

# JOSÉ CARRERAS. HVĚZDNÝ TENOR ZPÁTKY V PRAZE

V O2 ARENĚ VYSTOUPÍ JEDEN Z NEJSLAVNĚJŠÍCH OPERNÍCH PĚVCŮ STRANA 6

# metro



Úterý, 2. dubna 2019

Č. 65, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

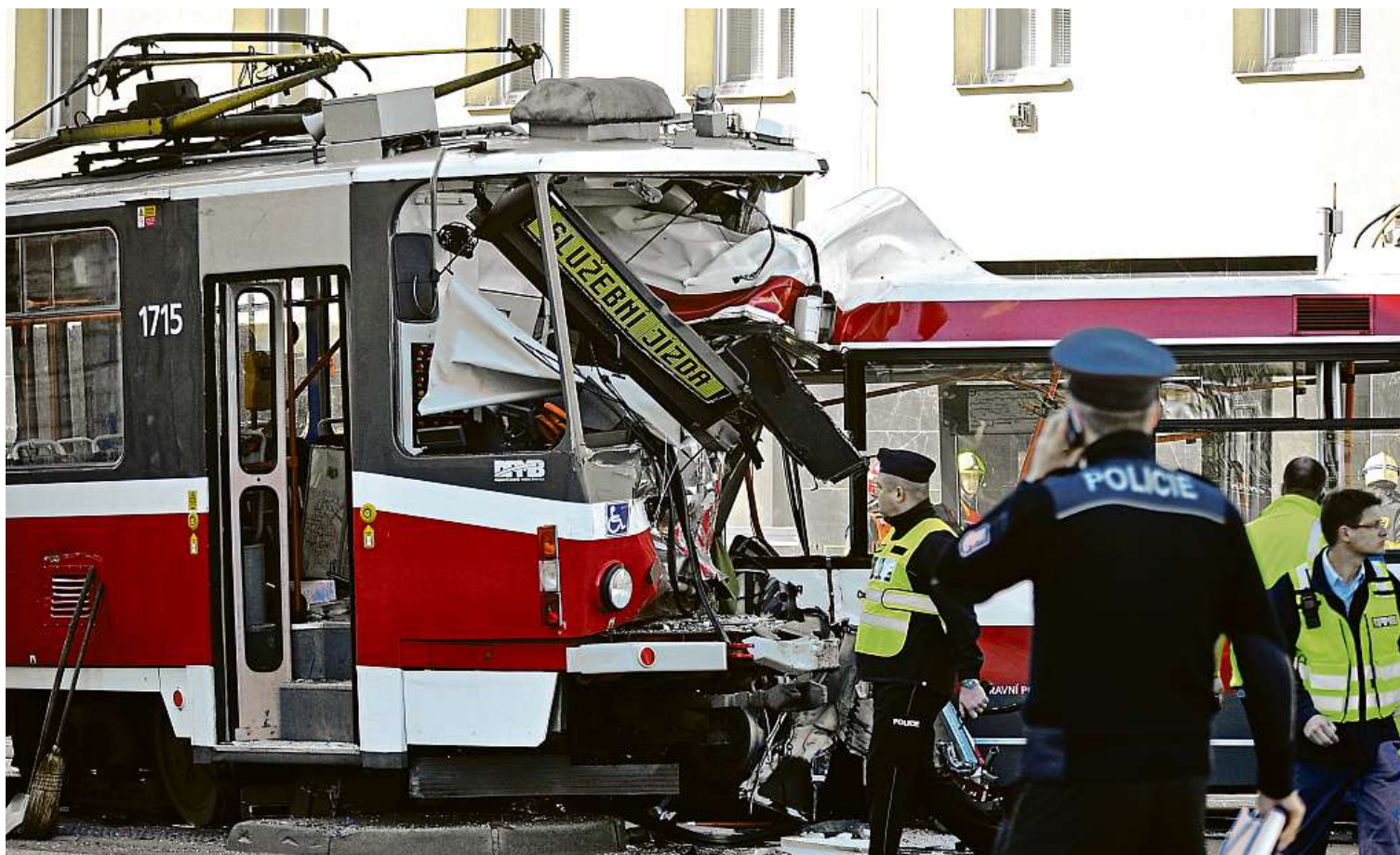
Svátek slaví: Erika

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



# Stejná čokoláda bude všude chutnat stejně

**Dvoji kvalita.** Česká eurokomisařka Věra Jourová dotáhla snažení o jednotnosti potravin do úspěšného konce. **Evropské nařízení.** Pod stejnou značkou stejná jakost. **Pravidla.** Platit by měla od roku 2021 STRANA 3



## Desítky zraněných. V centru Brna se srazila tramvaj s trolejbusem

V tramvaji, která před druhou hodinou odpolední projížděla Kříenovou ulicí, byl pouze řidič, ale trolejbus, s nímž se střetla, byl plný lidí. Podle zpráv ze včerejšího odpoledne se při nehodě zranilo 38 lidí, z toho 12 těžce. Mezi zraněnými byly i dvě děti. „Nějaké pacienty jsme ošetřili na místě, všichni ostatní už jsou rozvezeni do nemocnic. Počet zraněných nemusí být konečný, může se někdo přihlásit ještě zpětně,“ upozornila mluvčí zdravotnické záchranné služby Michaela Bothová.

ČTK

9 771211 781002 19065



## Krátce

**Ťok: Zůstávám, zřejmě apríl**

Za aprílový žert označil ministr Dan Ťok spekulace tisku o svém odchodu z čela resortu dopravy. Novinářům včera odpovědne při příchodu na jednání vlády ve Strakově akademii tvrdil, že s premiérem Andrejem Babišem o ničem takovém nejednal.

**Beka střídá neurolog**

Rektorem Masarykovy univerzity bude padesátiletý neurolog a děkan lékařské fakulty Martin Baroš. Ve volbě porazil geologa Jaromíra Leichmana z přírodovědecké fakulty. Funkční období nového rektora začne 1. září a potrvá do konce srpna 2023. Musí jej ještě jmenovat prezident. Dosavadní rektor Mikuláš Bek už po dvou funkčních obdobích kandidovat nemohl. **ČTK**

**Dostal perník od Kočků**

„Krásné slunné dopoledne na matějské pouti jsme si hezky užili, pan prezident s doprovodem zavítal na tradiční atrakci,“ popsal prezidentův mluvčí Jiří Ovčáček včerejší společnou návštěvu pražského Výstaviště. Miloš Zeman si prohlédl strašidelný zámek a od provozovatelů pouti dostal velké perníkové srdce. **ČTK**

# Penze se zvednou o devět set

**Důchodci si od příštího roku polepší. Státní kasu to vyjde na 33 miliard.**


Vláda hnutí ANO a ČSSD se rozhodla zákonem danou valorizaci důchodů, která se bude pro rok 2020 pohybovat kolem 700 korun měsíčně, doplatit do slibovaných průměrně 900 korun měsíčně zvláštním příspěvkem. „Základ, ze kterého se penze vypočítávají, kabinet navyšovat nebude, zásluhovost tak zůstane na stejné úrovni, řekla po jednání vlády ministryně práce a sociálních věcí Jana Maláčová. Podle nynějších

hospodářských výsledků státu by zákonem stanovené navýšení mělo dosáhnout 720 korun, s přesným výpočtem doplatku kabinet počká na další makroekonomická data.

Na konci loňska pobíralo nějaký důchod 2,9 milionu lidí, z nich víc než 2,4 milionu mělo starobní penzi. Pokud vláda každému důchodci přidá na mimořádném příspěvku 200 korun měsíčně – tedy za celý rok 2400 korun –, bude to stát příští rok sedm miliard.

Celkově vyjde navýšení na 33 miliard korun. „Přesná čísla budou známa na konci léta,“ doplnila ministryně. Dodala, že výše průměrného důchodu díky tomu dosáhne 14 200 korun. **ČTK**

INZERCE



## JEDNODUŠE SE ZAPOJ!

**PŘÍJEM ŽÁDOSTÍ OD 18. 3. DO 18. 4. 2019**



**INOVOUJTE za každou cenu! Za dotovanou ještě víc!**  
Čerpejte jednorázově až 2 000 000 Kč na inovace.

**www.prazskyyoucher.cz**

Výzkumného partnera naleznete na **www.trhinovaci.cz**



Zahraníční veletrhy a výstavy



Pobyt v zahraničních inkubátorech



Koučing a mentoring




Kreativní služby



Inovační projekty



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
OP Praha – pól růstu ČR



## Mladí. Opět se chystají do ulic kvůli klimatu

Studenti budou 3. a 24. května opět stávkovat v českých ulicích za lepší ochranu klimatu a snižování emisí. Politici podle nich dostatečně nejednají. Druhá ze stávek bude mezinárodní. Na včerejší tiskové konferenci to uvedli zástupci iniciativy Fridays For Future. Do května se ještě uskuteční k tomuto tématu lokální akce, například přednášky, workshopy či otevřená se-

ktání. Před zhruba dvěma týdny se tisíce studentů ve více než patnácti městech v Česku zapojily do celosvětové stávky za důslednější ochranu klimatu a snižování emisí.

Za největší problémy v Česku studenti považují například prolomení limitů těžby, emisní výjimky pro uhelné elektrárny nebo neudržitelné nakládání se zemědělskou půdou. **ČTK**



## Na druhý břeh převez Šemík

Oprava mostu přes Labe ve Štětí na Litoměřicku komplikuje místním cestování na nádraží v Hněvčicích. Až do června příštího roku je bude vozit přívoz jménem Šemík. Řidiči ale mají smůlu, nejbližší přemostění řeky je až v Roudnici nad Labem a v Mělníku. **ČTK**



# Západní „šunty“ pro východní Evropany skončí za dva roky

**Vypadají stejně, ale chutnají jinak.** Na dvojitou kvalitu potravin v EU už vyrobili „kladivo“.

Dvouletá bitva o to, aby globální firmy přestaly vyrábět pro střední a východní Evropu celosvětově známé potraviny v nižší kvalitě, než je běžná v tradičních západoevropských státech, se chýlí ke konci. Česká komisařka Věra Jourová dotáhla své snažení do finále.

„Do evropské legislativy se poprvé dostane nařízení, že výrobek pod stejnou značkou má mít všude stejnou kvalitu a složení,“ připomíná Jourová. Minulý týden se o hlavních zásadách dodržování pravidel dohodli jednotlivé státy, teď už čeká „jen“ zápas

o prosazení legislativních změn ze strany poslanců Evropského parlamentu. Jourová doufá, že sjednocení kvality nejen potravin, ale třeba i drogistického zboží schválí ještě starý parlament před nadcházejícími eurovolbami.

V potravinách určených pro trh ve střední a východní Evropě například nahrazují globální výrobci cukr umělými sladidly, dávají do masných výrobků znatelně méně masa nebo jen náhražkové separáty. I když je jejich výroba s náhražkami levnější, bývají u nás často dražší, než třeba v sousedním Německu nebo Rakousku. Takový přístup vedl podle zastánců rovných pravidel k frustraci spotřebitelů v postižených státech.

Vedle stanovení podmínek pro výrobce zahrnou nová pravidla metodiku testování, aby měly členské státy konkrétní nástroj, jak odhalovat „specifické“ produkty. Velcí

producenti se dosud hájili tím, že jen respektují nejrůznější chuťové zvláštnosti spotřebitelů v daných zemích. Producent, který se dosud takto obhajuje, bude muset napříště prokázat důvěryhodnou studii a průzkumem, že si „horší“ složení výrobku lidé z té které země opravdu přejí. Výjimku by tvořily třeba jen akce, například na boj s obezitou a snížení obsahu cukru v nápojích. Muselo by se ale jednat o kampaň, kterou by organizoval stát.

V posledních dvou letech nechala česká eurokomisařka otestovat stovky potravinářských výrobků. „Ukázalo se, že to není okrajový problém, dvojitá kvalita se týká asi třetiny,“ řekla Jourová deníku Metro. I díky tomu se podařilo vypracovat konkrétní postupy na prověřování potravinářských výrobků. Snažení na čas zbrzdilo rakouské předsednictví EU. „Považuji



Citát

**Lidé mi v MHD nadávali, abychom u nás neprodávali šunty, potraviny horší kvality. Bylo to výbušné téma.**

VĚRA JOUROVÁ, EUROKOMISAŘKA

za velkou chybu, že Rakousko podlelo tlaku nadnárodních potravinářských firem místo toho, aby dělalo vše pro ochranu spotřebitelů,“ komentoval letos v únoru skluz prezident Svazu obchodu a cestovního ruchu ČR To-

**Kvalitní je levnější**

## 50,2

Tolik procent masa zjistilo už v roce 2017 české ministerstvo zemědělství při testech rybích prstů. Ve stejném výrobku pro německý trh to bylo téměř 64 procent. Navíc byly levnější. Tulip Luncheon Meat z Německa obsahoval vepřové maso, v českém našli kontrolori drůbeží separát. Méně účinných látek měly podle tehdejšího zjištění také některé značkové prací prášky určené pro český trh.

máš Prouza. Na jednání tento bod zařadilo opět Rumunsko, které teď Unii předsedá. Pokud Evropský parlament směrnici o zákazu dvojitě kvalitě potravin schválí, budou pravidla platit od roku 2021. PAVEL HRABICA

INZERCE

kb.cz 800 521 521

#mujnovystroj  
#jdemenato 😊😊😊

**SLUČTE SI ÚVĚRY DO JEDNOHO A PODNIKEJTE NAPLNO**

**KONSOLIDACE PRO PODNIKATELE**

- Efektivní správa firemních financí na jednom místě
- Kvalitní poradenství na míru

**BUDOUCNOST JSTE VY**



# @mojemetro

 [mojemetro](#)
 [denikmetro](#)
[www.metro.cz](#)


**@jessica.duff24** všem přeje krásný den. Na svém uměleckém díle si dala záležet, tak koukněte na její blog o vaření a cestování.



**Jana Květoňová** je na Instagramu nová. Její profil @adjakvet se zatím rozjíždí. Přejeme, ať se jí na obrázkové sociální síti líbí.



„Radujte se ze sluníčka s naší kočkou!“ píše @chalupaladislav. Také on je na Instagramu nový. Čtenáře #metrotag bavi!



**@andreafantova.cz** předělává, vylepšuje i navrhuje nové oděvy. Našich 460 tisíc čtenářů se o ní dozví díky vzkazu v rubrice #metrotag.



**@andree.aha** má pro naše čtenáře jednoduchý vzkaz: Užijte si den! Rubrika MojeMetro ji pobavila i potěšila.



„Protože jsem zatím skončil jen u Facebooku, zasílám Metrotag naskenovaný,“ píše čtenář Pavel Kyselák. Oceňujeme snahu.



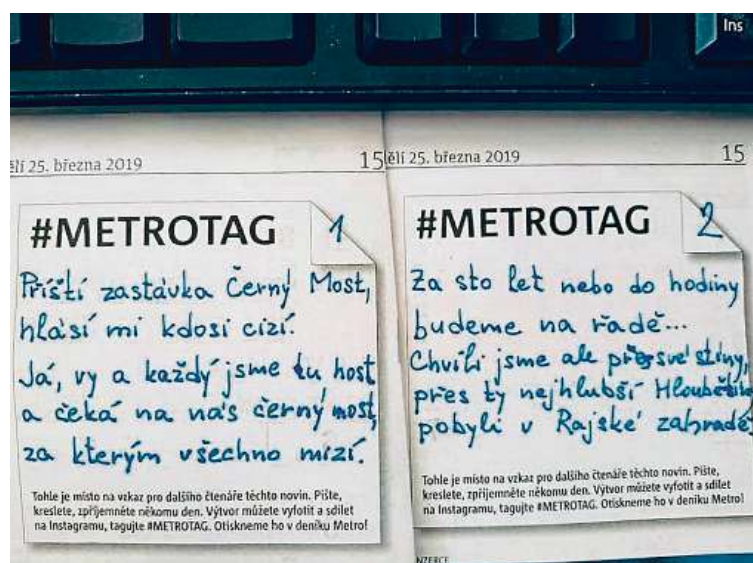
Také **@marcela.blazkova** posílá vzkaz. Posloužila jí k tomu rubrika MojeMetro, která propojuje papírové noviny a Instagram.



**@amatidentalclinic** přeje hezký víkend. To jednomu rozzáří úsměv! Inspirujte se a dejte o sobě vědět. Stačí sdílet vzkaz přes #metrotag.

## #METROTAG

Tohle je místo na vzkaz pro dalšího čtenáře těchto novin. Pište, kreslete, zpijemněte někomu den. Výtvar můžete vyfotit a sdílet na Instagramu, tagujte #METROTAG. Otiskneme ho v deníku Metro!



**@kukalpetr** využil naši rubriku #metrotag už po několikáté. Jeho básničky o metru se nám moc líbí. Co na ně říkáte vy? Tentokrát náš poetický čtenář sepsal o něco delší báseň. Musel si tak opatřit dva deníky Metro a v nich dva rámečky. Jen tak dál Petře! Dřímá ve vás také poeta? Prostor máte hned tady vlevo.



# Postoupili herec a Porošenko

**Ukrajinci ve druhém kole voleb rozhodnou mezi Zelenským a nyníjším prezidentem.**

Ústřední volební komise na Ukrajině oznámila, že v nedělních prezidentských volbách žádný z kandidátů nedokázal získat nadpoloviční většinu hlasů, a tak se 21. dubna uskuteční rozhodující druhé kolo. Do něj by měli postoupit herec a politický nováček Volodymyr Zelenskij a současná hlava státu Petro Porošenko. Při sečtení čtyř pětina volebních okrsků přesvědčivě vede Zelenskij se 30,4 procenta hlasů, následovaný Porošenkem se 16 procenty.

Expremiérka Julija Tymošenková získala 13,2 procenta hlasů. S prezidentskou kan-



Volodymyr Zelenskij AP

didaturou tedy ani napotřetí neuspěla. Komentátoři ale upozorňují, že Tymošenková a její strana Vlast by o sobě mohly dát výrazněji vědět v podzimmních parlamentních volbách.

Silná podpora jednačtyřicetiletému Zelenskému odráží touhu veřejnosti po novém vůdci, který by nebyl spjat se zkorumpovanými elitami a mohl nabídnout nový přístup k pětiletému konfliktu s proruskými separatisty v Donbasu na východě země.

Zelenskij po vzoru postavy, kterou hraje v populárním sitkomu Sluha národa, učinil z boje proti korupci hlavní téma své kandidatury. Navrhuje trestat lidi usvědčené z korupce doživotním zákazem zastávat veřejné funkce. Vybízí také k přímým jednáním s Ruskem.

Třiapadesátiletý Porošenko, který před zvolením prezidentem získal velké jmění podnikáním v cukrovinkách, se musí vyrovnat s poklesem podpory svého vládnutí vinou zhoršující se ekonomické situace a prudkého poklesu životní úrovně. V kampani sázel na sliby porážky povstalců v Donbasu a opětovného získání Krymu, který Rusko anektovalo na jaře 2014 po svržení proruského prezidenta Viktora Janukovyče v Kyjevě a jeho útěku ze země. Západ v odvětví za anexi a konflikt v Donbasu uvalil na Rusko sankce. **čtk**



## Adepta Grammy zastřelili

Americký rapper Nipsey Hussle (nahore) nominovaný na cenu Grammy byl zastřelen před svým obchodem s oblečením v losangeleské čtvrti Hyde Park (dole). Další dva lidé byli zraněni. Střelec uprchl. Raper, vlastním jménem Ermias Davidson Asghedom, byl s deskou Victory Lap nominován na letošní cenu Grammy pro nejlepší rapové album. Ocenění ale získala rapperka Cardi B. 2x AP



INZERCE

## Kde jinde byste našli práci, která vám bude dávat smysl každý den

**Bez energetiky si budoucnost neumíme představit. Vyplatí se jí věnovat na všech úrovních vzdělání.**

Ať už se vyučíte silnoproudařem, strojařem nebo vystudujete technickou univerzitu, můžete si být jisti, že jste udělali dobře. Budoucnost naší civilizace je na energetice zcela závislá a každý, kdo se jí bude věnovat, má uplatnění jisté.

Podívejte se na kdejinde.cz, třeba právě vy najdete svou vysněnou práci u nás.

**..kde jinde.**

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



**JSME S VÁMI. SKUPINA ČEZ**



# Mazlíčci vstávají z hrobů

**Nápady na některé knižní adaptace by měly zůstat pohřbené. Je Řbitov zvířátek výjimkou?**

Doktor Creed (Jason Clarke) se s manželkou a dětmi přestěhoval na venkov, do velkého domu na okraji lesa. V něm se ukrývá hřbitov domácích mazlíčků, na kterém místní děti odnepaměti pohřbívají svá zvířata. Ta se zde většinou stávají obětí rušné silnice vedoucí skrz městečko.

Už druhá filmové adaptace kultovního románu Stephena Kinga, s řádně zkomoleným názvem Řbitov zvířátek, vstoupí do kin až příští čtvrtek. Fanoušci spisovatelského krále hororu si tak, v rámci správné kinopřípravy, do té doby stihnou pustit první filmovou adaptaci s roku 1989 či znovu přelousknout knížku.

Nalijme si čistého vína. Očekávat, že nechají filmaři mys-

teriózní příběh o ožívajících mrtvých mazlíčcích a jednom indiánském pohřebišti navždy u ledu, by bylo naivní i od toho nejortodoxnějšího Kingova fanouška. Právě první adaptace příběhu rodiny Creedových, pro které se stalo přestěhování začátkem konce, byla totiž před třiceti lety pro mnohé fandů zklamáním. Nejnovější zpracování knihy si jde však stejně jako to původní, vlastní cestou. A to i přesto, že částečně replikuje některé scény z původního filmu. Budou fanoušci knihy či znalci původního zpracování tentokrát spokojenější? Těžko říci. Tvůrci se ale rozhodně nebojí nastrožit na ně hned několik překvapení.

Pokud si projdete první ohlasy zahraničních filmových kritiků, zjistíte, že se většina z nich u snímku režiséřů Kevinna Kölsche a Dennise Widmyera skvěle bavila. Tvůrci totiž nepodcenili přípravu, vytěžili depresivní tón předlohy na maximum a připravili tak pro diváky řádně děsivou podívanou. Chválu sbírá i práce



Horor spatřil světlo světa poprvé v roce 1983.

CINEMART

s hlavními tématy Kingovy slavné knihy, která dle fanoušků v předchozím zpracování chyběla. Otázkou však je, zda tvůrci až příliš neuhnuli od zdrojového materiálu.

V neposlední řadě je třeba vyzdvihnout skvělé herecké výkony dětských postav. Mladinká de facto hlavní hrdinka Jeté Laurence i batolící se Hugo Lavoie zvládli své role na jedničku. Obzvláště výkon malého Huga mě donutil k zamyšlení, kdy jsem naposledy viděl

na plátně takhle malého herce přirozeně hrát. A to se říkává, že se s dětmi a zvířaty točí nejhůř.

Řbitov zvířátek (název vychází z dětského nápisu s chybami a českého překladu původní Kingovy knihy) je moderním zpracováním klasického kultovního příběhu. Znáť by ho měl každý fanoušek hororového žánru, už jen proto, že byl sám King po napsání knihy údajně tak zhnusen jejím příběhem, že ji nikdy ne-

## Řbitov zvířátek



Kultovní hororový snímek nově vychází také jako šestnáctihodinová audiokniha.

- Mysteriózní hudbu pro film Řbitov zvířátek složil Christopher Young. Hororovou muziku zkomponoval i pro snímky Chraň nás od zlého nebo Sinister.

chtěl vydat. K tomu ho prý, podle legendy, donutila až finanční nouze. Pro tvůrce snímku to zatím vypadá, že něco podobného nejnovější Kingovu adaptaci nepostihne. To si ale štáb dva roky starého komiksového filmu Liga spravedlnosti, kde je Řbitov vzpomínán jednou z hlavních postav, mysleli také.



FILIP JAROŠEVSKÝ  
filip.jarosevsky@metro.cz

INZERCE

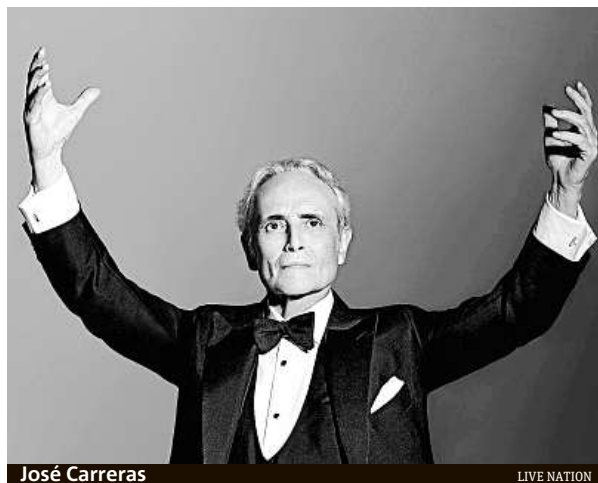
# NIKDO VÁM NEZAKAZUJE MÍT SVŮJ VLASTNÍ NÁZOR

## ParlamentníListy.cz

### José Carreras. Slavný tenorista opět v Česku

Jeden z nejslavnějších světových tenorů José Carreras, jehož proslavily pročitěné interpretace děl Giuseppe Verdiho a Giacoma Pucciniho, zapívá už tento pátek v pražské O2 areně. Jednasedmdesátiletý pěvec, známý také z působení v hvězdném triu Los Tres Tenores s Plácidem Domingem a Lucianem Pavarotim, vystoupí za doprovodu Českého národního symfonického orchestru pod taktovkou Davida Giméneze.

„Španělský operní pěvec Carreras za dobu své profesionální kariéry ztvárnil na předních operních scénách po celém světě přes šest desítek rolí a představil se po boku těch nejslavnějších operních pěvkyní. Rodák z Barcelony spolupracoval s těmi nejslavnějšími režiséry a dirigenty včetně Herberta von Karajana, který měl na jeho kariéru zásadní vliv,“ říká za pořádající agenturu Live Nation Petr Novák. MET



José Carreras

LIVE NATION

## Do hledíště

1900  
až  
4990  
korun

Vstupenky v tomto cenovém rozmezí jsou stále k dispozici na ticketportal.cz.



## Sudoku

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

## Počasí

DNES	ZÍTRA	ČTVRTEK	PÁTEK
Min. 14 Max. 18	Min. 14 Max. 18	Min. 14 Max. 18	Min. 12 Max. 16

## Stupeň zátěže pro dnešek: bio 1

**Mírná zátěž.** Stupeň zátěže umožňuje běžný denní režim bez omezení, pouze s přihlédnutím k aktuálnímu zdravotnímu stavu.

**Teplotní rekordy:** -7,0 °C/22,4 °C

**Roky výskytu:** 1785/1976

## Napište svou bublinu



FOTO: 2x AP

Napište bublinu a reagujte na sloupek na: [www.facebook.com/denikmetro](http://www.facebook.com/denikmetro)



Napadá vás vtipný popisek?

## Kvíz

- Nejstarší univerzita v anglicky mluvící části světa v britském Oxfordu stojí od:
  11. století
  12. století
  13. století
- Lancia Alfa nebo také Lancia 12 HP byl první vůz této italské automobilky představený roku:
  - 1908
  - 1928
  - 1948
- V Rakousku-Uhersku se od jeho vzniku v roce 1867 platilo měnou, která měla název:
  - zlatý
  - stříbrný
  - měděný
- Prvním archivářem hlavního města Prahy byl básník a sběratel lidových písní a pověstí:
  - A. Jirásek
  - K. H. Borovský
  - K. J. Erben
- Basketbalista Magic Johnson jako první známý sportovec přiznal HIV roku:
  - 1981
  - 1991
  - 2001

Znáte správné odpovědi dnešního kvízu? Řešení: 1-a, 2-a, 3-a, 4-c, 5-b

## ČT1

- 12:30 Sama doma
- 14:00 Všechno, co mám ráda
- 14:30 Už vám není dvacet, paní Bláhová
- 15:05 Doktor Martin
- 15:55 To je vražda, napsala XI
- 16:45 Cestománie
- 17:15 AZ-kvíz
- 17:40 Černé ovce
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 Kde domov můj?
- 18:55 Události za okamžik a počasí
- 19:00 Události
- 19:50 Branky, body, vteřiny



## 20:00 Černí baroni

Komedie (ČR, 1992). Hrají: P. Landovský, O. Vetchý, J. Schmitzer, M. Donutil, B. Poloczek, A. Švehlík, J. Dvořák, V. Postránecký a další. Režie Z. Sirový

- 21:40 Columbo
- 22:54 Výsledky losování šťastných 10 a Euromilióny
- 22:55 Taggart
- 23:45 Už vám není dvacet, paní Bláhová
- Komedie (ČR, 1980)
- 00:25 AZ-kvíz
- 00:50 Banánové rybičky
- 01:20 Zajímavosti z regionů
- 01:50 Na stopě
- 02:15 Dobré ráno
- 04:45 Ferdinandovy zahrady II
- 05:15 Černé ovce
- 05:30 Události v regionech

## ČT2

- 12:45 Hádanky domů života II
- 13:15 Nedej se
- 14:10 Chcete je?
- 14:15 Příroda slovenských nížin
- 14:45 Vídeň: Říše, dynastie a sen
- 15:35 Kdyby stěny mohly mluvit!
- 16:35 Generál Patton
- 17:20 Svatý Bartoloměj, rajský ostrov
- 18:15 Jak se fotí Amsterdam
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Uchem jehly
- 19:20 Utajená řec peněz (4/13)
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



## 20:00 Křídla války

Vzdušné souboje z dob počátků vojenského letectví

- 20:50 Prahou s panem Tau a Arabelou
- Jak vznikaly legendární rodinné televizní seriály a kdo je muž, který stál u jejich zrodu?
- 21:50 Stůj, nebo se netrefím
- Komedie (ČR/SR, 1998)
- 23:20 Viktorie (3/8)
- Historický seriál (VB, 2016)
- 00:05 Viktorie (4/8)
- Historický seriál (VB, 2016)
- 00:50 Slepý Gulliver
- 02:35 Na moll
- 03:20 Nový Hrozenkov
- 03:45 Náš venkov
- 04:10 Diskodrom 2007

## NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:30 Krok za krokem V (11)
- 12:55 Ordinance v růžové zahradě 2 (424)
- 14:10 Mentalista IV (5)
- 15:05 Mentalista IV (6)
- 15:55 Kriminálka Miami VIII
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Co na to Češi
- 18:25 Ulice (3647)
- Seriál (ČR, 2019)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



## 20:20 Ordinance v růžové zahradě 2 (885)

Seriál (ČR, 2019). David Suchý hledá únoskyni Haníčky. Karel a Naďa řeknou Mázlovi, že spolu chodí. Hrají: Z. Adamovská, P. Rychlý, P. Štěpánek, M. Etlzer, R. Fiala a další

- 21:35 Víkend
- 22:40 Námořní vyšetřovací služba: New Orleans (19)
- Krimiseriál (USA, 2014)
- 23:35 Beze stopy (14)
- Krimiseriál (USA, 2002)
- 00:25 Mentalista IV (5)
- 01:15 Mentalista IV (6)
- 01:50 Kriminálka Miami VIII
- 02:35 Kriminálka Miami VIII
- 03:15 Střepiny
- 03:55 Ordinance v růžové zahradě 2 (423)

## PRIMA

- 12:10 Polední zprávy
- 12:25 Policie Hamburg III (12)
- Slib. Krimiseriál (N, 2008)
- 13:25 Doktor z hor: Nové příběhy IV (15)
- Na lásku a na smrt. Seriál (N, 2010)
- 14:25 Návrat komisaře Rexe IX (2, 3)
- 16:50 Odpolední zprávy
- 17:50 Policie v akci
- 17:50 Prostřeno!
- 18:55 Velké zprávy
- 19:40 Divošky
- 19:55 TOP STAR



## 20:15 Krejzovní (55)

Komedialní seriál (ČR, 2018). Anna najde Anetinu přihlášku na vysokou. K jejímu překvapení ale není na ekonomku, ale na herectví. Anna je zděšená a snaží se to spolu s Petrem Anetě rozmluvit... Hrají: O. Navrátil, V. Hybnerová, M. Plánková, F. Blažek, J. Štastný, M. Suchánek

- 21:35 Policajti z centra (12)
- Krimiseriál (ČR/SR, 2012)
- 22:55 TOP STAR magazin
- 23:35 Policie v akci
- 00:35 Návrat komisaře Rexe IX (2, 3)
- 02:50 Doktor z hor: Nové příběhy IV (15)
- 03:50 Prostřeno!

## PRIMA COOL

- 12:40 Simpsonovi XXIII (18, 19)
- 13:30 COOLfeed
- 13:40 Simpsonovi XXIII (20, 21)
- 14:35 Teorie velkého třesku VII (12)
- 15:05 Teorie velkého třesku VII (13)
- 15:35 Futurama (5)
- 15:55 COOLfeed
- 16:00 Špinavá práce II (12)
- 17:00 Top Gear XVIII
- 18:05 COOLfeed
- 18:15 Simpsonovi XXIII (22)
- 18:45 Simpsonovi XXIV (1-3)
- 20:05 Úplně debilní zprávy



## 20:15 To nejlepší z Top Gearu: Top 41 (1)

- 21:20 Teorie velkého třesku VII (14)
- Sitcom (USA, 2013)
- 21:50 Teorie velkého třesku VII (15)
- Sitcom (USA, 2013)
- 22:20 Partička
- 23:00 Cesty k úspěchu
- 23:05 COOLfeed
- 23:20 Špinavá práce II (12)
- 00:20 Partička
- 01:00 Vikingové (7)
- Dobrodružný seriál (Irs./Kan., 2013)
- 02:10 Zornův syn (10)
- Komedialní seriál (USA, 2016)
- 02:30 Vikingové (7)
- Dobrodružný seriál (Irs./Kan., 2013)

## ÓČKO

- 06:00 Ranní fresh
- Vstávání s muzikou
- 09:00 Zpátečka
- Co jsme hráli na Óčko tento den v roce 2017
- 10:00 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 12:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neutče
- 12:05 Óčko hity
- 14:00 Óčko news
- 14:05 Óčko trendy
- 14:30 Top 3 YouTube Chart
- 14:45 Óčko trendy



## 15:00 Óčko news

Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neutče

- 15:05 Mixxer Show
- Klipy na přání, soutěže a zajímaví hosté nejen z hudební scény
- 17:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neutče
- 17:05 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 19:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neutče
- 19:05 Moje desítka
- Top 10 klipů podle diváka Óčka
- 20:00 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 22:00 CZ & SK
- 23:00 Óčko flirt



## Sloupek

## MARTIN ŠVIHLA

UČITEL AIKIDA  
A LEKTOR OSOBNÍHO ROZVOJE



# CHYTRÁ SLOVA

Nedávno na večírku se mě jeden pán zeptal: „Jak se realizuješ?“ Věděl jsem hned, odkud vítr vane, nedal jsem však na sobě nic znát a s vážnou tváří jsem se zeptal, co tím myslí. „No víš, jakou máš vizi?“ To jsou ta chytrá a moderní slova, znáte je! Kde kdo je používá – zní to fakt hezky. Například vize. Muž musí mít svoji vizi, firma musí mít vizi, na nový rok je potřeba udělat takzvaný vižn-board.

## Cítát

**Žiju obyčejný život.  
Není to free,  
cool ani in.  
Ale je to doopravdy.**

naše firma bude příští rok růst o deset procent!!!“ Jistě cítíte, že „vize“ je sexy a „vidění“ je divné a zavání nechtěnou návštěvou psychiatrie. A mimochodem, ten desetiprocentní růst není vidění, je to pouhá ambice. Není to vidění budoucnosti, je to pouze to, co chceme. A v překladu to znamená: „Chci, aby firma rostla a abyste to chtěli také vy.“ Vidění je něco jiného – je to spíše sen, který by se mohl stát skutečností. „Vidím možnost, že nám bude lépe, když se naučíme používat slova v jejich pravém významu a budeme rozumět jeden druhému.“ Jo a realizuju se tak, že žiju obyčejný život. Když jsem to řekl tomu pánovi na večírku, opravdu jsem jeho zvědavost neuspokojil. Chápu – nezní to moderně a není to free, cool ani in. Je to však doopravdy. A také jednoduše fajn.  
www.prostor8.cz

## Dopisy a vzkazy

## Služby na poště

Potřeboval jsem jednu známku na obyčejný dopis pro tuzemsko. Zašel jsem pln optimismu na nejbližší, hlavní poštu. Bohužel prodejna jednotlivých známek byla zrušena a stánek s doplňkovým zbožím mimo provoz. Zmáčkli jsem proto pořadové číslo na nákup známky u přepážky a čekal. Celkem 27 minut. Na to, že většina přepážek byla v 11.30 zavřena, to bylo málo. Náladě mi nepřidal ani kyselý úsměv pracovníce, když jsem ji žádal o doklad o zaplacení. Devatenáct korun za známku nemusí někomu připadat jako velká suma, ale za tyto služby je přehnaná.

LADISLAV ŠAFRÁNEK

## Jen na znamení

Všechny zastávky autobusu na znamení. V Bruselu to funguje. Zajímalo by mě, jestli tam mají tlačítka dostupná u každé řady sedadel. Cestují s taškami s nákupem? A jak to zvládají staří lidé s holemi? Až bude možnost dát znamení, aniž by člověk procházel autobusem, také nebudu mít nic proti.

HANA PODHŮRSKÁ

dopisy@metro.cz,  
www.facebook.com/  
denikmetro

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

## Výrok dne



„Chtěl jsem mu dát příležitost a šlo to dobře.“

ZINÉDINE ZIDANE  
FOTBALOVÝ TRENÉR

Staronový kouč Realu Madrid v nedělním utkání 29. kola španělské ligy proti poslední Huesce poprvé v sezoně nasadil do branky svého syna Lucu.

## Slovo dne

## REALIZACE

(Ze sloupku Martina Švihly na této straně)

Uskutečňování,  
uskutečnění,  
provádění,  
provedení

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK  
CIZÍCH SLOV



## INZERCE

# HOROSKOP

 na úterý 2. 4.

## NEBOJTE SE

 VÍM, JAK TO DOPADNE!

Zeptejte se mě a hned vám citlivě vyložím váš osud!

Volejte na **906 70 30 35** nebo pište **SMS** ve tvaru **22PRP** na číslo **904 30 55** a ptejte se!



### Beran 21/3–20/4

Singles si lámou hlavu s tím, koho vlastně hledají. Nechce se vám do chomoutu, ale neheldáte ani vyloženě nárazovou známou.

### Váhy 23/9–23/10

V intimním životě válíte, a navíc nepodceňujete důležitost partnerské komunikace. Trochu to teď vypadá, že jste partnerem snů.

### Býk 21/4–21/5

S partnerem otevřete téma, kolem kterého už dlouho chodíte po špičkách. Citíte, že v těchto dnech se můžete domluvit o něčem snáz.

### Štír 24/10–22/11

Vesmírní vládcové zesilují vaše silné stránky, čehož si všimne také okolí. Narůstající zájem o vaši maličkost si necháte líbit.

### Bliženci 22/5–21/6

Vášeň vašemu partnerskému soužití neschází, bohužel to není výhra. Připomínáte italskou domácnost, kde není nouze o hádky.

### Střelec 23/11–21/12

Singles by se měli až do poslední dubnové dekadky vzdát randění a seznamování. Všázíte na špatnou kartu a marníte tak sílami.

### Rak 22/6–22/7

Venuše vás provází ve dvou dubnových dekadách a přináší jeden důvod k úsměvu za druhým. Díky lásce se nyní vznášíte v oblacích.

### Kozoroh 22/12–20/1

Pokud jste si v lásce dosud něco namlouvali, najdete odvahu, abyste stanuli čelem pravdě. Coming out není limitován věkem.

### Lev 23/7–22/8

Nestýskáte si nad tím, že to ve vztahu už není tak žhavé jako dřív. Rozhodnete se vzít situaci do svých rukou. To bude jízda!

### Vodňář 21/1–20/2

Přece jenom prahnete po perspektivní známosti? Pak vyčkejte na víkend, během něhož můžete poznat skutečně okouzující osobu.

### Panna 23/8–22/9

Miláčka nebaví poslouchat vaše litanie neustále dokola. Chce být sice laskavým protejškem, ale jeho trpělivost má své meze.

### Ryby 21/2–20/3

Vkládáte naděje do člověka, který si to nezaslouží. První dojem se vám moc nepovede. Nemalujte si vše v růžových barvách.

**Kartárka BERTA**  
Zjistěte, kdy se splní váš NEJVĚTŠÍ SEN!

Volejte na **906 70 30 35** nebo pište **SMS** ve tvaru **93XSX** na číslo **904 30 46** a ptejte se!

Tuto službu poskytuje: E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, technicky zajišťuje Materna, 1sm5/55Kč vč. DPH, 1min/70Kč vč. DPH, max. délka hovoru 17 minut, www.ema.bz, www.platmobilem.cz

## Řešení sudoku

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

## Anketa Kolik máte v rodině osobních automobilů?



**Petr Šunka**  
Jeden, který se už rozpadá.



**Petr Novotný**  
Mám sedm dětí, vlastním mikrobús.



**Lukáš Bohata**  
V rodině nemáme žádné osobní auto.

## Komiks





# THEATRE

## Activity 1

Check the words (1–6) in a dictionary and use them to complete the sentences (a–f).

- 1. community
  - 2. enthusiasm
  - 3. participate
  - 4. rural
  - 5. skilled
  - 6. tradition
- a. A ..... is a way of acting that a group of people have done for a long time.

- b. If you are ..... you have the ability to do something well.
- c. If you live in a ..... area, you live in the countryside, not in the city.
- d. When you have ..... for something, you feel very interested and excited about it.
- e. You ..... when you take part in an activity.
- f. Your local ..... is the group of people who live around you.

**This series describes interesting facts about different aspects of culture in the UK.**

Plays are an important part of British culture. The West End theatre district in London is the best place to watch a professional play, but acting also *takes place* in every school and village hall across the country.

There are over 2,500 non-professional drama groups in the UK today and they are an active part of community life. People from **all walks of life** *take on* acting roles in addition to their regular jobs. They do it for fun, for the love of acting and as a way to meet new people.

Not everyone in a drama club is a skilled actor, but enthusiasm is considered to be more important than talent! Friends, family members and neighbours enjoy *getting together* to watch the final performance and telling the people they know to

'break a leg'. It's a great way of bringing communities together. Also, in many rural parts of Britain, non-professional theatre is the only chance people have to see plays for miles around.

Many people **get a taste** for acting at school. Every school *puts on* a play at least once per year, usually at Christmas, and parents love coming to watch their children perform. Ask any British person and they're sure to have happy memories of being in their school's Christmas play, whether they played the role of Mary or Joseph or perhaps even a sheep or a donkey!

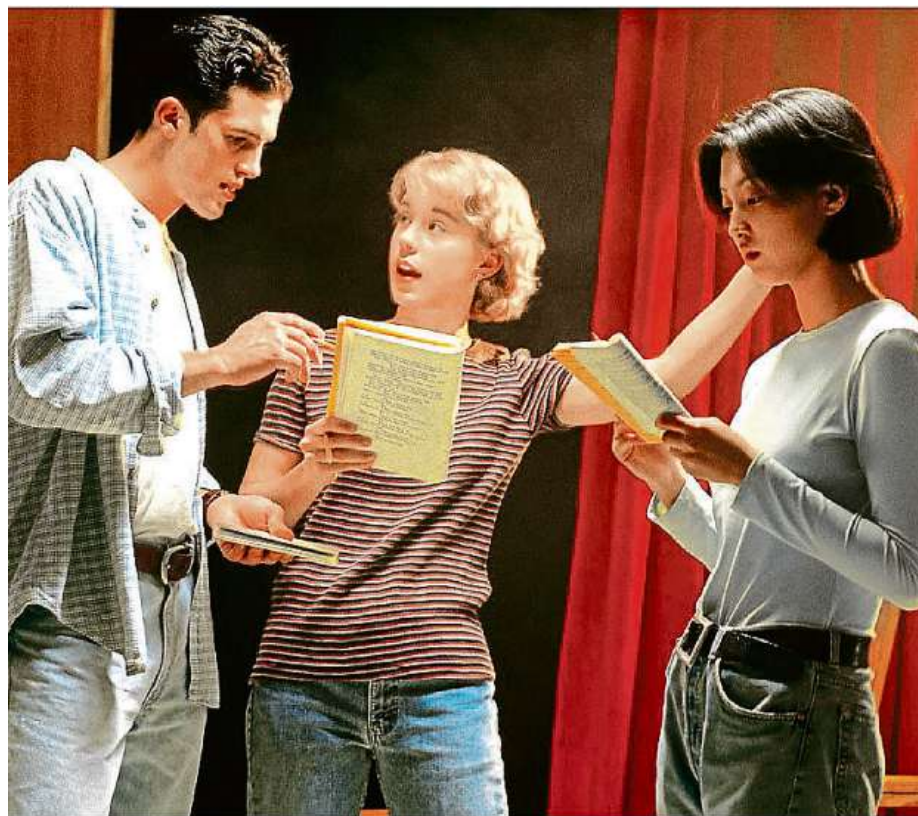
Another Christmas theatre tradition is the pantomime. Pantomimes are a type of musical comedy for families. The audience is encouraged to participate in the performance – *singing along* with the music and shouting to the actors. Pantomimes are really fun to watch, especially for children.

British people love going to the theatre, professional or not, and many of them also enjoy performing. If you have the chance, go and see a play in the UK! **JENNY WILDE**

## Activity 2

Read the article again and choose the correct answer in sentences 1–6.

- 1. In the UK, drama clubs *are mostly in London / all over the country.*
- 2. People take part in non-professional drama clubs *as well as / instead of* doing their full-time job.
- 3. *It's necessary / not important* to be a skilled actor when you join a drama club.
- 4. In rural areas there are *lots of / not many* professional theatres.
- 5. School plays are *really popular / not very popular.*
- 6. While watching a pantomime, you *should stay quiet / can make lots of noise.*



## Activity 3.1

Look at phrases 1–3 below (in bold in the text) and match them to their meanings (a–c).

- 1. all walks of life
- 2. break a leg
- 3. get a taste for + -ing
- a. a variety of different backgrounds, jobs, ages, etc.
- b. good luck
- c. start enjoying doing something new

## Activity 5

Is going to the theatre a popular activity in your country?

## Activity 3.2

Now use the phrases from Activity 3.1 in sentences 1–3 (you may need to change the form).

- 1. Alice ..... diving when she went on holiday to Egypt.
- 2. 'I've got my driving test tomorrow.' 'Oh! .....!' 'I'm sure you'll pass.'
- 3. People from ..... enjoy doing yoga.

Have you ever been in a play?

## Answers

### Activity 1

1. f
2. d
3. e
4. c
5. b
6. a

### Activity 2

1. all over the country
2. as well as
3. not important
4. not many
5. really popular
6. can make lots of noise

### Activity 3.1

1. a; 2. b; 3. c

### Activity 3.2

1. got a taste for
2. Break a leg
3. all walks of life

### Activity 4

1. taken on
2. taken place
3. got together
4. put on
5. sing along

## Lesson No. 18

BRITISH COUNCIL

## Activity 4

Look at the phrasal verbs (verb + preposition = new verb) (a–e) below, which are also underlined in the text, and use them to replace the words (1–5) in the text below them. You may need to change the form.

- a. take place
- b. take on
- c. get together
- d. put on
- e. sing along
- Andrew has (1) **decided to do** the job of planning Laura's surprise birthday celebration. Lots of preparation has already (2) **happened** and Laura has no idea. Andrew has (3) **met** with some friends of his who are singers and he has asked them to (4) **give** a performance of popular songs so that everyone can (5) **sing at the same time**. It will be a great party.



# Antibiotika nejsou na virózy, léčí zejména bakteriální infekce

**Léky berte pravidelně, dodržujte intervaly mezi dávkami.**

Kolem nás se vyskytují miliony bakterií. Některé jsou součástí lidského těla a jsou člověku přínosem. Jiné však způsobují nejruznější nemoci a mohou být velmi nebezpečné. Mezi typické bakteriální infekce patří angína, zánět plic, zánět mozkových blan, záškrť, tetanus, tyfus, tuberkulóza, černý kašel, spála, salmonelóza, syfilis či kapavka. Bakterie jsou zákeřné v tom, že i když se nasadí včas a vhodná léčba, nemusí zabrat. Pak se může člověk dostat do situace, kdy mu jde doslova o život.

K léčbě onemocnění způsobených bakteriemi se zpravidla využívají antibiotika, která jsou právem považována za jeden z největších přínosů moderní medicíny. Ne každé antibiotikum ale zabírá na každou bakterii. Před jejich nasazením je tedy vždy nutné zjistit, zda je daná bakterie skutečně původcem infekce či onemocnění, jak se chová a reaguje. Teprve na zá-



Antibiotika jen na lékařský předpis

PROFIMEDIA.CZ

kladě těchto informací může lékař doporučit nejvhodnější možné antibiotikum s nejvyšší pravděpodobností úspěšné léčby.

Lidé se často mylně domnívají, že antibiotika působí i na virové infekce, jako je nachlazení či chřipka. Pokud odchází od lékaře bez krabičky antibiotik, mají někdy po-

cit, že jejich potíží nebyla věnována náležitá péče. „Pokud se onemocnění nejví od počátku jako závažné, je vhodné s podáním antibiotik počkat. První dny po propuknutí infekce jsou nejdůležitější pro rozvoj přirozených imunitních protiinfekčních reakcí. Když je antibiotikum nasazeno příliš brzy, tlumí se

obránné mechanismy, které by často byly schopny infekci zvládnout samy,“ vysvětluje Dana Hanuláková z laboratoře Synlab.

Pokud vám antibiotika byla předepsána, důsledně se řiďte pokyny lékaře. Léky berte pravidelně, dodržujte intervaly mezi jednotlivými dávkami a nevsazujte je ihned, jak se vám uleví. Antibiotika jsou na jednu stranu doslova zárukou, ale mají i svou stinnou stránku, která spočívá v jejich nadužívání – čím častěji jsou tyto léky užívány, tím více si na ně bakterie zvykají a vytvářejí si proti nim odolnost. Pokud jsou původci infekce vůči podávaným lékům rezistentní, účinnost léčby se snižuje nebo léčba zcela přestává fungovat. Tehdy hovoříme o takzvané antibiotické rezistenci – bakterie se velmi rychle naučí antibiotikům vzdorovat a umí si tuto „znalost“ předávat mezi sebou. Dokáží tak přežívat v přítomnosti antibiotika, a dokonce pokračovat v množení. Léčba chorob vyvolaných těmito rezistentními bakteriemi je pak velmi obtížnější a musí se pro ni vyvíjet stále nové a dražší typy antibiotik, které mohou mít negativní vedlejší účinky. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

## Jak na antibiotika

**Dbejte pokynů lékaře. Užívejte antibiotika pravidelně a ve stanovený čas.**

- Antibiotika vždy dobírejte až do konce.
- Neužívejte antibiotika, která lékař nepředepsal přímo vám.
- Pokud máte v lékárnice stará nedoužívaná antibiotika, vraťte je do lékárny.
- Neužívejte antibiotika, která mají již prošlou dobu expirace (vyznačena na krabičce).
- Antibiotika jsou dostupná pouze na předpis. Nesnažte se obejít lékaře a obstarat si je jinak.
- Antibiotické léky jsou určeny pouze k léčbě bakteriálních infekcí. Pokud vám lékař antibiotika nepředepsal, vaše onemocnění je pravděpodobně jiného původu.
- Důsledně dodržujte základní hygienické zásady, podaří se vám tak předejít vzniku infekcí.

## Ketogenní dieta. Jak funguje a jak může organismu škodit

Zhubněte tak, že budete jíst tuky a z jídelníčku vyloučíte sacharidy: to přinejmenším poněkud překvapivě slibuje ketogenní dieta, píše francouzský deník Le Figaro.

Tato dieta, která se téměř sto let používala při léčbě některých druhů epilepsie, si pozvolna vydobyla místo mezi odtučňovacími kúrami. V poslední době zaznamenává určitý úspěch. Francouzská Národní agentura pro potravinovou bezpečnost uvádí, že u dospělého by deset až 20 procent energie mělo pocházet z proteinů, 35 procent z tuků a 40 až 55 procent ze sacharidů.

Při ketogenní dietě se drasticky sníží spotřeba sacharidů (do 50 gramů denně) ve prospěch zvýšeného přísunu tuků – sedmdesát až devadesát procent celkové přísunu energie a patnáct až dvacet procent proteinů.

Zakázány jsou potraviny na bázi obilnin – chleba, těstoviny, rýže, dále brambory, hotová jídla, sladkosti a mléko, které je bohaté na mléčný cukr laktózu. Vyhnout se je nutné také některým druhům ovoce a zeleniny, stejně jako luštěninám. Naopak je třeba konzumovat potraviny bohaté na tuky a proteiny, jako jsou rostlinné oleje, máslo, vejce, maso, tučné ryby, avokádo a ořechy. „V praxi je obtížné tuto dietu dodržovat,“ uvádí Luc Cynober, šéf biochemické jednotky při pařížské klinice Cochin.

Když je sacharidů velmi málo, začnou játra vyrábět ketonová tělíska z tuků zkonsumovaných potravin nebo z tukových zásob organismu. To je ketóza. Tělo se stává strojem na spalování tuků. Tato situace nastává druhý až čtvrtý den diety. Tato drastická dieta vede nepochybně ke sni-

žení váhy. Člověk může zhubnout za měsíc o několik kilogramů. Problémem těchto diet však je jojo efekt, následně opětovné nabrání shozených kil. „Diety chudé na sacharidy umožňují rychleji zhubnout než diety chudé na tuky. Po delší době se však pokles váhy vyrovnává,“ říká François Jornayvaz z diabetologické jednotky Univerzity nemocnic v Ženevě.

Při dietě bohaté na tuky a chudé na sacharidy je však třeba dávat pozor na druh konzumovaných tuků a dávat přednost těm rostlinného původu. Jinak hrozí ztuhnutí jater a vysoká hladina cholesterolu.

Je třeba připomenout, že přes vyzdvihované příznivé účinky ketogenní diety na rakovinu, Alzheimeru a podobně, byla její účinnost vědecky prokázána pouze při epilepsii. **ČTK**

## Překonejte lenost. Začněte sportovat

Pravidelné sportování prospívá zdraví, srdci a mozku, ale také dodává sebevědomí. Často se však hodí každá výmluva, abychom je odložili na zítřek. Jak dosáhnout toho, abychom tyto výmluvy odhodili a sportovali? Zde je několik způsobů.

Najít si čas pro vlastní zdraví by mělo být prioritou. Nemáte například během dne čas a večer končíte s prací pozdě? Vstávejte o půl hodiny dříve a každý den choďte. Využijte menších přestávek přes den, použijte automobil jen v případě nezbytnosti, stanovte si konkrétní cíle.

Některé cvičení může být nudné, zvláště pokud ho provádíme sami. Ne všem se líbí běhání nebo plavání, ale je mnoho aktivit a sportů, které je možné provozovat ve skupině. Vyberte si sport, který vás baví, a zapojte do něho přátele a rodinu.

Jestliže se v posilovně necítíte dobře, protože ještě nejste dost ve formě, začněte cvičit doma. Časem získáte fyzickou i sebevědomí a navíc prospějete svému srdci.

Ne vždy překonáme lenost. Stanovte si denně malé reálné cíle, plánujte svou fyzickou aktivitu tak, jako kdyby to byl důležitý pracovní úkol. Pokud si budete klást příliš obtížné cíle, zvyšujete se riziko, že velice brzy ztratíte motivaci. Začněte s malými dávkami, například s procházkou kolem vaší čtvrti nebo vyjděte jedno patro po schodech. Požadujte povzbuzení a podporu přátel a rodiny a odměňte se, jestliže svůj cíl splníte. To pomáhá v tom, abyste neochabovali a nevzdávali se, jestliže se cítíte unaveni. Během doby fyzická aktivita překoná únavu, zlepší kvalitu vašeho spánku a tělu dodá energii. **ČTK**



# Čtyři bitvy o postup do semifinále

**Domácí fotbalový pohár vstupuje do své jarní části.**

## Program

Dnes od 17.00  
Teplice–Sparta

Dnes od 19.20  
Slavia–Karviná

Zítřka od 18.00

Bohemians–Olomouc  
Ostrava–Liberec

Na programu MOL Cupu jsou tento týden všechna čtyři čtvrtfinále. Dnes obhájce trofeje Slavia přivítá Karvinou a Sparta se představí v Teplících. Obě pražská „S“ si chtějí spravit chuť po víkendovém zaváhání v lize. Zítřka pak trápí se Ostrava bude hostit Liberec a rozjetá Olomouc nastoupí v Ďolíčku proti domácímu Bohemians 1905.

Slavia v sobotu doma jen remizovala 1:1 s Libercem, v lize nezdělala po čtyřech zápasech a její náskok v čele tabulky se zmenšil na sedm bodů. V poháru se červenobílí podeváté z posledních 11 utkání představí doma. „Někdy se stane, že se nevyhraje, někdy taková překážka přijde. Nějak bych se v tom nepatral. Myslím, že bychom se z toho měli hned teď v poháru oklepat a postoupit,“ řekl slávistický obránce Ondřej Kúdela. Karviná v lize bojuje o záchranu.

Sparta v sobotu prohrála 1:2 v Mladé Boleslavi a po šesti výhrách na jaře první zavá-

hala. Spravit chuť si chce v Teplících, které ale zvítězily ve třech z posledních čtyř kol. Severočesí navíc Pražany porazili v prosinci v lize na Letné 1:0. „Nemyslím, že by nás prohra s Boleslaví měla rozhodit. Musíme se poučit,“ řekl kouč Sparty Zdeněk Ščasný. Čeká ho setkání s bývalým kolegou a nyníjším koučem Teplíc Stanislavem Hejkalem, který mu dělal asistenta na severu Čech i na Letné.

Střet někdejších trenérských kolegů uvidí i Ďolíček, kouč Bohemians 1905 Martin Hašek a olomoucký Václav Jílek se znají ze společného působení ve Spartě.

Ostrava z posledních pěti ligových kol uhrála jen bod, proto bere pohárový soubor s Libercem jako možnost nápravy. V únorovém vzájemném duelu v lize zvítězil Baník 2:1. **ČTK**



## Hlavní cena fair play pro Tonda Panenku

Držitelem hlavní ceny Českého klubu fair play za rok 2018 se stal Antonín Panenka (na snímku nahoře). Bývalého fotbalového reprezentanta ocenilo předstnictvo klubu za jeho celoživotní postoj. Je považován za jednoho z nejslušnějších hráčů své éry, proslavil se zejména rozhodující penaltou ve finále mistrovství Evropy 1976. Jeho legendární dlobouk v zápase proti Portlandu napodobil kanonýr Zlatan Ibrahimovic (dole), který při návratu do MLS po krátké zdravotní pauze zařídil týmu Los Angeles Galaxy vítězství 2:1. Sedmatřicetiletý Švéd vynechal předchozí dva duely kvůli problému s achilovkou. **ČTK, AP**



## Plíšková už za Kvitovou

Karolína Plíšková (na snímku) si po finálové účasti na turnaji v Miami polepšila v žebříčku WTA o tři místa a je světovou čtyřkou. V novém pořadí zaujímá pozici hned za Petrou Kvitovou, která měla v Miami šanci stát se světovou jedničkou, ale vypadla ve čtvrtfinále. O šestnáct příček si polepšila Markéta Vondroušová a podruhé se dostala do světové padesátky na 43. místo, o tři pozice za Kateřinu Siniakovou. V čele zůstává Naomi Ósakaová z Japonska, na druhé příčce Kvitovou vystřídal Rumunka Simona Halepová. Pořadí čtyřhry stále vládne Siniaková následovaná parťačkou Barbou Krejčíkovou. **AP**

## Krátce

### Širší nominace

Trenér české hokejové osmnáctky Alois Hadamczik zařadil do širší nominace na MS ve Švédsku 34 hráčů. Od zítřka čeká jeho výběr druhý týden finální přípravy v Kravařích. Ve výběru jsou čtyři brankáři, 11 obránců a 19 útočníků.

### Výrazná pomoc

Washingtonský rozehrávač Tomáš Satoranský měl výrazný podíl na obratu v Denveru. Jeho tým zvítězil 95:90 a sesadil Nuggets z čela Západní konference basketbalové NBA. Český reprezentant k tomu přispěl pěti body, šesti doskoky a pěti asistencemi. **ČTK**

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, palác koruna, Praha 1

### Intimní

E.M.A. Europe sro, PO Box 14, Praha 05, 110 05, tech.zaj. Materna, od 18let, 15sms/50Kč, 1min/80Kč včDPH, max. délka hovoru 15 minut, www.ema.bz, www.platmobilem.cz



• **SEX KOUTEK** pro pány! Je libo fotky a kontakty? Posílejte SMS ve tvaru 71USS a text na 909 15 50



• **Bětka 43.** Během rozvodu jsem zapoměla na všechny krásy života včetně sexu. Mám teď spoustu času. Pustíme se do toho? Ozvi se na 909 80 50 40 nebo mi napiš SMS na č. 909 15 45 s kódem 18LBB a tvou zprávu!



# Puť si do kuchyně

# JARO

## a získej super odměny



### Rozsvítí se ti

## PROVENCE



**Provence Svíčka ve skle s víčkem 510g**

Aromatická svíčka ve skle  
Svíčka Toro je vyrobena z parafínu  
Doba hoření 85 až 95 hod  
Výběr z několika vůní

**-40 %**  
~~249,-~~  
**149,-**  
obj. kód: TORSV422

### Přenosná vodárna



**Lock&Lock Láhev na vodu „Bisfree One Touch“ 550ml**

Sportovní lahev na pití s objemem 550 ml  
Otvírání jedním stiskem tlačítka  
Neobsahuje BPA, ftaláty ani jiné škodlivé látky  
Vyrobená z tritanu, víčko z polypropylenu

**-19 %**  
~~209,-~~  
**169,-**  
obj. kód: LOCLO071

### Nejlíp vaří pod tlakem

## toro



**Toro Tlakový hrnec 6l 270478**

Tlakový hrnec z leštěné nerezové oceli  
3 nezávislé systémy jištění  
Otvírání a zavírání jednou rukou  
Rychlejší bod varu při nižší teplotě

**-49 %**  
~~2 549,-~~  
**1 299,-**  
obj. kód: TORTH469

### Bez práce nejsou lívance!

## toro



**Toro Lívanečník na 7 lívanců 27 cm**

Lívanečník na 7 lívanců  
Nepřilnavý povrch proti připálení  
Na všechny typy sporáků včetně indukce  
Lze mýt v myčce nádobí

**-43 %**  
~~789,-~~  
**449,-**  
obj. kód: TORLI254

### Šu šu šu šunka jede

## toro



**Toro Šunkovar**

Šunkovar z nerezové oceli  
Teploměr pro kontrolu během dušení šunky  
Na vaření přibližně 1 až 1,2 kg masa  
Příprava šunky bez konzervantů a éček

**-25 %**  
~~599,-~~  
**449,-**  
obj. kód: LOCLO0983

### Nebud' mimo mísu

## O cuisine



**Ouisine Skleněná zapékací mísa s víčkem hranatá 37 x 22cm**

Skleněná zapékací mísa s víčkem  
Tvrzené borosilikátové sklo  
Odolává teplotám od -40 do +300 °C  
Objem mísy 6,5 l

**-58 %**  
~~549,-~~  
**229,-**  
obj. kód: OCUPM011

# Upeč, uvař s pomocníky z alza.cz

Kup na [www.alza.cz](http://www.alza.cz) nebo volej 225 340 111

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 2. 4. 2019 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na [www.alza.cz/reklama](http://www.alza.cz/reklama). Aktuální ceny najdete vždy na [www.alza.cz](http://www.alza.cz). Dárky jsou dodávány pouze do vyčerpání zásob.