnického práva uděleného Přemyslem Otakarem II. v roce 1264 a druhou listinou si toto vymyšlené právo potvrdil věnováním hradu králem Janem Lucemburským v roce 1333.

V okolí dalšího hradu Louzek si zalapoval i náš budoucí slavný vojevůdce Jan Žižka z Trocnova. Velice zajímavá pověst je spojována s posledním majitelem, který byl prý velice krutý a zlý. Jednou o Vánocích se mu snažil domluvit starý poutník putující od svatého hrobu z Jeruzaléma, ale za moralizování se mu dostalo krutého trestu. Skončil ve vězení, kde ho umožili jedovatí hadi. Po jeho smrti se hadi rozeřli po okolí a našli si i krutého rytřře, kterého rozeřřali.

Posledním hradem na české straně Malše je tvrz Tichá, kterou z trosk vyhrabala a znovu oživila parta nadšenců okolo Radka Kocandy. Její příběh je o původní zemské pevnosti, přes správní sídlo, pobělohorský konfiskát, pivovar, pastevecké družstvo až ke státnímu statku po roce 1948. Ale to se již blížíme na rakouskou stranu Malše, kde na nás čekají další hrady, příběhy a turistické zážitky.

*Mgr. Jan Zeman, starosta obce Boršov nad Vltavou*



Tvrz Tichá



# Advent v Jindřichově Hradci mají letos hodně pestrý

■ MARIE KUČEROVÁ

**JINDŘICHŮV HRADEC** | Asi to nejkrásnější období roku se blíží. Období rozjímání, dobročinnosti a zklidnění. Ale také spousta kulturních akcí, koncertů, trhů a výstav. Že je opravdu z čeho vybírat, se mohou lidé přesvědčit i v Jindřichově Hradci.

Již tuto sobotu 10. prosince rozezní kapli svatě Máří Magdaleny Adventní koncert třeboňských pištců. Akce začne v 16 hodin. V kostele svatého Jana Křtitele se ve stejný den od 16 hodin představí současní a bývalí žáci akordeonové třídy místní základní umělecké školy.

Ještě před koncertem mohou zájemci zavítat do Muzea fotografie a moderních obrazových médií. Od 10 do 17 hodin tam bude možné obdivovat ukázky řemesel či navštívit tvořivé dílny pro děti. K zakoupení budou i rukodělné výrobky. „Zájemce o historii pak určitě zaujme možnost fotografování v historických kostýmech,“ doplňuje starosta Michal Kozár. Kdo by nestihl muzeum navštívit v sobotu, bude mít šanci ve stejný čas i v neděli. Vstupné je navíc zdarma.

O koncerty nebude nouze ani ve všední dny. Kostel svatého Jana Křtitele nabídne ve středu 14. prosince od 17 hodin koncert Chvála zpěvu. Pátek 16. prosince bude zas patřit romantickým vánočním rytmům souboru Musica Dolce Vita. Od sedmi hodin se tak budou prostorem kaple svatě Máří Magdaleny linout zvuky mezzosopránů, flétny a har-



Největší lidový mechanický betlém na světě, který je zapsaný dokonce i v Guinnessově knize rekordů, patří k nejnavštěvovanějším expozicím muzea v Jindřichově Hradci.

FOTO | MAFRA

fy. Zájem jistě bude 17. prosince o tvořivé dílny, tentokrát zaměřené na oblíbenou starověkou malířskou techniku, enkaustiku. Přesněji jde o malování horkým voskem za použití enkaustické žehličky. Technikou je možné snadno vytvořit krásný obraz, který zvládne i začátečník. Akci pořádá Dům dětí a mládeže Jindřichova Hradce a na akci je potřeba se předem přihlásit.

„Na neděli 18. prosince bude připravených hned několik akcí. V evangelickém kostele v půl desáté ráno odehrají

herci Dětské vánoční představení. V Husových sadech bude Adventní charitativní jarmark,“ zve Kozár. O adventu nesmí chybět ani Česká mše vánoční. Na tu mohou zájemci zajít 20. prosince od 19 hodin do kostela svatého Jana Křtitele. Den před Štědrým dnem přivezou v 17 hodin skauti jako tradičně betlémské světlo na náměstí Míru. Na Štědrý den nebudou chybět bohoslužby, Zpívaná mše svatá ani Štědrodenní tržba na charitu.

Bohatý program bude připravený 28.

prosince i v místní hvězdárně, kde se budou promítat premiéry dvou filmů. Putování sluneční soustavou a Horký energetický vesmír. Program doplní přednáška Martina Kulhavého o polární záři.

Vedení města plánuje obnovit i tradiční oslavy Nového roku. Na programu tak bude po odmlce i ohňostroj. „Je to věc, která se tu vždy těšila velikému ohlasu. Za mě, poté co máme za sebou, je hezké, když se tato akce zopakuje a užijeme si pohled na ohňostroj z nábřeží,“ doplňuje starosta.

INZERCE

## Adventní a vánoční čas v Jindřichově Hradci

K adventnímu a vánočnímu času v Jindřichově Hradci patří zcela bezpochyby **Krýzovy jesličky**. Jedná se o unikátní největší lidový mechanický betlém na světě, který najdete v Muzeu Jindřichohradecka a jeho návštěvu si zejména o Vánocích rozhodně nenechte ujít.

**10.–11. 12.** si přijďte při **Adventním víkend v Muzeu fotografie a moderních obrazových médií** vyrobit vlastní vánoční dárek nebo se vyfotografovat v historických kostýmech. **16. 12.** rozezní kapli sv. Máří Magdaleny **koncert Romantické Vánoce se souborem Musica Dolce Vita**. **Rybovu Českou mši vánoční v podání Pěveckého souboru Smetana** si můžete poslechnout **20. 12.** v kostele sv. Jana Křtitele.

Až do konce prosince si můžete užít spoustu slavnostních koncertů, výstav, jarmarků, workshopů či tradičních svátečních bohoslužeb. **1. 1.** proběhne na náměstí Míru **tradiční novoroční pozdrav starosty města a novoroční ohňostroj nad rybníkem Vajgar**.

Více informací a kompletní adventní a vánoční program najdete na [infocentrum.jh.cz](http://infocentrum.jh.cz) nebo [www.jh.cz](http://www.jh.cz).



# „Za týden uděláme 50 až 60 velkých betlémů, mají až metr“

Zdeněk Mráz se věnuje výrobě betlémů dvacet let. Používá hlavně smrkové dřevo a starší stroje z 50. let

■ PAVEL KORTUS

**HŮRKY** | Roztomilé jesličky, klasické okenice i mech podél stavení nebo po střechu plná půda sena. Betlémy od Zdeňka Mráze z Hůrek u Lišova na Českokubudějovicku jsou ručně dělané a zpracované do těch nejmenších detailů. Šedesátiletý muž je dělá už dvacet let. „Je to největší etapa mého života,“ potvrzuje.

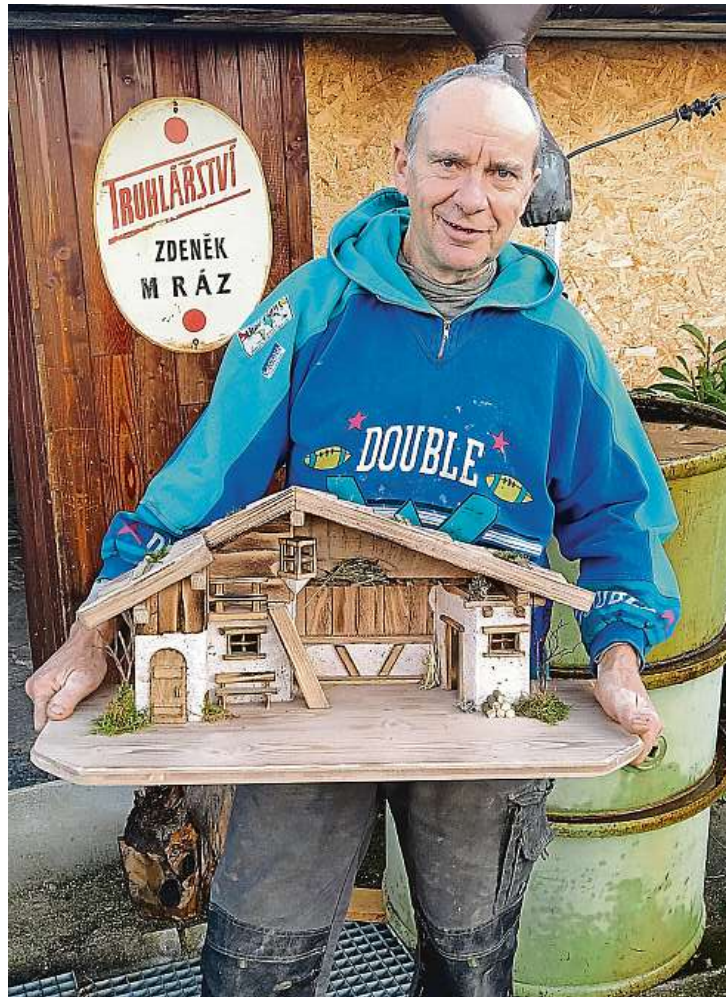
Mráz se truhlářině věnoval odmala. Dlouhé roky měl vlastní dílnu v Lomnici nad Lužnicí a u práce se dřevem zůstal i po konci firmy. Rozpadlý kravín v Hůrkách předělal na dílnu, kde s manželkou vyrábí už prakticky pouze betlémy.

„Občas mě někdo přemluví, že udělám krmítko, hmyzí hotel, domeček pro ježky nebo něco takového. Ale není na to čas,“ uvádí. Není divu. Mrázovi dělají betlémy od 5. ledna každý rok až do Vánoc, stihnou jich vyrobit až dva tisíce. „Velké mají až metr na délku, malé okolo třiceti centimetrů. Za týden musíme udělat padesát až šedesát velkých nebo sto až sto padesát malých, abychom si aspoň vydělali,“ počítá.

„Občas mě někdo přemluví, že udělám krmítko, hmyzí hotel, domeček pro ježky nebo něco takového. Ale není na to čas.“

Všechny jejich výrobky míří do Německa. Figurky v dílně nevyrobí, ty pochází také ze země našich západních sousedů. „Po revoluci jsme zásobovali pohraničí, když tam ještě prodávali Češi. Teď ho obsadili Vietnamci, kteří mají obrovské truhlárny, ve kterých pracuje třeba 70 lidí. Tomu se nemůžeme vyrovnat. Viděl jsem to a říkám, že oni dělají osm dní v týdnu,“ tvrdí s nadsázkou.

Mrázovi tedy sázejí na kvalitu, kterou Němci stále preferují před kvantitou. „V hierarchii truhlářů už jsem se dostal vysoko. Ale znamená to také, že musíme plnit. Nemůžeme si dát měsíc volna,“ objasňuje. Betlémy zvládne Mráz vyrobit i na zakázku podle předlohy, z časových důvodů se k netradičním kouskům dostane jen výjimečně. Drtivou většinu tvoří podle jasných zadání. „Němci mají katalogy, podle kterých vyrábíme.



Mráz se truhlářině věnoval odmala. Dlouhé roky měl vlastní dílnu v Lomnici nad Lužnicí a u práce se dřevem zůstal i po konci firmy. Rozpadlý kravín v Hůrkách předělal na dílnu, kde s manželkou vyrábí už prakticky pouze betlémy.

FOTO | PAVEL KORTUS



A všechno musí být pečlivé. Jednou nám chyběla nějaká latka a dostali jsme velkou pokutu,“ hlásí.

Materiál na výrobu sbírá na Šumavě či na chalupě u zříceniny hradu Pořešín na Kaplicku. Dřevo zpracovává hlavně smrkové, to z borovice mu znečišťuje stroje. „Zpracujeme všechno do posledního prkynka. Nemám ani piliny, kterými bych si zatopil,“ usmívá se.

Manželský pár v dílně nyní čekají nepřeměšší dny v roce. Až do Vánoc si neodpočinou. „Pojedeme až do 23. prosince, kdy naplníme kamion do Německa, kde to ještě rychle zabalí,“ dodává.

„Mám Vánoce moc rád. Manželku vždy brzy otravuji, kdy už budeme péct cukroví. Někdy pečou i sám, když mi udělá těsto. Užívám si i pár dní volna či setkání s rodinou. To není klišé, to je o Vánocích důležité.“

Přestože se celý rok zabývají výrobou zboží s vánoční tematikou, na svátky se těší. „Mám Vánoce moc rád. Manželku vždy brzy otravuji, kdy už budeme péct cukroví. Někdy pečou i sám, když mi udělá těsto. Užívám si i pár dní volna či setkání s rodinou. To není klišé, to je o Vánocích opravdu důležité,“ zdůrazňuje.

V rodině Mrázových mají všichni ke dřevu blízko. „Jezdí nám pomáhat mladší dcera, která je jinak zdravotní sestra. Od svého roku a půl byla v truhlárně. Obě moje dcery umí dělat na mašinách, pilách i soustruhu,“ těší ho.

Následovníky však rodiče nemají. „Bohužel, nemá kdo pokračovat. Mám i syna truhláře, ale toho betlémy nebaví. Dělá nábytek,“ přidává.

V krátkém volna na přelomu roku musí zkontrolovat a opravit dvacítku svých strojů. „Všechno jsou to staré mašinky z padesátých let, které pořád výborně slouží. Ty, co jsem si koupil nové, stojí rozbité ve skladu,“ srovnává.

Mráz s manželkou chtějí betlémy vyřezávat, dokud to půjde. „Pořád nás to moc baví. Ale síly ubývají, protože je to náročné,“ zdůrazňuje Mráz, který se v zimě otužuje, rád jezdí s dcerou a synem na motorkách a před covidem s oblibou v Rakousku s rodinou sjížděli divoké řeky.



*Ochutnejte  
cukroví  
ze Srnína*

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



# Meteorologové měří sních na vrcholcích Šumavy

**ŠUMAVA** | Úplně na začátku v šesté třídě dostal Ivo Rolčík domácí úkol, aby týden sledoval počasí. Od té doby ho sleduje prakticky dodnes. Zřídil i internetové stránky. Nakonec se mu před lety podařilo dostat do Volar také stanici Českého hydrometeorologického ústavu (ČHMÚ), která je na okraji šumavského města na Prachaticku.

Podle Rolčíka leželo na začátku prosince na šumavských hřebenech od 7 do 36 centimetrů sněhu. Bylo to podobné množství, na jaké jsou meteorologové v tuto dobu zvyklí. Nejvyšší sněhovou pokrývku hlásily hřebenové partie kolem vrcholu Plechý a potom Velký Javor v Bavorském lese. S nižší nadmořskou výškou sněhu rychle ubývá a pod 900 metry většinou sních v souvislé vrstvě na začátku měsíce neležel.

První letos napadl 19. listopadu. „Na počátku třetí listopadové dekády ho hlavně na hřebenech bylo více, než jsme za poslední roky v tomto období zvyklí. Jen-



Nejvyšší sněhovou pokrývku hlásily na přelomu listopadu a prosince hřebenové partie kolem vrcholu Plechý a potom Velký Javor v Bavorském lese.

že srážek pak moc nespadlo, tak sněhová pokrývka i přes relativně nízké teploty sesedala a i odtávala, protože zem nebyla

promrzlá a teplo z půdy sních od země rozpuštělo,“ uvádí Rolčík. Se svým kolegou meteorologem Janem Procházkou

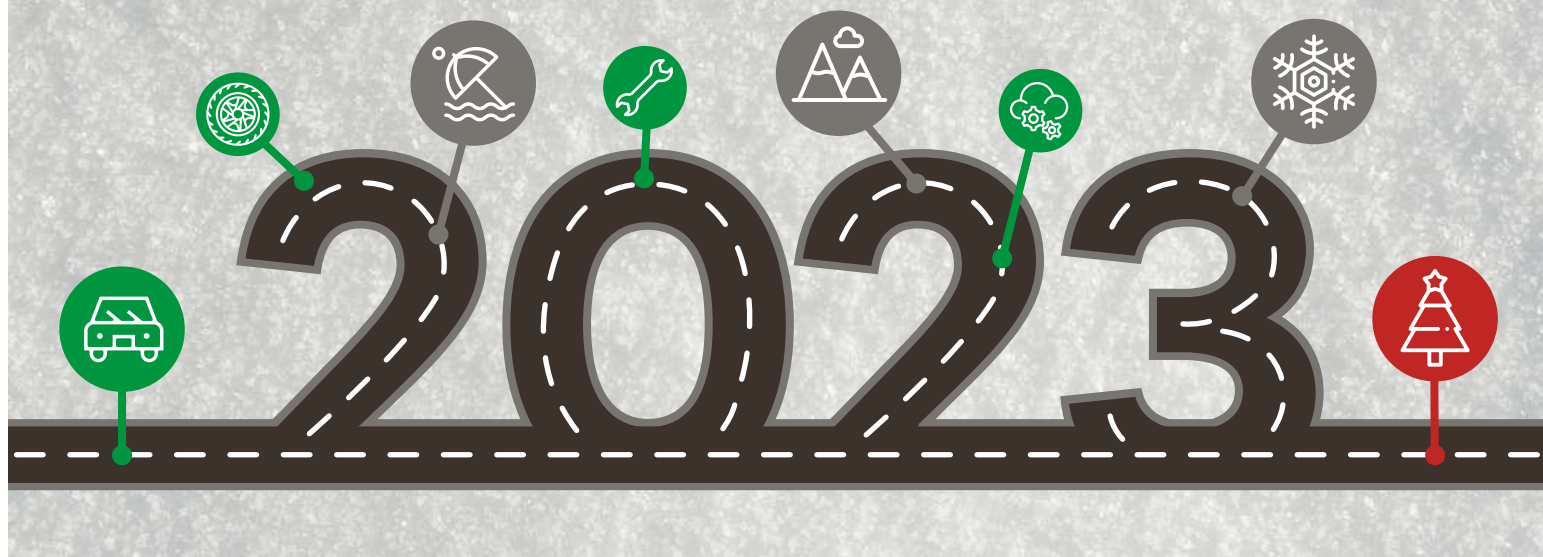
a ve spolupráci s ČHMÚ mají na Lipensku a Šumavě hned několik stanic, které měří výšku sněhu automaticky, nejčastěji pomocí ultrazvukového nebo laserového čidla. Například v oblasti Plechého stojí stanice nedaleko vrcholu, která měří výšku právě ultrazvukovým čidlem. Stejně tak oba měří výšku sněhu na vrcholu Smrčiny. „Naměřená data je ale potřeba čas od času zkontrolovat, provádí se tedy kontrolní hřebenové měření,“ říká Rolčík.

V předem daných lokalitách vždy desetkrát změří výšku sněhu a z toho se vypočítá průměrná hodnota v dané lokalitě. „Měření vodní hodnoty se provádí v daném místě na třech bodech a opět se spočítá průměr. Pro zajímavost ručně měříme v sedle Třístoličnicku, na Trojmezí, na Trojmezí, u vrcholu Hufberg, u stanice Plechý a ještě pod Plechým směrem ke Stifterovu pomníku. K měření slouží kalibrovaná měřicí sada, kterou nám poskytl ČHMÚ,“ dodal Rolčík. (mrk)

INZERCE

**AR** SERVIS  
ČLEN SKUPINY TIBIQ AUTOMOTIVE HOLDING

PŘEJEME POHODOVÉ  
VÁNOCE A ÚSPĚŠNOU CESTU  
V NOVÉM ROCE



## Charita České Budějovice podá ruku každému

Charita České Budějovice je nestátní nezisková organizace zaměřená na pomoc lidem v nouzi. Naší dlouhodobou vizí je pomáhat těm nejzranitelnějším, kteří by jinak zůstali bez pomoci. Mezi poskytované služby patří:

- Charitní pečovatelská služba
- Domácí zdravotní péče
- Osobní asistence
- V.I.P. – nízkoprahové zařízení pro děti a mládež
- SASANKA – sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi
- Poradna Eva – občanská poradna
- DOMINO – služba pro lidi s duševním onemocněním
- Dům sv. Pavla – azylový dům, nízkoprahové denní centrum, noclehárna
- Terénní program pro lidi bez domova
- Půjčovna kompenzačních pomůcek
- Taxík Maxík – taxi služba pro seniory nad 65 let a zdravotně znevýhodněné osoby

**Podpořte naši činnost  
na účet č. 7000029251/8040**



QR Platba

**nebo QR platbou.  
Děkujeme!**

[www.cbudejovice.charita.cz](http://www.cbudejovice.charita.cz)

 [cbudejovice.charita](https://www.facebook.com/cbudejovice.charita)

 [cbudejovice.charita](https://www.instagram.com/cbudejovice.charita)

Rádi bychom připomněli, že mimo jiné se můžeme začátkem nového roku těšit na požehnání třech králů v rámci Tříkrálové sbírky, která má celorepublikový rozsah. V roce 2023 Tříkrálová sbírka připadá na období od 1. do 15. ledna. Opět zaplaví republiku koledníci se zapečetěnými charitními kasičkami v rukou, nebude to jinak i v Českých Budějovicích a okolí. Koledníci zpívají, přejí šťastný nový rok a předávají drobné dárky – kalendáře a balené cukry, píší na dveře požehnání a prosí přítom o příspěvek. Z výtěžku sbírky jsou každoročně podpořeny stovky záměrů – drobných projektů pro lidi v nouzi.



**TŘÍKRÁLOVÁ  
SBÍRKA**  
 1.-15. ledna 2023  
 Každá koruna pomáhá

Podpořit nás můžete i online na [www.trikralovasbirka.cz](http://www.trikralovasbirka.cz) nebo převodem na č. účtu 66008822/0800, VS 777922001



*Krásné prožití vánočních svátků  
přeje*

 **Charita  
České Budějovice**

# Divadlo láká i na Hej Mistře

Opera Jihočeského divadla v Budějovicích si na letošní předvánoční čas připravila scénické provedení populární **České mše vánoční** **Jakuba Jana Ryby**. Blíží se také derniéry Evžena Oněgina a Evity.

■ TOMÁŠ SOUČEK

**JIŽNÍ ČECHY** | Také v adventním období můžete vyrazit do Jihočeského divadla (JD) v Českých Budějovicích. Kromě celé řady repríz oblíbených her si v divadle připravili i několik adventních novinek, které přicházejí s tou pravou vánoční atmosférou.

Od první adventní neděle divadelní prkna patří představní Hej Mistře, které si pro diváky připravil českobudějovický operní soubor. Režie se ujal umělecký šéf opery Tomáš Ondřej Pilař a hudbu nastudoval David Švec.

Diváci se tak mohou těšit na mimořádné scénické provedení České mše vánoční Jakuba Jana Ryby a na koncertní provedení adventních a vánočních písní Adama Václava Michny z Otradovic Nové Hvězdy nové Světlo.

„Inscenace má za cíl přenést nás do dob našich praprababiček, kdy se o posvátné vánoční noci vše zastavilo a za závojem padajícího sněhu byla tušit cesta do Betléma. V tom pocitu je něco posvátného, něco radostného, ale také



Kromě souboru opery hraje i činohra, malé divadlo a balet. Zájemci tak mají do Vánoc z čeho vybírat.

FOTO | MAFRA

něco smutného. Jako bychom Vánoce slavili s našimi nejbližšími, ale i s těmi, které už nikdy nevidíme. V nádherné a poetické výpravě Petra Vítka uvidíte prvky krojů z českých a moravských horských pasteveckých oblastí a malé repliky skutečných staveb z Rožmitálska, kde Jakub Jan Ryba svoji mši složil,“ přiblížil Pilař.

Adventní příběh se hraje až do 23. prosince. Již druhým rokem pak Jihočeské divadlo a Vydavatelství a nakladatelství Českého rozhlasu vydává Adventní zpěvník opery Jihočeského divadla.

Tentokrát jde o soubor pozdně středověkých a renesančních adventních zpěvů z českých pramenů. Texty písní opět připravil a upravil Mikoláš Troup a

výtvarnou koncepci navrhla Ivana Ševčíková Miklošková. Všechny písně ze zpěvníku jsou na YouTube kanálu JD v podobě videí, která opera natočila na významných místech jižních Čech.

„Posluchači zavítají nejen do tábořského podzemí, zámeckého skleníku na Hluboké, klášteru ve Zlaté Koruně, Českém Krumlově nebo Třeboni, ale i na vrchol hory Klet, kde jsme natáčeli za zimního rozbřesku,“ dodává Pilař.

Adventní program opery myslí i na malé diváky. Nekonenční interaktivní hudební zážitek slibuje premiéra inscenace Malý Mozart, která je určená pro děti od 6 do 12 let. Mladí návštěvníci divadla při ní budou moct odhalit, co se odehrává za kulisy divadelních představení.

Čas adventu následně divadlo zakončí 21. prosince již tradičním Vánočním koncertem v katedrále sv. Mikuláše. Mezi vánočními svátky pak repertoár Jihočeského divadla opustí romantická opera Evžen Oněgin, která má derniéru 29. prosince, a divácky oblíbený muzikál podle životního příběhu Evy Perónové Evita, který se bude naposledy hrát 30. prosince.

Silvestrovské odpoledne a první den nového roku pak diváky vezme do kouzelného světa Mozartovy Kouzelné flétny. Pro rodiny s dětmi, které budou chtít strávit společně tyto kouzelné chvíle, nabízí divadlo zvýhodněné vstupné z třicetiprocentní slevou z celkové částky vstupenek.

INZERCE

## PODĚKOVÁNÍ ZAMĚSTNANCŮM NEMOCNICE TÁBOR, A.S.

Po náročné době s covidem jsme doufali v lepší časy. Bohužel život nám přináší i jiné těžké situace, na které musíme reagovat a přizpůsobovat se. Doháníme odložené operace, léčíme těžké průběhy onemocnění v daleko větší míře, než tomu bylo v minulých letech, pomáháme lidem zasaženým válkou na Ukrajině i jinde, bojujeme v soukromí s významným nárůstem našich životních nákladů. Současně jsme v listopadu letošního roku úspěšně absolvovali akreditační šetření SAK, o.p.s. Splnili jsme opakovaně požadavky akreditačních standardů řízení kvality a bezpečí a podařilo se nám získat prestižní Akreditační certifikát na další 3 roky.

Rádi bychom touto cestou poděkovali všem zaměstnancům nemocnice, jak zdravotníkům, tak i nezdravotníkům, že i v tak těžké době odvádí dobrou a kvalitní práci s velkou profesionalitou a empatií. To se daří bez velké podpory v rodině jen obtížně. Proto poděkování míří i rodinám a blízkým našich zaměstnanců, kteří jsou jim nepochybně tou největší oporou.

Přejeme Vám všem vánoční svátky prožité v kruhu svých nejbližších, mnoho zdraví, lásky, vzájemného porozumění a osobní pohody v roce 2023.

Za vedení Nemocnice Tábor, a.s. Ing. Ivo Houška, MBA

**NT+**  
Nemocnice Tábor, a.s.



# Jižní Čechy předvánoční

Lidé si mohou na celé řadě míst v Jihočeském kraji užít **krásnou předvánoční atmosféru.**



Vánočně nasvícená bude ZOO Hluboká letos od 9. prosince do 8. ledna.



Vyhlídkové kolo zdobí advent na českobudějovickém náměstí.



Vesnička Holašovice má v zimě nádherné kouzlo.

3x FOTO | MAFRA

## Nemocnice Český Krumlov

### BENEFITY V NEMOCNICI ČESKÝ KRUMLOV, a.s.

- 6 týdnů dovolené
- podpora vzdělávání všech zaměstnanců bez nutnosti podepisovat dohodu o navyšování/prohlubování kvalifikace
- zvýhodněný tarif pro zaměstnance a jeho rodinu od společnosti Vodafone
- parkování v areálu nemocnice za 400,- Kč/rok
- příspěvek na penzijní připojištění a doplňkové penzijní spoření - výše podle odpracovaných let v nemocnici
- příplatek za roky odpracované v nemocnici
- možnost závodního stravování a příspěvek na stravování
- možnost ubytování na ubytovně nemocnice
- poskytnutí zdarma nadstandardního pokoje při hospitalizaci zaměstnance
- poukázka do lékárny 1 x ročně ve výši 1.000,- Kč
- odměny k životním výročím
- pořádání kulturních a sportovních akcí

Pokud Vás představení benefitů v naší nemocnici zaujalo, tak Vás rádi uvítáme a případně i provedeme provozem, ukážeme pracovní kolektiv a zodpovíme Vaše další dotazy. Důležitější než pozice, na kterou se budete hlásit, je Vaše chuť u nás pracovat, každého s touto chutí vítáme a najdeme pro něj uplatnění. Přesto i nás máme neobsazené pozice, které uvádíme na našich webových stránkách [www.nemck.cz](http://www.nemck.cz), kde jsou uvedeny i podrobnosti a jedná se zejména o:

- :: Primář dětského oddělení
- :: Lékař/ka na chirurgické oddělení
- :: Lékař/ka na dětské oddělení
- :: Gastroenterolog
- :: Lékař/ka absolvent na GPO
- :: Lékař/lékařka na rehabilitačním odd.
- :: Lékař/lékařka na interní oddělení



### NEMOCNICE ČESKÝ KRUMLOV, a.s. PŘIJME LÉKAŘE

V případě absolventa zařazeného do oboru je nástupní plat 35.000,-Kč, v případě lékaře po kmeni je nástupní plat 45.000,-Kč a v případě atestovaného lékaře je nástupní plat minimálně 65.000,-Kč, konkrétní výše se bude odvíjet od zkušeností, znalostí a oboru uchazeče, pomoc při zajištění bydlení, zaměstnanecké benefity. Bližší informace při osobním jednání. V případě nástupu lékaře se specializovanou způsobilostí bude vyplacen náborový příspěvek ve výši 100.000,-Kč. V případě nástupu lékaře bez specializované způsobilosti bude vyplacen náborový příspěvek ve výši 50.000,-Kč a v případě lékaře absolventa 30.000,-Kč.

### NEMOCNICE ČESKÝ KRUMLOV, a.s. PŘIJME VŠEOBECNÉ SESTRY / ZÁCHRANÁŘE

Nemocnice Český Krumlov, a.s. přijme všeobecné sestry nebo záchranáře do směnného provozu. Nástup je možný ihned nebo dle dohody, možnost ubytování, nástupní plat v jednosměnném provozu 28.820,-Kč, nástupní plat ve směnném provozu 34.830,-Kč další příplatky dle oboru a specializace, zaměstnanecké benefity. Bližší podmínky při osobním jednání. V případě nástupu bude vyplacen náborový příspěvek ve výši 30.000,-Kč.

- :: Všeobecná sestra na operační sály
- :: Všeobecná sestra/záchranář na INT JIP
- :: Zdravotní laborant na OKBH
- :: Všeobecná sestra
- :: Porodní asistentka

[www.nemck.cz/kariera](http://www.nemck.cz/kariera)

# Jihočeští spisovatelé letos

Už víte, co dát pod stromeček? **Co takhle knihu?** Jihočeští spisovatelé zavedou do dějin 20. století, do Trhových Svinů či do života Jana Tleskače.

■ PETR LUNDÁK

**JIŽNÍ ČECHY** | Oblíbenost těchto dáreků se už léta nemění. Máloco si dokáže i v moderní uspěchané době držet své postavení mezi těmi nejlepšími vánočními překvapeními pod stromky. Řeč je pochopitelně o knihách.

Ani v letošním roce čtenáři nepřijdou před svátky o nabídku od jihočeských autorů a spisovatelů. My vám nabízíme hned několik tipů na zajímavé dárky.

Co bylo před hlavolamem?

Tato otázka napadla také spisovatele z Husince na Prachaticku Davida Jana Žáka. Jeho novinka nese název Tleskač. Jak už samotné jméno napovídá, Žák se vrací ke svému spisovatelskému idolu Jaroslavu Foglarovi. „Je to prequel (*dílo, které předchází jinému se stejným tematickým dějem*) k Záhadě hlavolamu,“ popisuje 51letý autor svou knižní novinku. Žák se snaží dopátrat toho, co se dělo s Janem Tleskačem, než nastoupil do učení k Mažňákovi, kde se třeba u něj vzal hlavolam ježek v kleci, či popisuje, jak žil v sirotčinci.

„Je to napsané tak, aby čtenář úplně nutně nemusel znát Foglara. Ta kniha je samostatným příběhem,“ líčí Žák s tím, že cítil při psaní pořádnou zodpovědnost a několikrát ji přepisoval. „Měl jsem občas pocit, jako kdyby mi Jaroslav Foglar při psaní seděl za krkem. Nebyla to žádná sranda. Ale téma se nabízel samo, protože Tleskač je tajemný,

věci okolo ježka v kleci také, nevíme o tom klukovi skoro nic. Jediné, co víme, je, že byl v sirotčinci, i tam je situovaný můj příběh,“ říká jihočeský autor, který se proslavil zejména bestsellerem Návrat Krále Šumavy.

## O Tarzanovi, co přepral medvěda

Vyprávění jeho babičky ho inspirovalo k tomu, aby napsal další román z historie. Před spaním mu také vyprávěla příběh o tatínkovi, kterému se přezdívalo Tarzan, protože přepral medvěda.

Českobudějovický spisovatel a novinář Jan Štifter tak vydal na podzim knihu Paví hody. Autor odkrývá historii své vlastní rodiny a s ní i dějiny našeho národa v první polovině 20. století. Na knize pracoval dva roky. „Rodinná historie je příležitost k pochopení vlastní totožnosti. Možná v ní někdo pozná i kus sebe, protože jsme nakonec všichni žili jen jedno dvacáté století,“ vysvětluje Štifter. Román má 320 stran a čtenáře zavede do života za první republiky, za druhé světové války i do období po odsunu Němců z pohraničí. „Lidé v minulosti daleko více uplatňovali dvojí morálku: jinak se chovali na veřejnosti a jinak doma. Nebyli tolik zhýčkaní, věděli, že život není zadarmo. Nenárokovali si vše, jako si zvykáme dnes – nenatahovali tak rychle ruce, aby jim někdo jiný pomohl,“ říká spisovatel, jehož Sběratel



Spisovatel Lukáš Boček letos vydal prvotinu Zahradu mrtvých duší. Inspiroval ho dokument na HBO. FOTO | MAFRA

sněhu v roce 2019 získal Cenu čtenářů České knihy.

Jan Štifter se také zajímá o Trhosvinsko na Českobudějovicku, před pár dny mu například vyšla kniha o mordech v Trhových Svinech a okolí na přelomu 19. a 20. století.

## Štvalo ji, že se o tom neučí

U spisovatelky Markéty Lukáškové, pocházející také z Českých Budějovic, jsou její čtenáři zvyklí spíše na románovou tvorbu. Teď se však Lukášová posunula zcela jiným směrem. Popularizuje českou poválečnou historii, na kterou se nejen na školách dost často zapomíná.

I proto napsala knihu Co vás v dějách naučili. „Mám pocit, že se o této době sice často točí filmy, ale lidé toho o ní vlastně moc nevědí. Přišlo mi, že i vzhledem k tomu, co se dnes ve světě děje, je dobré s tím lidmi seznámit,“ vysvětlila Lukášková, proč se ve své knize zaměřila právě na období socialismu v tehdejší Československu. Kniha je rozdělená do kapitol ohraničených vždy koncem dekády. Každá z nich pak obsahuje několik podkapitol, jež mají čtenáři přiblížit každodenní život za socialismu. Po stručném shrnutí dobové politiky a velkých událostí tak následují kapitoly zaměřené na sport, dovolenou, chalupaření a rozhovory s pamětníky.

INZERCE

ZDRAVÍ  
PLNÉ HRSTI

MALEBNÉ  
VÁNOCE

ČAROKRÁSNÝ  
ROK 2023

Vám přeje

211  
ZDRAVNÍ POJIŠŤOVNA  
MINISTERSTVA VNITRA ČR



# vydali několik novinek

„Chtěla jsem, aby čtenáři pocítili, jak se tenkrát žilo, a že ti lidé byli stejnými lidmi, jako jsou dnes oni, pouze žili za jiných podmínek. To je podle mě to hlavní. Lidé jsou pořád stejní, máme sice trochu jiné prostředí a techniku, ale naše chování a reakce na určité typy situací nebo náchylnost k extrémním myšlenkám v době krize jsou také pořád stejné,“ myslí si Lukášková.

## Tajemný příběh

Stejně jako u Jana Štíftera, tak i u dalšího jihočeského spisovatele byla inspirací rodina. Lukáš Boček letos vydal svou prvotinu s názvem Zahradra mrtvých duší. Autor se také přiznal, že ho inspiroval jeden šokující dokument na HBO, který na něj silně zapůsobil. „Téma jsem nemohl vyhnat z hlavy, tak jsem ho přetavil v tento příběh,“ zmínil Lukáš Boček. „Kniha je o rozplétání rodinného tajemství. Kdybych vám ale řekl, co je její hlavním tématem, zničil bych čtenářům celý zážitek. Bude lepší, když to spolu s hlavním hrdinou zjistí sami,“ uvedl s tím, že dílo je psychologickým románem a má tři odlišné vypravěče a každý z nich promlouvá svým specifickým



Českobudějovický spisovatel Jan Štífter vydal na podzim knihu Paví hody. Autor odkrývá historii své vlastní rodiny. FOTO | MAFRA

způsobem. V kapitolách se pak střídají prvky detektivky, thrilleru, psychologie i surrealismu.

Přestože českobudějovického spisovatele téma knihy zasáhlo, je podle něj důležité a nemělo by se o něm mlčet, tak nijak nevychází z jeho vlastní zkušenosti. „Traumata a tajemství, o kterých

píšu, nejsou hezká. Proto jsem musel i svým rodičům říct, aby v knize nehledali žádné podobnosti s mým vlastním životem,“ zdůraznil Boček.

Kvalitní česká detektivka a jméno Jiří Březina. To už patří k sobě. Budějovický spisovatel si pro své příznivce připravil novinku, ta se jmenuje Nalezení.

Vrací se v ní postava detektiva Tomáše Volfa, který řešil případy již ve čtyřech jeho předchozích příbězích.

## Hlavní zápletka? Ve Svinech

Hlavní zápletka Březinu napadla v Trhových Svinech už při dokončování předěšlé knihy. I proto se pak rozhodl, že právě do kulís města na Budějovicku své napínavé vyšetřování zasadí. „Nikdy se nesnažím místa popisovat konkrétně. Nechci, aby při čtení mých knih lidé mysleli na skutečná místa. Jsem radši, když zapojí svou představivost. Pokud se nějakým místem inspiroji, beru si z něj jen určité části a hlavně to, jak na mě místo působí,“ vysvětluje Jiří Březina. A o co v nové knize jde?

Detektiva Tomáše Volfa zavede případ zmizelé dívky do jeho rodného města a připomene mu nejednu bolestnou vzpomínku z dětství. Inspiraci si bral Březina ale i ze skutečných případů. „V Česku zmizí ročně asi dvě stě dětí, někdy nejde o nic vážného, jindy to bohužel končí tragicky. To je skutečnost, ze které jsem vycházel,“ naznačil Březina.

INZERCE

## Výroba řemeslného cideru značky „Cider talk“ z jižních Čech

### PŘÍRODNÍ CIDER S PŘIROZENÝMI ZBYTKOVÝMI CUKRY A NEPASTEROVANÝ? ZA POMOCI TRADIČNÍ FRANCOUZSKÉ METODY VZNIKÁ ZÁZRAK JMÉNEM CIDER TALK.

„Co na tom může být tak složité? Vylisuješ jablka a necháš je zkvasit. To dělali naši předci po staletí, tak proč se dnes kolem toho dělá takový humbuk?“ Ano, i takové otázky jsme si kladli před osmi lety, kdy jsme zakládali naši firmu Cider Sekt s.r.o. v jihočeských Chelčicích. Po několika státech ve Španělsku a Francii, kde jsme získali první zkušenosti při výrobě cideru, jsme pochopili to zásadní – udržet poctivost a čistotu ve všech krocích výroby. Za cíl jsme si stanovili nepřidávat do nápoje absolutně nic a nepasterovat. Zároveň zaručit alespoň roční trvanlivost v láhvi s tím, že zachováme v nápoji přirozené zbytkové cukry. Takový cíl přinesl řadu výzev a nutnost využití inovativních technologických řešení.

Samozřejmě nejdůležitějším faktorem jsou pro nás kvalitní suroviny na samém počátku výroby. Na pěti hektarech jsme vysadili více než osmdesát odrůd jablek vyšlechtěných přímo pro potřeby výroby cideru.

Po sklizni jablka lisujeme a začínáme řízené kvašení podle přesného technologického postupu. Za pomoci tlakových nádob, řízeného chlazení a šetrného přetáčení cideru bez použití čerpadel proces kvašení zpomalujeme. Poté cider stáčíme do ležáčkových tanků, kde pod atmosférou CO<sub>2</sub> zraje minimálně půl roku. Ve všech fázích procesu provádíme laboratorní měření. Poslední částí výroby cideru je izobarické lahvoání, při kterém používáme již zmíněnou filtraci speciálními membránovými svíčkami. Ty jsou velmi šetrné, jejich použití neovlivňuje chuť. Výsledný cider, pokud se uchovává v chladu, zůstává stabilní a přitom „živý“, ať už v polosuché nebo v polosladké formě.

Pěstování jablek a výroba cideru nás zcela nadchly. Významnou oporou a podporou jsou nám naši rodiče, jak po odborné stránce pěstování jablek, tak jejich ak-



tivní pomocí v našem provozu. Snoubením ekologicky šetrných postupů při pěstování jablek, v kombinaci s vyspělými technologiemi a poctivou prací, lze ve výrobě cideru dosáhnout výjimečných výsledků. Každoroční mezinárodní i tuzemská ocenění našich ciderů jsou toho dokladem.

Pokud jsme Vás naším článkem navnadili tak, že jste dostali chuť na naše Cider talky, neváhejte a obraťte se na nás. Na našem e-shopu si můžete objednat vše, co máme právě skladem, a to včetně dopravy zdarma až k Vám domů.

Přejeme Vám krásný a klidný adventní čas, budeme se těšit na případnou zpětnou vazbu nebo návštěvu u nás v chelčické cidriéri.

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



# Advent prožijí s lišákem Foxem

**Ve Skiareálu Lipno** letos poprvé připravili program na adventní neděle. A také zvou na filmový festival, který nabídne snímky o zimních sportech.

■ KAREL HRDINA

**LIPNO** | Koncerty a tvořivé dílny. To je náplň adventních nedělí pod sjezdovkami ve Skiareálu Lipno. Na náměstíčku před hotelem Element u hlavního parkoviště mohou lidé strávit klidné odpoledne a načerpat vánoční atmosféru. Program potrvá od 12 do 16 hodin a je pro všechny návštěvníky zdarma. Děti bude bavit maskot střediska lišák Fox.

Stříbrná adventní neděle připadá na 11. prosince, to se na pódiu předvede dámská folková kapela Lakomá Barka z Českého Krumlova. Pět žen – zpěv, housle, kytara, flétny a kontrabas. Publikum se dočká tradičních i méně známých koled a písní se zimní tematikou. „Tvůrčí dílničky nebudou chybět ani tentokrát a návštěvníci si z nich odnesou nejen zážitek, ale i vlastnoručně vyrobený vánoční dárek nebo dekoraci,“ zve na akci mluvčí skiareálu Olga Kneiflová.

O týden později bude poslední adventní neděle. Na toto sváteční odpoledne před hotelem Element se připravují Medvídata. Českokrumlovský dětský pěvecký sbor pod vedením Lukáše Holce zpívá po celé Evropě a sbírá za své umění ceny.

S dětmi a maskotem celého skiareálu lišákem Foxem se bude zdobit i vánoční stromeček. Přípravy na Vánoce se tak zavrhí. „Snažili jsme se program postavit tak, aby si vybral každý. Tvůrčí dílny ocení hlavně rodiče s dětmi, ale na adventní koncerty můžou dorazit i party přátel,“ doplnila Kneiflová. Další novinkou v nabídce akcí, které připravilo lyžařské středisko, je festival Snow Film Fest. Obsadí 30. prosince kongresové centrum Elementu. Nabídne přehlídku světových filmů o zimních sportech a fungování člověka v extrémních podmínkách. Promítat je budou od 13 do 15 hodin. Vstup je zdarma, rezervace není nutná.



Ve Skiareálu Lipno investovali před sezonou 30 milionů korun. Děti o vánočním programu pobaví také lišák Fox.

FOTO | MAFRA

Filmoví fanoušci se mohou těšit na snímek Pro vrchol až na konec světa, což je dokument horolezce Marka Holečka z expedice Antarktida 2018. Vypráví o cestě malou plachetnicí a jed-

nom prvovýstupu na do té doby nepojmenovaný kopec. Ten dostal název Monte Pižduch. Jiný film s názvem Ledový tanec na Godafossu zase líčí vodáky sjíždějící v zimě řeku na Islandu.

INZERCE

## SKVĚLÝ DÁREK Z TŘEBOŇSKÝCH LÁZNÍ

Online prodej v novém e-shopu  
Vstupy do třeboňského saunového světa  
Dárkové poukazy v hodnotách

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



SLATINNÉ  
LÁZNĚ  
TŘEBOŇ



# Požehnaný ležák mají v lahvích

Budějovický Budvar před Vánoce už po šesté navařil speciální várku piva. Jedno balení putuje do Vatikánu jako dar papeži Františkovi.

■ PETR LUNDÁK

**ČESKÉ BUDĚJOVICE** | Ani letos v adventním čase nezůstal českobudějovický pivovar Budvar pozadu a připravil speciální várku svého prémiového piva. Před Vánoci si tak mohou lidé koupit Požehnaný ležák. Ten je k zakoupení od prvního adventního víkendu.

V září mu přímo v pivovarské varně požehnal českobudějovický biskup Vlastimil Kročil. Dokonce jedno z balení pošlou z Českých Budějovic přímo do Vatikánu jako dar Svatému otci papeži Františkovi. Požehnaný ležák také pomáhá, kompletní výtěžek z jeho prodeje podpoří Diecézní charitu v Českých Budějovicích.



V září přímo v pivovarské varně požehnal ležáku českobudějovický biskup Vlastimil Kročil.

FOTO | PETR LUNDÁK, MAFRA

„Tento rok bude Požehnaný ležák k dostání výhradně v lahvích. Chceme tak podpořit myšlenku, že naše pivo patří na vánoční stůl,“ vysvětluje novou

prodejní strategii ředitel národního pivovaru Petr Dvořák.

„Dobré skutky k Vánocům neodmyslitelně patří. Jsem rád, že se nám tradici

Požehnaného ležáku v pivovaru daří udržovat, a jsem moc vděčný všem, kteří se do tohoto hezkého projektu letos zapojili,“ doplňuje Dvořák. Záměry si proto už nevychutnají čepovaný ležák ve stánku u katedrály sv. Mikuláše jako v minulých letech, ale seženou ho nově v Masných krámech či ve stánku v Glóbusu.

Dobročinný projekt Budvaru a Diecézní charity má letos už šestý ročník. V minulém roce se prodejem Požehnaného ležáku vybralo 262 tisíc korun. A v papíru ručně balené lahve pomohou i letos, a to dobrovolnickému centru charity.

„Máme přes sto stálých dobrovolníků a jejich práce je v charitní síti nepostradatelná. Věnují se dětem ze sociálně slabých rodin, tráví čas se seniory nebo nemocnými lidmi. A to vše ve svém volnu a bez nároku na honorář. Jsem rád, že je můžeme podpořit ve vzdělávání, materiálně zajistit jejich činnost či zafinancovat provoz a vybavení kluboven. Jejich práce si nesmíme ceníme,“ přibližuje ředitel českobudějovické Diecézní charity Jiří Kohout, který je za spolupráci s Budvarem velmi vděčný.

INZERCE



## ADVENTNÍ PODVEČERY

12. - 17. 12. 2022

17.00 - 20.00

Velké náměstí

PŘEDVÁNOČNÍ POHODA S HUDBOU A PUNČEM

více na [www.prachaticce.eu](http://www.prachaticce.eu)

Prachaticce

PF 2023

Přejeme všem našim zaměstnancům a obchodním partnerům krásné a pohodové Vánoce a vše nejlepší do nového roku 2023

beton  
těšovice

beton  
těšovice

**BETON – Těšovice, spol. s r.o.**

383 01 Těšovice – Běleč 59, tel.: 388 302 811, [tesovice@beton-t.cz](mailto:tesovice@beton-t.cz)

[www.beton-tesovice.cz](http://www.beton-tesovice.cz)

Již od roku 1992 vyrábíme a dodáváme betonové zahradní výrobky nejen pro městskou výstavbu, ale i pro soukromé stavby a zahrady dle technologie německé firmy STANGL AG. Toto šťastné spojení se stalo zárukou nejen opravdu širokého a dostatečného vyzrálého programu, ale i v Evropě konkurenceschopné kvality. Z betonu dokážeme vyrobit pro dům a zahradu jakýkoli výrobek na míru podle přání zákazníka či architekta.



# Jídelna zámku Červená Lhota



Na zámku v Červené Lhotě zrekonstruovali podle dobových metod i s pomocí tehdejších materiálů štukový strop v jídelně.

FOTO | PETR LUNDAK, MAFRA



Hradní muzeum a věž v Českém Krumlově bude možné navštívit až do 22. prosince.

FOTO | PETR LUNDAK, MAFRA

Až do 22. prosince je možné navštívit i hradní muzeum a věž v Českém Krumlově, stejně jako zimní prohlídkovou trasu na zámku Hluboká.

■ MARIE KUČEROVÁ

**JIŽNÍ ČECHY** | Pohádkově se zasnít na Červené Lhotě, nebo vyrazit na Nové Hrady, či snad předvánoční Hlubokou? Hlavní turistická sezona na jihočeských hradech a zámcích skončila, památkáři

ale připravili program i na advent. Na Hluboké třeba rozpálí historickou troubu. Po pěti letech se mohou návštěvníci podívat i do jídelny zámku Červená Lhota.

„Na prosincové víkendy jsou připravené například prohlídky slavnostně vyzdobeného bytu správce panství v No-

vých Hradech na Českobudějovicku, které připomenou, jak trávili Vánoce naši předci na hradě, v zámku i chalupě,“ přibližuje mluvčí jihočeských památkářů Markéta Slabová.

Třeboňský zámek nabídl už v listopadu prohlídky rožmberských reprezentačních interiérů i schwarzenberských apartmánů. Personál ale připravil i vánoční okruhy. „Prohlídky v soukromých apartmá vás zavedou do roku 1922, kdy se okna zámku o Vánocích rozsvítila naposledy,“ doplňuje Slabová.

Až do 22. prosince bude možné navštívit i hradní muzeum a věž v Českém Krumlově, stejně jako zimní prohlídkovou trasu na zámku Hluboká. Ty pak budou od 17. do 18. prosince nazdobené.

„Prohlídky zakončí návštěva zámecké kuchyně s ochutnávkou dobroty připravené přímo v zámecké historické troubě. Na nádvoří zámku bude vánoční stromek s betlémem v životní velikosti, kam letos přibyla další figura,“ přibližuje plány kastelán zámku Hluboká Martin Slaba.

INZERCE



Vážení zaměstnanci a příznivci společnosti Interplex,

dovolte mi, abych Vám jménem vedení společnosti popřála klidné a pohodové Vánoční svátky, prožité v dobré náladě a s těmi nejbližšími.

V novém roce Vám přeji zejména pevné zdraví, hodně štěstí a mnoho důvodů k smíchu! Rok 2023 bude sice náročný, věřím ale, že bude plný příjemných zážitků a lepších zpráv! Zároveň mi, milí zaměstnanci, dovolte poděkovat Vám za Vaší usilovnou práci, trpělivost a obětavost, s jakou nám pomáháte být úspěšnou firmou. Děkuje.

Kateřina Kudlíková  
Personální manažerka

# je po pěti letech opět otevřená



Zimní prohlídkovou trasu nabízejí i na zámku Hluboká. Na nádvoří bude vánoční stromek s betlémem v životní velikosti.

FOTO | PETR LUNDÁK, MAFRA

INZERCE

Po pěti letech se budou moci návštěvníci podívat i do jídelny zámku Červená Lhota. „V uplynulých 19 letech řemeslníci za provozu rekonstruovali zámecké interiéry. Práce byly kvůli sezonnímu návštěvnickému provozu odkázané vždy na zimu. Posledních pět zim jsme věnovali restaurování zámecké jídelny. Práce jsou hotové, a proto může být zámek letos poprvé po dlouhých rocích opět zpřístupněný i v čase adventu,“ raduje se kastelán zámku Tomáš Horyna.

kem překvapí starobylý betlém z Lodhérova a kuriozitou bude betlém sestavený z figurek Playmobilu.

Výstava zavede návštěvníky do prostor, které se běžně neukazují. Přitom jsou to jedny z nejstarších místností, jimž byl v mladší šlechtické době vyhrazený účel provozního zázemí. „Právě hospodářský a kuchyňský personál měl s přípravou vánočního slavení nejvíce práce. Vždyť jen řada pokrmů byla sama o sobě mistrovským dílem. I tuto

„ Rada pokrmů byla mistrovským dílem. I to chceme návštěvníkům předvést.

Prohlídky návštěvníky zavedou do období 20. a 30. let 20. století. Poznájí způsob, jakým šlechtická rodina trávila svátky, dozvědí se o původu stále živých vánočních tradic a budou se moci zaposlouchat do vzpomínek šlechtických dětí. Na to naváže výstava betlémů.

Nebude na ní chybět ani jeden z nedalekého slavného betlémařského regionu Třeště. S odkazem na rodiště poslední zámecké paní bude zastoupený i další významný region Příbram. Svým měřit-

stránku šlechtických Vánoc chceme návštěvníkům předvést,“ naznačuje Horyna. Nazdobený zámek je možné projít každý prosincový víkend od 11 do 16 hodin. Speciální okruh bude připravený od 19 hodin. Po celou dobu prohlídek bude přístupná i zámecká kaple.

Své dovednosti předvedou také umělci řezbáři, kováři a hrnčíři. V Dačicích vsadili na tradici a uspořádají 11. prosince od 10 do 16 hodin na nádvoří zámku již 15. ročník jarmarku.

## DOBRÝ SKUTEK NA VÁNOČNÍ STŮL

Připijte si Požehnaným ležákem  
a pomozte dobré věci.

K dostání je v Masných krámech a v Globusu  
v Českých Budějovicích.

BUDĚJOVICKÝ  
**Budvar**  
NÁRODNÍ  
PIVOVAR



# PF 2023



Mnoho pestrých zážitku, inspirujících setkání a pracovních i osobních úspěchů Vám v novém roce 2023 přeje Jihočeský kraj.



**Jihočeský kraj**

## Francouzský filozof Jean Paul Sartre: Lidé už objevili vše...

POMŮCKA: LOMO	ZNAČKA RUSKÝCH FOTO-APARÁTŮ	VLASTNÍ PRVNÍ ŽENĚ	UČIT SE ZPAMĚTI	ODDĚLENÍ NEMOCNICE ZKR.	SEVERO-ATLANTICKÝ VOJENSKÝ PAKT ZKR.	ŠPATNÉ POČASÍ	5 PLUS 2	JINAM NÁŘEČ.	KORÝS	CHEM. ZN. LITHIA	5 PLUS 2	STŘEDO-AFRICKÝ STÁT	TĚLO-CVIČNÁ POLOHA	OSLOVENÍ MUŽE
CELODENNÍ AUTO-MOBILOVÝ ZÁVOD							UŠNÍ, NOSNÍ, KRČNÍ MEDIC. ZKR.				NEMOCNICE S POLIKLINIKOU ZKR. VELKÉ DÍLO			
KOMBINÉZA							BEZELSTNOST ČESKÝ PUBLICISTA							
1. DÍL TAJENKY										??? ERWIN KISCH VÝBAVA PSA				
UMĚLKYNĚ YOKO ???				O NĚČEM SUBTROPICKÉ PLODY					MASTNÉ TEKUTINY DRUH PEPŘE					
5 PLUS 2	DRUH TRÁVY	MPZ RUMUNSKA MĚKKÁ TÓNINA			ZNAČKA AMPĚRHODINY SOUHLAS			ALE NĚMECKY CIZÍ ŽENSKÉ JMÉNO					ALKOHO-LICKÉ NÁPOJE	PŘESTO
PRYSKYŘICE						RYBÁŘSKÁ SÍŤ AVŠAK						ŘÍMSKÝCH 6 SKLIZEŇ		
OPAK VÝŠINY							2. DÍL TAJENKY INICIÁLY EINSTEINA							
RÉBUS									ŽENSKÉ JMÉNO 16. 3.					
ZPĚVNÍ HLASY					INICIÁLY KOSMONAUTA ALDRINA				ALKOHO-LICKÝ NÁPOJ					

Tajenka: ... mimo to, jak mají žít.

INZERCE



## SPOLEČNĚ NA JEDNÉ LODI ANEB KARIÉRA U DENIOSU



# DENIOS.

Úspěšná strojírenská firma zaměřená na ochranu životního prostředí a bezpečnost práce se sídlem ve Strakonících **hledá vhodné uchazeče do svého moderního výrobního závodu Na Jelence:**

### PRACOVNÍK OBCHODNÍHO ODDĚLENÍ

- POŽADAVKY:**
- SŠ/VŠ vzdělání
  - praktické zkušenosti s přímým prodejem
  - vysoká vlastní aktivita a motivace
  - komunikativnost, týmová práce
  - dobrá znalost německého nebo anglického jazyka (znalost obou velká výhoda)
  - řidičský průkaz sk. B
  - bydliště Strakonice a okolí

- NABÍZÍME:**
- hlavní pracovní poměr
  - týden dovolené navíc
  - příspěvek na stravování
  - penzijní připojištění

**Životopisy zasílejte na  
e-mail [info@denios.cz](mailto:info@denios.cz)**

blíže informace na telefonu 383 313 222.  
DENIOS s.r.o., Na Jelence 1330

### SPECIALISTA ONLINE MARKETINGU

- POŽADAVKY:**
- minimálně středoškolské vzdělání obchodního směru
  - praxe v online marketingu výhodou
  - dobrá znalost anglického jazyka, znalost německého jazyka výhodou (komunikace s mezinárodními týmy)
  - zkušenost se správou PPC kampaní a CMS správy výhodou
  - povědomí o HTML jazyce, copywritingu a SEO
  - aktivní přístup, smysl pro zodpovědnost, týmová práce
  - zkušenosti s online nástroji jako FactFinder, Econda, CMS Storyblok, JIRA, Google Analytics atd. výhodou.

- NABÍZÍME:**
- hlavní pracovní poměr
  - týden dovolené navíc
  - příspěvek na stravování
  - penzijní připojištění
  - možnost profesních školení

# ENGEL

přeje

příjemné

Vánoce



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