

SPARTA, MISTR PRVNÍCH PŮLÍ

LETENŠTÍ BY MOHLI VĚST TABULKU STRANA 15



SNIŽUJEME CENY NA TRHU

DLOUHODOBĚ!

více uvnitř

INZERCE

metro

Úterý, 3. dubna 2018

Č. 64, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Richard

Největší deník v ČR

Aprílové počasí. Hned po mrazech dvacítky

Konečně jaro. V neděli by mělo být až 22 stupňů. **Obleva.** Lyžařská sezona končí, podle meteorologů ale nelze vyloučit ani dubnové sněžení. **Silničáři.** Ve většině krajů letos ušetřili za posypovou sůl STRANA 6



Fotografie najdete na WWW.METRO.CZ

Vítáme jaro. Jindřichovi přiletí za tuto fotku 500 korun

Osmdesát kamelotek v sukních z novin rozdávalo po Praze celý týden před Velikonocemi deník Metro. S nimi jste se mohli v metropoli fotit a získat odměny. „Dceři se novinové sukýnky moc líbily,“ napsal ke svému snímku Jindřich Fučík, který jako čtyři další získá 500 korun, deštník a mikinu. Desítky vybraných snímků jsou na metro.cz.

JINDŘICH FUČÍK

Hrady válčí novinkami

Letos budou památky lákat návštěvníky na netradiční prohlídky. Například hrad Trosky přichystal hru s robotem. STRANA 2

Přijedou i Gorillaz

Už po šestadvacáté se v Budapešti uskuteční festival Sziget. Prvními hvězdami, které pořadatelé ohlásili, jsou Gorillaz, Arctic Monkeys nebo Lana Del Rey. STRANA 10

S cukrem to nepřehánějte

Cukr – neviditelný zabiják, který dokáže zcela rozvrátit organismus a způsobit nezvratné změny. K životu ho potřebujeme, ale Češi to s ním přehánějí. STRANA 13

INZERCE

NIKAL
Cestovní kancelář
...Spolu poznáme svět!

Váš slevový kód
telefonicky + internet:
CZ 18 MET 041

Kulturně poznávací cesta!

PORTUGALSKO

4* HOTELY • SNÍDANĚ-BUFET • 3 VÝLETY V CENĚ!

8 dní místo 17 990 Kč
13 990,- Kč
od
navíc letenka a transfer •
ubytování ve dvoulůžkovém pokoji

Zážitkový a poznávací zájezd!

ŠPANĚLSKO

4* HOTELY • SNÍDANĚ-BUFET • 4 VÝLETY V CENĚ!

8 dní místo 13 990 Kč
9 990,- Kč
od
navíc letenka a transfer •
ubytování ve dvoulůžkovém pokoji

LAST MINUTE!

nyin **4 000 Kč**
LAST MINUTE SLEVA!

Zavolejte ihned!

Zavolejte - bezplatná linka: ☎ 800 320 030 • www.nikal-zajezdy.cz Pořadatel zájezdů: NIKAL s.r.o., Lesná 102 • 67102 Šumná • provozovna: Kotkova 710/3 • 66902 Znojmo • IČO: 26276186

Památky zahájily sezonu. Troskami vás provede robot

České hrady a zámky si pro letošek přichystaly řadu novinek.

Desítky památek během velikonočního víkendu zahájily sezonu, letos připomínají české diplomaty. „Brány památek ve správě Národního památkového ústavu se letos návštěvníkům otevřely na Velký pátek, tedy v den, kdy se podle lidových pověstí otevírají poklady. Věřím, že návštěvníci si k těm našim pokladům budou nacházet cestu po celý rok,“ zve k návštěvě generální ředitelka Národního památkového ústavu Naďa Goryczková.

České památky se letos budou snažit nalákat návštěvníky nejen na tradiční prohlídky. Například hrad Trosky na letošní sezonu chystá úniko-



V Kladrubech nad Labem pokřtili první letošní hřebě. ČTK

vou hru s robotem. Hra je určena pro dva až šest lidí, kterým zabere zhruba 90 minut. „Bude se vázat k několika pověstem o Troskách,“ naznačil kastelán Lubomír Martínek mladší.

Novinku chystá i telčský zámek. Zde si pro letošní sezonu připravili tematickou výstavu filmových kostýmů a rekvizit. Ta začne 1. května v justičním sále zámku a bude se věnovat filmu Až

přijde kocour. Režisér Vojtěch Jasný celý film natočil v kulisách Telče. Letos uplyne 55 let od premiéry.

Také moravské památky chystají novinky. „Nově zpřístupníme pokoj správce hradu, abychom ukázali, jak bydlel. Jaký měl nábytek, jak vypadal jeho pracovní prostor, zbraně,“ popsal Michal Koutný, kastelán Sovince na Bruntálsku. Na konkrétní osobnosti spjaté s jejich dějinami letos sází Hradec nad Moravicí na Opavsku a Kunín na Novojičínsku. Hlavní prohlídkový okruh hradeckého zámku obohatí výstava projektu Česká šlechta ve službách diplomacie. Představí osobnost místního hraběte Karla Maxe Lichnovského.

Letošní novinkou je také prodloužená otvírací doba Hřebčína v Kladrubech nad Labem. Nově bude otevřený celý týden, tedy i pondělky. MAH a IDNES.cz

Komfortnější kontroly

Bezpečnostní kontroly návštěvníků Pražského hradu by se měly konat na jiném místě než v současnosti.

- U Pražského mostu by se měly přesunout do sousedních hradních zahrad, kde vznikne zastřešené a vyhřívané kontrolní místo.
- V minulosti se mluvilo o tom, že by si Hrad mohl pořídit kamerový systém, který dokáže rozpoznat obličej. Zda bude skutečně zakoupen, zatím není jasné.
- Bezpečnostními kontrolami u vstupů do areálu Hradu musí projít všichni návštěvníci. Zástupci Pražského hradu často kritizované opatření hájí. Reaguje podle nich na současně bezpečnostní hrozby a je v souladu s požadavky bezpečnostních složek.

INZERCE

Hodiny za počítačem.
Vypot' to.

HORNBACH
S námi to zvládnete.
hornbach.cz

Zprávy krátce

Firmám chybí lidi, lákají je i na byty

Kvůli měsíc co měsíc klešající nezaměstnanosti a s tím i zvyšující se konkurenci na trhu práce ve Středočeském kraji musí firmy kromě rostoucích mezd i výrazně zlepšovat nabídku nefinančních benefitů. Mnohdy se může jednat o „dárky“ v hodnotě až desítek tisíc korun ročně, některé firmy dokonce chystají služební byty.

Přemnožení potkanů na jižní Moravě

Stovky tisíc korun ročně musí jihomoravská města zaplatit, aby se zbavila potkanů. Kvůli mírným zimám posledních let se jim totiž nebývá daří. Navíc je lidí, aniž by si to vůbec uvědomovali, sami vykrmují. Stačí zbytky jídla spláchnout do toalety. V trubkách na ně totiž hlodavci čekají. **IDNES.cz**



Zoo

Jedna z nejlepších zoologických zahrad v Evropě – ta v Praze – v sobotu zahájila novou, už 87. sezonu. Letos tam chystají vybudovat australskou expozici a také postavit nový pavilon goril. Ředitel pražské zoo Miroslav Bobek doporučil, aby lidé navštívili nová mláďata, například tygry nebo právě gorily. „Víte, jak to je, je to jako v našem životě. Jsou malá, ale najednou zjistíte, že už z nich jsou dospělí, a nakonec vylétnou z hnízda ven a možná už je tady nezastrihnete,“ řekl. **4x ČTK**



Terorismus. ČR ve střehu

V Česku bude zatím nadále platit první stupeň ohrožení před terorismem.



Šéf české policie Tomáš Tuhý **MAFRA**

O Velikonočních příbylo v ulicích větších měst několik stovek ozbrojených policistů. Česko totiž nezmírnilo stupeň teroristického nebezpečí, které je dva roky na číslu jedna. V sobotu to řekl policejní prezident Tomáš Tuhý. První stupeň, který znamená bdělost, vyhlásila po teroristických útocích na metro a letiště v Bruselu česká vláda 22. března 2016 a čtyřstupňový varovný systém ohrožení před terorismem zavedla v lednu 2016 jako reakci na útoky v Paříži, při kterých v předchozí roce zemřelo 147 lidí. Za poslední dva roky se v Evropě stalo několik dalších teroristických útoků i v sousedních zemích, což podle Tuhého může znamenat určitá rizika a nesmí se nic podcenit. „Jsme v roce 2018 a máme tady další útok ve Francii. Obava je, že pokud by se utlumila tato opatření, tak by to mohlo někoho inspirovat a mohlo by se něco uskutečnit,“ vysvětlil Tuhý důvody, proč stav bdělosti pořád trvá.

Policejní prezident se také vyjádřil k údajným snahám premiéra v demi-

si Andreje Babiše sesadit šéfa ředitele Generální inspekce bezpečnostních sborů (GIBS) Michala Murína. Babišovi prý jde o to, aby se pod koberec zametly jeho problémy s dotacemi. Tuhý ale řekl, že necítí, že by na něj byl po nástupu nové vlády vyvíjen politický tlak. Slyší spoustu názorů na personální změny v policii, které se týkají jeho odchodu. Podle něj je ale potřeba se věnovat práci, a ne povídačkám z kuloárů. Podle něj má nyní policie spoustu úkolů souvisejících s bezpečností země, a to poslední, co potřebuje, je destabilizace. „Samozřejmě vnímám mediální příběhy, kde se spekuluje o různých tlacích na ředitele bezpečnostních sborů. Já jsem žádný takovýto tlak nezaznamenal,“ řekl Tuhý. Podle něj je důležité pokračovat v posilování útvarů zajišťujících problematiku cizinců, terorismu a extremismu, kybernetického zločinu nebo finanční a hospodářské kriminality. **ČTK**

INZERCE



Pro lepší týden.



Kaufland fandí všem běžcům! Těšíme se na vás na startu, na trati a hlavně v cíli půlmaratonu.

Kaufland, oficiální dodavatel ovoce pro

RUNCZECH



DLOUHODOBĚ NEJNIŽŠÍ CENY U NÁS!

OD ÚTERÝ 3. DUBNA



cena za 1 kg

-31%

~~79.90~~

54.90

Kuře
chlazené



-20%

~~9.90~~

7.90

Pšeničná mouka
polohrubá/hladká/hrubá



500 g

-28%

~~13.90~~

9.90

Chléb Šumava
nebalený, pšenično-žitný,
1 kg = 19,80 Kč



Houska
pečivo pšeničné,
100 g = 2,79 Kč

43 g

-36%

~~1.90~~

1.20

Rohlík
pečivo pšeničné,
100 g = 2,79 Kč



Nabídka zboží platí od 3. 4. 2018 do vyprodání zásob. Chyby v tisku vyhrazeny. Ceny jsou bez dekorace. Lidl si vyhrazuje právo změn v balení a variantě nabízeného zboží. Odběr možný jen v obvyklém množství.



Čerstvé mléko
3,5 % tuku

1 l

-10%

~~18.90~~

16.90



Trvanlivé mléko
1,5 % tuku

1 l

-12%

~~15.90~~

13.90



Trvanlivé mléko
3,5 % tuku

1 l

-11%

~~17.90~~

15.90

Čerstvé mléko
1,5 % tuku

-11%

~~16.90~~

14.90



Cukr moučka

1 kg

-11%

~~16.90~~

14.90



Cukr krystal/
krupice

1 kg

-13%

~~14.90~~

12.90



Slunečnicový olej

2 l

-10%

~~29.90~~

26.90

**DESÍTKY PRODUKTŮ
DLOUHODOBĚ
LEVNĚJŠÍ**

A mnoho dalších zlevněných produktů naleznete v našich prodejnách.

Nabídka zboží platí od 3. 4. 2018 do vyprodání zásob. Chyby v tisku vyhrazeny. Ceny jsou bez dekorace. Lidl si vyhrazuje právo změn v balení a variantě nabízeného zboží. Odběr možný jen v obvyklém množství.

Pokuta. Kvůli Zemanovi



Úřad pro dohled nad hospodařením politických stran a politických hnutí uložil pokutu 40 tisíc korun nakladatelství Olympia za propagaci knihy Miloše Zemana v době předvolební kampaně. To nakladatelství odmítá. Uvedl to server iRozhlas.cz. Podle úřadu měly billboardy nést informaci o zadavateli a zpracovateli reklamy, vydavatelství se navíc mělo u dohledového úřadu registrovat jako takzvaná třetí osoba. „Zvažujeme, že se odvoláme,“ řekl šéf Olympie Karel Hejna. První díl sebraných rozhovorů s prezidentem vyšel v roce 2016, druhá část loni na podzim, tedy v době předvolební kampaně. Publikaci doprovázela velká billboardová propagace. **ČTK**

Číslo dne

65

Z bran továrny Praga v pražských Vysočanech vyjela před 65 lety, 2. dubna 1953, první sériově vyrobená „vejtraska“. Automobil patřil k nejlepším terénním nákladním vozidlům své doby. Proslavil se například konstrukčními vlastnostmi, které mu pomohly zdolávat náročnější terén.

Uklid'te kabáty. Jaro je tu

Rtuť teploměru se tento týden vyšplhá až k 22 stupňům nad nulou. Pozor ale na aprílové počasí.

Chladné počasí je na ústupu. Podle předpovědi Českého hydrometeorologického ústavu by mělo v tomto týdnu konečně naplno propuknout jaro. Už dnes se budou nejvyšší denní teploty pohybovat mezi 14 až 18 stupni. Chladněji má být jen na horách, kde bude pouze 11 stupňů. Přes den bude oblačno až polojasno.

Zítra má být ještě tepleji. „Ve středu může být dokonce kolem dvaceti stupňů a to díky teplému jihozápadnímu proudění,“ říká meteoroložka společnosti Meteopress Dagmar Honsová. Ta ale zároveň dodává, že slunečné a teplé počasí dlouho nevydrží. „Pocasí bude hodně aprílové,“ myslí si Honsová.

Dle předpovědi byl tento víkend zřejmě poslední, kdy bylo možné si pořádně zalyžovat. Tento týden totiž do hor dorazí obleva. Ale během

Nesněžilo. Ušetřilo se.

Náklady na zimní údržbu silnic byly ve většině krajů nižší než v minulé sezoně.

- Zima byla zkraje málo sněhová, ale zase delší než loňská a vyskytovalo se časté střídání teplot.
- Výjimkou byly Jihočeský či Plzeňský kraj, kde náklady meziročně stouply. Přípravné zásoby soli spotřebovali silničáři také v Ústeckém kraji.

dubna se zřejmě, minimálně na vrcholcích hor, sněžení dočkáme.

Ve čtvrtek očekávají meteorologové teploty 12–16 stupňů, v pátek 9–13. Na většině území bude oblačno až zataženo s deštěm a přeháňkami. Během víkendu pro změnu dojde k razantnímu oteplení a vrátí se teploty přes 20 stupňů. V sobotu budou nejvyšší denní teploty oscilovat mezi 15 až 19 stupni a celý den bude jasno až polojasno. V neděli pak bude jasno. Nejvyšší denní teploty se vyšplhají až k 22 °C. Teplé počasí by mělo vydržet až do úterý, kdy se ale začne přidávat oblačnost. **MAREK HÝŘ**



Na vesnici i na horách

Tradiční velikonoční koledu absolvovali včera krojovani šohaji na Břeclavsku. Ve Velkých Pavlovicích použili dvacítipřutovou pomlázku dlouhou 18,5 metru. V Němčickách hoši upletli pomlázku dlouhou 11 metrů (na snímku uprostřed). Staročeský zvyk si nenechali ujít i lyžaři. Při krásném počasí vyšlehal holky ve skiareálu v Jánských Lázních v Krkonoších (na foto dole). **3x ČTK**



INZERCE



OROXID®

PRO VÁŠ ZDRAVÝ A SVĚŽÍ ÚSMĚV
BEZ ALKOHOLU - BEZ CHLORHEXIDINU

RYCHLÁ POMOC PŘI

- * zánětu a krvácení dásní
- * parodontitidě, stomatitidě
- * zvýšené tvorbě plaku
- * povlaku jazyka
- * zápachu z úst
- * bolesti v krku
- * aftech

DOSTUPNÉ
V LÉKÁRNÁCH
nebo na
oroxid.cz

Jediný zdravotnický prostředek na bázi aktivních kyslíkových sloučenin

OROXID®
sensitiv

KAŽDODENNÍ ÚSTNÍ HYGIENA



UNIKÁTNÍ NOVINKA

OROXID®
forte

INTENZIVNÍ ÚSTNÍ HYGIENA





FOKUS[®]
OPTIK

OBRUBA ZA KORUNU

www.fokusoptik.cz

Při zakoupení brýlových skel v minimální hodnotě 3 000 Kč získáváte brýlové obruby do hodnoty 2 000 Kč za 1 korunu. Při zakoupení brýlových skel v minimální hodnotě 1 500 Kč získáváte brýlové obruby do hodnoty 1 000 Kč za 1 korunu. Pokud si vyberete dražší obrubu, bude vám z její ceny odečtena příslušná částka. Akce platí výhradně při zhotovení kompletní brýlové zakázky (dioptrická obruba + skla). Nelze kombinovat ani sčítat s jinou akční nabídkou či slevou, ani s poukázkami FOKUS optik klubu. Nelze uplatnit na objednávky z e-shopu. Akce platí od 3. 4. 2018 do odvolání. Více informací a podmínek na www.fokusoptik.cz.

Mini

Dva nové modely historických památek najdete v parku miniatur Bohemium v Mariánských Lázních. Velikonočním víkendem odstartovala naplno letošní návštěvnická sezona. Novým modelem je kostelík v Hrusicích a most císaře Ferdinanda v Lokti. Mezi krásnými českými památkami ve zmenšených velikostech jsou třeba chrám sv. Bartoloměje v Plzni (na snímku vlevo) či hradu Loket (vpravo).

2x ČTK



Vyhoštění ruští diplomaté odjeli

Česká reakce na obvinění kolem smrtícího novičoku byla naplněna.

Tři vyhoštění členové ruského diplomatického personálu odjeli z České republiky v termínu. Českému ministerstvu zahraničních věcí to oficiálně potvrdila ruská ambasáda v Praze, řekla mluvčí ministerstva Irena Valentová. Česko Rusy vyhostilo v reakci na otravu bývalého ruského agenta Sergeje Skripala v Británii. Londýn z útoku obviňuje Moskvu, která to popírá. Mluvčí neměla detaily odjezdu. „Bylo důležité dodržet

termín 1. dubna, to se stalo,“ řekla. Zopakovala, že ministerstvo předpokládalo, že ruská strana diplomatické zvyklosti dodrží. „V minulosti se nikdy nestalo, že by někteří neuposlechli, když jsou označeni za nežádoucí osoby,“ dodala mluvčí. Nedávalo by to podle ní ani smysl, protože nežádoucí osobě po uplynutí termínu k odjezdu zanikají veškeré diplomatické výsady a imunity.

Ministr zahraničí Martin Stropnický informoval ruského velvyslance Alexandra Zmejevského o vypovězení tří osob v pondělí 26. března. Lhůta, kdy společně s rodinnými příslušníky museli opustit Česko, vypršela v neděli. O koho konkrétně se jed-

ná, se podle diplomatických zvyklostí nezveřejňuje. Bývalý agent ruské vojenské rozvědky a pozdější spolupracovník britské tajné služby Skripal a jeho dcera byli začátkem měsíce v jihoanglickém Salisbury terčem útoku nervově paralytickou látkou označovanou jako novičok. Británie tvrdí, že za útokem je s největší pravděpodobností Rusko, Moskva to odmítá. Kvůli kauze Skripal vypověděly téměř tři desítky zemí kolem 150 ruských diplomatů. U většiny států včetně Česka reagovala Moskva recipročně a vypověděla stejný počet pracovníků příslušných ambasád. Tři čeští diplomaté mají lhůtu k opuštění Ruska do 5. dubna. **ČTK**

Zprávy krátce

Auto srazilo školáka

Osobní vůz v Nesvačích na Brněnsku včera krátce před polednem srazil pětiletého chlapce, ležel pro něj vrtulník. Chlapec utrpěl středně těžká poranění. Příčina a míra zavinění zůstává v šetření.

UFO v Česku. Lidé nahlásili desítky zvláštních událostí

Projekt Záře, který registruje hlášení o nevysvětlených létajících objektech (UFO), kruzích v obilí a dalších anomáliích, přijal loni 117 oznámení o takových jevech. Podle vedoucího projektu Vladimíra Šišky je v databázi spolku, který je sbírá a vyhodnocuje 26 let, přes 4100 případů. Záře je zájmové sdružení amatérských badatelů, které se zabývá

zkoumáním anomálních jevů v Česku. Podle Šišky spolupracuje také s odborníky z řad astronomů, meteorologů a lidí z oboru letectví. Badatelé pracují jen s ověřenými informacemi, používají racionální přístup k problematice a hledají vědecky podložená vysvětlení.

Zneužíval postiženého, dostal trest

Okresní soud v Trutnově odsoudil chovance bývalého Výchovného ústavu a dětského domova v Chrastavě na Liberecku k sedmi měsícům vězení s podmínkou za pohlavní zneužívání třináctiletého postiženého chlapce. Informovala o tom televize Nova, která na případ upozornila v červnu 2016, kdy natočila výpověď postiženého chlapce. Tu pak poskytla policii. **ČTK**

INZERCE

Týý je!!

Vozíme vaše příběhy

Jsmo součástí vašich životů. Každý den s vámi prožijeme tisíce příběhů. Každý den pro vás vypravíme tisíce vlaků. Bez vás by naše práce nedávala smysl. Jsme tu pro každého. Jsme tu pro vás.

www.cd.cz

ČD České dráhy
Národní dopravec

Na svatbě zavoní růže a pivoňky

Bílé růže, pivoňky a náprstníky budou 19. května zdobit kapli svatého Jiří na hradě Windsoru, ve které si své ano řeknou britský princ Harry a americká herečka Meghan Markleová. Floristka Philippa Craddocková bude při výzdobě pracovat i s dalšími květinami, které v polovině května v okolí královského hradu pokvetou.

Kapli a další místa, na kterých se královská svatba odehraje, hodlá vyzdobit nejen bílými růžemi i větvičkami bříz, buků a habrů a květinami. Na výběru se podíleli i sami snoubenci Harry a Meghan. „Konečná podoba výzdoby je bude reprezentovat jako pár, čehož chci ve své práci vždycky dosáhnout,“ uvedla Craddocková.

Po svatbě dostanou květinová aranžmá různé charitativní organizace. Jasno už je také o svatebním dortu. Při jeho výběru snoubenci mysleli na životní prostředí. Bude totiž z bioproduktů a sezon-

ních přísad. Chutnat by měl po citronu a bezovém květu.

Třiatřicetiletý princ Harry si o tři roky starší americkou herečku známou především ze seriálu Kravatáci vezme za přítomnosti 600 hostů. Jejich

jména zatím zůstávají tajemstvím. Následně večerní recepce se zúčastní už jen dvě stovky hostů. Příjezd a odjezd svatebčanů bude moci před Windsorem sledovat více než dva a půl tisíce po-

zvaných z řad veřejnosti. Vnuk královny Alžběty II. Harry je po svém otci Charlesovi, bratrovi Williamovi a jeho dětech Georgeovi a Charlotte pátým v pořadí následnictví trůnu. **ČTK, MET**

INZERCE

INTERNETOVÉ BANKOVNICTVÍ V KB JE ZÁSADNĚ JEDNODUŠŠÍ

Pokud uslyšíte slovo banka, pravděpodobně si jako první vybavíte „kamennou“ pobočku své banky. Přitom mnohem častěji, v devíti z deseti případů, probíhá kontakt mezi klientem a bankou digitálně. O tom, jak se internetové bankovníctví modernizuje a zjednodušuje, ale také o tom, jakým směrem se ubírá, jsme mluvili s Mojmiřem Prokopem, manažerem distribučních kanálů, klientského výzkumu, marketingu a komunikace Komerční banky.

Internetové bankovníctví se neustále vylepšuje. Jaké jsou nejnovější trendy v Komerční bance?

Internetové bankovníctví Komerční banky aktuálně prošlo novým evolučním stádiem. Hlavní slovo při modernizaci našeho internetového bankovníctví i při výběru nejužitečnějších novinek měli naši klienti. Zapojení klientů do vývoje a jejich zpětná vazba se pro nás již staly standardními postupy, které nám umožňují zlepšovat, zjednodušovat a zpřehledňovat služby nabízené občanům, podnikatelům i firmám. A právě nejviditelnější je to u internetového a mobilního bankovníctví KB.

Jaké novinky tedy klientům modernizované internetové bankovníctví KB nabízí?

První, co naši klienti zaznamenají, je významně jednodušší a přehlednější úvodní stránka s přehledem produktů.

Zaměřili jsme se i na další využívanou funkci - přehled plateb. Proto jsou nyní nové všechny platby, a to i ty uskutečněné v aktuální den, pohromadě v jednom přehledu, který je jednoduše přístupný z úvodní stránky.

Týká se to i plateb, které ještě nebyly převedeny od klienta k bance obchodníka?

Ano, klient vše vidí pohromadě, a to včetně plateb, které ještě nebyly zúčtovány s bankou obchodníka.

Pro klienty je zajímavé i to, že stejně se zobrazují i platby čekající na zpracování v horizontu až 30 dnů, například trvalé příkazy, inkasa nebo splátky úvěrů. V tuto chvíli se jedná o jakýsi předstupeň pro sofistikovanější predikci s umělou inteligencí, na které v Komerční bance intenzivně pracujeme. Naším cílem je, aby se vám již nikdy nestalo, že nějakou důležitou informací přehlédnete. Například vám připomeneme platbu, kterou pravidelně posíláte, ale v daném měsíci jste na ni zapomněli, nebo ji omylem zadáváte podruhé.

Lze tedy říci, že hlavní změnou je větší přehlednost?

Obecně lze říci, že se Komerční banka snaží, aby bylo bankovníctví jednoduché a transparentní. Všechny potřebné informace musí být snadno dostupné. Stejně zásadní je pro nás, abychom dávali klientovi relevantní rady a doporučení v řízení jeho financí ve srozumitelné formě. Součástí toho je i nový systém upozornění na potenciální či minulé problémy s platbami - neprovedené, neschválené apod. Zkrátka, aby klient nepřehlédl nějakou důležitou informaci jen kvůli tomu, že ji aktivně nehledal. Vše zásadní mu včas sdělíme my.

Kromě plateb je výrazně zjednodušený i přehled produktů, které má klient v rámci celé skupiny Komerční banky. Nové produktové kartičky se řadí pod sebe. Většina našich klientů rovnou uvidí všechny své produkty na jedné obrazovce. Současně jsme zdůraznili důležité informace a tlačítka, aby se klienti mohli ihned snadno zorientovat ve svém aktuálním stavu financí.

Osobní kontakt s bankovním poradcem tedy nahradila digitální komunikace?

Je pravda, že internetové bankovníctví přineslo určitou míru odosobnění ve vztahu klient a jeho bankovní poradce. Přesně to ale chceme našim vylepšeným internetovým bankovníctvím napravit. Proto klient v internetovém bankovníctví kromě kontaktů uvidí nově i fotografii svého bankovního poradce. Věříme, že vazba na „živého“ konkrétního člověka přenese on-line bankovníctví o něco zpátky do osobní roviny.

Na jaké další novinky se klienti Komerční banky mohou těšit?

Doslova přelomovou novinkou, kterou plánujeme spustit ve druhé polovině letošního roku, bude náhrada přihlašovacího certifikátu v souboru, který je nejčastěji uložen na konkrétním počítači, za nový, velmi jednoduchý a neméně bezpečný způsob, kdy je certifikát uložen v mobilním telefonu. Toto řešení jsme pojmenovali KB Klíč.

Obdobu našeho KB Klíče, jako bezpečného nástroje pro přihlášení a podpis transakcí, již začínají nabízet i další banky v ČR. Jedná se o řešení, které jako bezpečnostní prvek používá samotný chytrý telefon.

PSD2 je evropská směrnice účinná od letošního ledna, která má zjednodušit přístup k účtům klientů. Jaký to bude mít vliv na klienty KB?

Tato směrnice má za cíl otevřít dnes velmi svázaný bankovní trh tím, že dává zprostředkovatelům i samotným bankám rozšířené možnosti jak pracovat s bankovními účty a platbami jejich klientů. Pracujeme intenzivně na tom, aby i náš klient mohl po přihlášení do aplikace MojeBanka a Mobilní banka vidět stav a pohyby i na svém účtu vedeném třeba u České spořitelny, ČSOB a dalších bank. V příštím roce bychom chtěli učinit další významný krok, kdy by klienti neviděli jen zůstatek a transakce, ale mohli by přes aplikace KB i zadávat platby ze svých účtů vedených u těchto bank.

Na jaké další inovace se mohou klienti těšit?

Vedlejším efektem směrnice PSD2 je mnohem širší otevírání se bank, a to jak směrem ven, například napojení se na účty klientů u jiné banky, tak směrem dovnitř, kdy banka do svých systémů napojuje služby třetích stran. V dnešním světě vzniká velká spousta nových technologických firem, které se věnují financím (tzv. FinTech). Tyto firmy nemusí vždy konkurovat bankám, ale do budoucna budou vznikat partnerství mezi bankami a FinTech, díky čemuž budou přicházet nové služby a produkty, ze kterých budou těžit především klienti.

Komerční banka například v březnu zahájila spolupráci se společností Fakturoid a představila společnou službu pro podnikatele, kteří mohou vystavovat faktury přímo z prostředí internetového bankovníctví. Do budoucna budeme v tomto trendu pokračovat a internetové a mobilní bankovníctví se stane bránou i do jiných než čistě finančních služeb.



Odstoupí

Gubernátor Kemerovské oblasti na Sibiři Aman Tulejev, kritizovaný kvůli katastrofálnímu březnovému požáru obchodního domu, odstupuje z funkce. Jeho demisi požadovaly tisíce demonstrantů průmyslového města Kemerova. Při požáru zahynulo 64 lidí, z toho jedenačtyřicet dětí. AP

Zprávy krátce

Lavina zabíjela

Tři španělské lyžaře zabila lavina ve švýcarských Alpách nedaleko lyžařského střediska Fiescheralp v kantonu Valais/Wallis. Zbývající dva členové zasypané skupiny utrpěli lehká zranění a záchranáři je dopravili do nemocnice. **ČTK**



Česká kriminálka do USA

Slavní herci Matt Damon a Ben Affleck by mohli natočit remake české detektivky! Americká filmová společnost Entertainment One Television Production totiž uzavřela s Českou televizí opční a licenční smlouvu na prodej formátu úspěšné televizní série Spravedlnost, třídílného psychologického dramatu oceněného Českým lvem, kde hlavní roli detektiva ztvárnil Ondřej Vetchý. Američané teď mezi sebou jednájí o dalších krocích, vypadá to, že hollywoodské hvězdy budou hrát podle českých herců. „Entertainment One Television Production zaujala na Spravedlnosti originální zápletka a příběh. Jsem zvědavá, jak bude taková americká Spravedlnost vypadat,“ řekla kreativní producentka minisérie Kateřina Ondřejková. **ČT**

Sziget ohlašuje první hvězdy

Stovky slavných hudebníků na jednom z největších festivalů starého kontinentu.

Už po šestadvacáté se v maďarské Budapešti uskuteční festival Sziget, který patří k největším v Evropě a bývá také stále častěji označován za evropskou alternativu legendárního festivalu Burning Man, který se koná v poušti v Nevadě. Kromě koncertů, mezi nimiž se každoročně objevují největší jména současné hudební produkce, nabízí festival rovněž řadu divadelních představení, performancí a jiných uměleckých zážitků. Prvními hvězdami, které pořadatelé ohlásili, jsou Arctic Monkeys, Gorillaz nebo Lana Del Rey. Jediným letošním zástupcem



Z Česka do Maďarska přijede Thom Artway

MAFRA

české hudební scény na prestižním festivalu Sziget bude Thom Artway. „Už jsem si chtěl kupovat vstupenku! Ale prý tam hraju! Jsem rád, že mohu být součástí festivalu, který má takový line-up a atmosféru!“ směje se 25letý mladík, který před dvěma lety získal Ceny Anděl, a to v kategoriích Zpěvák roku a Objev roku. **MAP**

Lístky

Pětidenní permanentky jsou již vyprodané a 11. dubna se cena ostatních lístků zvyšuje.

- Více info a nákup lístků na www.szigetfestival.com/cz/. Ostrov Óbudai v centru maďarské metropole se promění v ostrov Svobody od 8. do 15. srpna.

Olomoucký majáles. Oslaví první republiku

Olomoucký majáles se letos zaměří na sté výročí republiky a také na společnou česko-slovenskou historii. Návštěvníkům spojení obou zemí bude

připomínat nejen kulturní program, zpívání plné verze československé hymny v centru Olomouce, ale i samotné motto festivalu ČeskosLOVEN-

sko aneb 100 let spolu. Osmý ročník se bude konat 9. května, ozdobí ho například Tata Bojs, frontman Iné Kafe i tradiční korunovace krále. Pro-

gram majálesu tradičně nabídne divadelní představení, filmy, výstavy, besedy, workshopy, interaktivní prezentace desítek neziskových organizací

nebo sportovní program. Majáles zahájí již tradičně alegorický průvod městem a korunovace krále majálesu na pódiu před radnicí. **ČTK**

INZERCE

SOUTĚŽ PRO ČTENÁŘE DENÍKU METRO

VYHRAJTE

S FILMEM DEN CO DEN VOŇAVKU MARY KAY!

SOUTĚŽNÍ OTÁZKA

Jaký je originální název filmu?

- a) My day b) Every Day c) Good Day

Instrukce k soutěži:

Své odpovědi zašlete do dnešní půlnoci na adresu vyhraj@metro.cz ve tvaru JMÉNO, PŘÍJMENÍ, ADRESA, TELEFON, SPRÁVNÁ ODPOVĚĎ (A, B, nebo C), do předmětu e-mailu uveďte MARY KAY. Tři soutěžící se správnou odpovědí vyhrávají voňavku Mary Kay. Výherci budou kontaktováni e-mailem do 3 pracovních dnů. Více informací o pravidlech soutěže a vyzvednutí cen najdete na www.metro.cz

metro

MOJE MĚSTO, MOJE METRO

PRÁVO A BYDLENÍ

NOVÝ SERIÁL
LIDOVÝCH
NOVIN
OD 20. 4.

BONUS VZORY SMLUV

VŠE, CO POTŘEBUJETE VĚDĚT, V 16 DÍLECH

- Jak správně postupovat při koupi, prodeji či pronájmu nemovitosti
- Výhody a nástrahy dědictví a darování
- Smlouvy, povolení, zápisy do katastru, jednání s úřady
- Časté chyby a na co si dát pozor

Předplatné objednávejte na 225 555 533 nebo na www.lidovenoviny.cz/bydleni Nabídka platí do 18. 4. 2018.

LIDOVÉ NOVINY

Sudoku

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

Napište svou bublinu



„Že já se nedal radši na kariéru pandy.“
JÁCHYM DVOŘÁK
Facebook

FOTO: 2x AP

Napište bublinu a reagujte na sloupek na: www.facebook.com/denikmetro



Napadá vás vtipný popisek?

Počasí

DNES Min. 15 Max. 19	ZÍTRA Min. 17 Max. 21	ČTVRTEK Min. 12 Max. 16	PÁTEK Min. 9 Max. 13
---------------------------------------	--	--	---------------------------------------

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: -8,0 °C/23,1 °C
Roky výskytu: 1900/2011

Kvíz

- Hladinu cukru v krvi snižuje hormon, kterého mají diabetici nedostatek. Jmenuje se:
a) glukagon
b) pankreas
c) inzulin
- Britský fyzik a chemik sir James Dewar narozený v roce 1842 je známý jako vynálezce:
a) žehličky
b) termosky
c) vysavače
- Velikonoce se konají ve dvou různých měsících – podle daného roku. Nepatří mezi ně:
a) březen
b) duben
c) květen
- Italská automobilová závodnice a jezdyně formule 1 Lella Lombardiová se narodila v roce:
a) 1943
b) 1963
c) 1983
- Al-bahhr al-ahhmarr je arabský název pro vnitřní moře Indického oceánu. Je to moře:
a) Rudé
b) Středomoří
c) Arabské

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

ČT1

- 12:30 Sama doma
- 14:00 Hovory H ještě po dvaceti letech
- 15:00 Doktor Martin IV
- 15:50 To je vražda, napsala
- Vražda v autobuse
- 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 Vyprávěj
Seriál (ČR, 2009-2013). Pánská jízda. Hrají: O. Vlach, D. Syslová, R. Šopík, H. Vagnerová, J. Nosek, J. Poláček a další. Režie B. Arichtev

- 20:55 Čtyři vraždy stačí, drahoušku
- Komedie (ČR, 1970)
- 22:39 Výsledky losování Šťastných 10 a Euromilliony
- Ve jménu vlasti VI
- 22:40 Taggart
- 23:30 AZ-kvíz
- 00:40 Banánové rybičky
- 01:05 Zajímavosti z regionů
- 01:25 Žijíš jenom 2x
- 01:55 Sváteční slovo uměleckého kováře Jana Guziura
- 02:25 Kočka není pes

ČT2

- 13:15 Po stopách třetího odboje
- 13:45 Hollywood za 2. světové války (1)
- 14:35 Trabantem
- Jižní Amerikou (5/12)
- 15:05 Stopy, fakta, tajemství
- 15:35 Magie Venezuely
- 16:25 Proces H – den osmý
- 17:20 Rudi prezident (5/5)
- 18:15 Národní klentoty
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Uchem jehly
- 19:20 Zeměpis světa
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



20:00 Hitlerovy prohrané bitvy (2/2)
Ve skutečnosti neměl žádné předpoklady velet svým armádám, chyběly mu znalosti strategie a taktiky, a navíc neměl k válčení ani talent

- 21:00 Lucka – život a jak ho žít
- 21:55 Dům z karet IV (9/13)
- 22:40 Letecké katastrofy: Peklo v Sao Paulu
- 23:25 Spravedlnost pro Martina Luthera Kinga
- 00:55 Cesta dřeva: Malé dřevo
- 01:25 Cesta dřeva: Velké dřevo
- 01:55 Poslední den
- Ježíše z Nazareta
- 02:20 Rodina – kolébka života
- 02:40 Tři svatby
- 03:10 Máma a máma
- 03:40 Uchem jehly

NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:35 Krok za krokem VI (3)
- 12:55 Ordinace v růžové zahradě 2 (1/6)
- 14:05 Odložené případy II (13)
- 15:00 Odložené případy II (14)
- 15:55 Námořní vyšetřovací služba VII (7)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- Co na to Češi
- 17:25 Ulice (3437)
- 18:25 Ulice (3437)
- 19:30 Televizní noviny, Počasí
- Sportovní noviny, Počasí



20:20 Ordinace v růžové zahradě 2 (805)
Seriál (ČR, 2018). Bobo a Heluše předstírají, že jsou nadšení farmáři. Cestmír řeší vážné komplikace u porodů. Hrají: Z. Adamovská, P. Rychlý, P. Štěpánek, M. Etlzer a další. Režie M. Kleis

- 21:35 Víkend
- 22:35 Smrtonosná zbraň (8)
- 23:30 Beze stopy II (3)
- 00:20 Odložené případy II (13)
- 01:05 Odložené případy II (14)
- 01:50 Námořní vyšetřovací služba VII (7)
- 03:20 Co na to Češi
- 04:00 Ordinace v růžové zahradě 2 (1/6)
- Seriál (ČR, 2010)
- 04:55 Novashopping

PRIMA

- 12:15 Polední zprávy
- 12:30 Jake a Tlustoch V (19)
- 13:30 Doktor z hor:
Nové příběhy VII (7)
- 14:30 Komisař Rex IV (8)
- Spiknutí
- 15:30 Komisař Rex IV (9)
- Ukradené štěstí
- 16:35 Odpolední zprávy
- 16:50 Policie v akci
- 17:50 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimi zprávy
- 19:40 Divošky
- 19:55 TOP STAR



20:15 Ohnivý kuře II (91)
Seriál (ČR, 2018). Burák se snaží vařit podle Macátkovy odměňovací metody. Funguje to, ale jen dočasně. Hrají: J. Prachař, J. Dolanský, N. Lichý, M. Suchánek, S. Rašilov, R. Genzer, O. Navrátil a další. Režie L. Kodad

- 21:35 Policie z centra (3)
- Krimiseriál (ČR/SR, 2012)
- 22:50 TOP STAR magazin
- 23:45 Policie v akci
- 00:45 Komisař Rex IV (8)
- Krimiseriál (N/Rak., 1997)
- 01:45 Komisař Rex IV (9)
- Krimiseriál (N/Rak., 1997)
- 02:50 Prostřeno!
- 03:45 Doktor z hor:
Nové příběhy VII (7)
- Seriál (N, 2014)

PRIMA COOL

- 12:20 Futurama V (4)
- 12:50 Simpsonovi XIV (14, 15)
- 13:40 COOLfeed
- 13:50 Simpsonovi XIV (16)
- 14:20 Simpsonovi XIV (17)
- 14:45 Teorie velkého třesku X (10, 11)
- 15:40 Futurama V (5)
- 16:05 Americký chopper V (16)
- 17:00 Top Gear XVII
- 18:15 Simpsonovi XIV (18)
- 18:45 Simpsonovi XIV (19)
- 19:15 Simpsonovi XIV (20)
- 19:45 Simpsonovi XIV (21)
- 20:05 COOLfeed



20:15 Top Gear: Botswanský speciál

- 21:20 Teorie velkého třesku X (12)
- Sitcom (USA, 2016)
- 21:50 Teorie velkého třesku X (13)
- Sitcom (USA, 2016)
- 22:15 Single Lady (2)
- Komedijní seriál (ČR, 2017)
- 22:45 Partička
- 23:30 COOLfeed
- 23:40 Americký chopper V (16)
- Seriál (USA, 2007)
- 00:40 Partička
- 01:20 Všemocný (11)
- Krimiseriál (USA, 2015)
- 02:20 Poslední loď II (12)
- Akční seriál (USA, 2014)
- 03:15 Všemocný (11)
- 04:10 Poslední loď II (12)

ÓČKO

- 06:00 Ranní fresh
- 07:00 Ukáž profil
- 07:05 Ranní fresh
- Vstávání s muzikou
- 09:00 Zpátečka
- 10:00 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 12:00 Óčko news
- 12:05 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 13:00 Óčko trendy
- Aktuální klipy
- 14:00 Óčko news
- 14:05 Óčko trendy
- 15:00 Óčko news



15:05 Mixxxer Show
Klipy na přání, soutěže, chat s hosty

- 17:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neutěche
- 17:05 Óčko trendy
- Aktuální klipy
- 19:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neutěche
- 19:05 Moje desítka
- Top 10 klipů podle diváka Óčka
- Óčko hity
- 20:00 Klipy nonstop
- ČZ & SK
- 21:00 České a slovenské klipy, exkluzivní premiéry
- Óčko flirt
- 22:00 Proud klipů se vzkyazy diváků Óčka

Sloupek

MARTIN ŠVIHLA

UČITEL AIKIDA A LEKTOR OSOBNÍHO ROZVOJE



PORNO?

Před časem jsem četl článek o škodlivosti online pornu. Nebylo to poprvé – článků a klinických studií o závislosti na online pornu a následných sexuálních dysfunkcích nebo nespokojenosti ve vztazích je čím dále tím více. Možná i proto, že lechtivé a extrémní filmy jsou dostupné na dvě kliknutí a přehrát si je můžeme i v telefonu.

Co mě však zaujalo, byl nadpis – zněl přibližně: „Online porno ničí sexuální život mladých mužů“. Znělo mi to trochu, jako by nevinní mladí mužové měli plnohodnotné vztahy a skutečný sexuální život, ovšem zlé porno je uvěznilo před obrazovkou.

Že by to bylo tak jednoduché? Že by ti mladí muži neměli svobodnou vůli a žádný podíl na té neutěšené situaci? Vždyť pornoprůmysl je obyčejný byznys – točí filmy, protože se na ně lidé dívají. Kdyby se na ně tolik nedívali, herci a herečky by si

museli najít jinou práci. Možná by bylo lepší říct „Mladí muži si ničí život online pornem“. Odpovědnost za situaci i za její změnu by tak dostali mladí muži. Oni jsou totiž jediní, kdo v té věci může udělat nějakou změnu. Pokud se však postaví do role obětí a budou se litovat... stanou se pouhou bezmocnou obětí. Platí to v podstatě na všechny situace, na kterých máme nějaký podíl. Pokud se nám něco nelíbí a uvědomíme si v tom vlastní část odpovědnosti, můžeme to začít měnit. Sami nebo s pomocí druhých, krok za krokem.

Tak schválně – jak byste přeložili věty „cigarety poškozují kuřákům plíce“ nebo „potravinářské firmy ničí lidem žaludky levným nekvalitním jídlem“?

www.martinsvihla.cz

Dopisy a vzkazy

Kauza Skripal

Jestli jsou Rusové v něčem konzistentní, tak je to způsob vyřizování si účtů s nepohodlnými oponenty a kritiky, kteří by mohli nějakým způsobem ohrožovat státní moc. Trockij, Rasputin, carská rodina, Katyně, Jan Masaryk, Skripal a dlouhá řada dalších jsou morbidním důkazem této vžité praxe. Strůjci a vykonavatelé atentátů v hlavních rolích tragédie jsou obestřeni závojem tajemství, známá jsou pouze jména němých obětí. Diváci sledovali doposud celkem chladký průběh tohoto pochmurného představení s určitou dávkou apatie, doufajíc, že se jich to až tak moc netýká. Teprve u posledních obětí to konečně pořádně zaskřípalo! Doufejme, že dost hlasitě, aby se světová veřejnost probudila...

LADISLAV VYMĚTAL, PRAHA

Spravedlnost

Jsem invalidní důchodce, vdovec, pracuji a mám 70 korun na hodinu. A potom se dočtu, že bezdomovci za úklid vlastního nepořádku dostanou 100 korun. Je to záměr, nebo výsměch?

MIROSLAV PECH, PRAHA

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

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

Výrok dne



„Ano, jsem těhotná.“

ADRIANA SKLEŇÁŘÍKOVÁ,
TOPMODELKA

Slovenka, které je 46 let, v minulosti přiznala, že před založením rodiny dávala přednost kariéře. Loni prozradila, že v roce 2016 potratila. Následně uvažovala o adopci. Nyní je bezdětná kráska opět v očekávání.

Slovo dne

PORNO

(Ze sloupku Martina Švihly na této straně)

Neumělecké zdůraznění sexu v umění; porno vybočuje z norem morálky

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK
CIZÍCH SLOV

Cítát

Pornoprůmysl je obyčejný byznys – točí filmy, protože se na ně lidé dívají.

Řešení sudoku

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

Anketa Nakupujete léky přes internet?



Klára Svobodová
Chodím do lékárny. Hlídají mi léky, to internet neumi.



Jana Krejčí
Pouze vitamíny, doplňky stravy, dermokosmetiku.



Zlata Kourzková
Vyjíměčně a pokud, tak přes e-shop lékárny.

Komiks



INZERCE

HOROSKOP na úterý 3. 4.

VAŠE BUDOUCNOST!
Astroložka Dita **Váš HOROSKOP!**
Vám nabízí jasné prognózy!
Pište SMS ve tvaru **23HHV** a své datum narození na **904 30 55** nebo volejte na **906 70 30 35**

Beran 21/3–20/4 Náhodou při hledání informací na internetu dnes narazíte na kontakt dávného spolužáka. Dost vás překvapí, jak se vypracoval.	Váhy 23/9–23/10 Rádi byste si v létě dopřáli exotickou dovolenou. Tak si vyberte destinaci a počínaje dneškem začněte šetřit. Zvládnete to.
Býk 21/4–21/5 Dnes večer si po dlouhé době vychutnáte klid a pohodu. Doma po vás nikdo nic nechce, nic se neděje a není třeba se zlobit.	Štír 24/10–22/11 Vaše mzda, kterou měsíčně přispíváte do rodinného rozpočtu, je jeho významnou položkou. Dnes to všem připomenete. Musí to být?
Blíženci 22/5–21/6 Pokud jste rodiči dospělých dětí, budou dnes potřebovat radu ohledně svého zaměstnání a kariéry. Potěší vás jejich důvěra.	Střelec 23/11–21/12 Vážně si myslíte, že máte pacient na neomlynost? Aspoň se dnes tak chováte a není to poprvé. I úsudek ostatních bývá bystrý!
Rak 22/6–22/7 Nesmíte dovolit, aby se nervové vypětí z práce začalo projevovat na vztazích s vašimi blízkými. Dnes k tomu nebude daleko.	Kozoroh 22/12–20/1 Některý z vašich potomků vás dnes požádá o důvěrný rozhovor. Nedělejte si legraci z jeho starostí a berte celou věc vážně.
Lev 23/7–22/8 Rozhodně nezanedbávejte svou rodinu kvůli práci. Začíná se to projevovat zhuštinou atmosférou. Právě takovou, jako je ta dnešní.	Vodňář 21/1–20/2 Zarazte dnes všechny klepy, které se jako zhubná nemoc táhnou v rámci širšího příbuzenstva! Než to přeroste v něco horšího.
Panna 23/8–22/9 Kupící se resty týkající se domácích prací vás dnes naštvou tak, že se rozhodnete s nimi nemůžete najít společnou řeč, a navíc se k vám dnes zachovají nehezky.	Ryby 21/2–20/3 Příbuzní vašeho partnera vám dlouhodobě pijou krev. Nemůžete najít společnou řeč, a navíc se k vám dnes zachovají nehezky.

Kdy vás potká velká láska?!
Ve vašem horoskopu leží odpověď!
Pište SMS ve tvaru **39ABA** a vaše jméno a znamení na číslo **904 30 46**

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

Zbytečně nepřislazujte, stačí cukr z ovoce nebo mléka

Cukr – neviditelný zabiják, který dokáže zcela rozvrátit organismus a způsobit nezvratné změny.



Nadměrné množství přidaného cukru škodí

PROFIMEDIA.CZ

K životu cukr potřebujeme, ale nejen Češi to s jeho konzumací přehánějí. Špatná kvalita stravování je momentálně zodpovědná za více onemocnění než samotné kouření, alkohol a nedostatečná pohybová aktivita. Celosvětově uznávaný odborník, britský kardiolog a jedna z hlavních tváří kampaně proti cukru Dr. Aseem Malhotra, který se v polovině května zúčastní konference FOOD NEWS 2018 v pražském Kongresovém centru, varuje především před „přidaným“ cukrem.

Ve svém výzkumu uvádí, že na rozdíl od tuků a bílkovin přidané (rafinované) cukry nemají žádnou výživovou hodnotu. Oproti tomu, co tvrdí potravinářský průmysl,

naše tělo podle něj v žádném případě nepotřebuje přijímat energii ve formě těchto přidaných cukrů.

Doporučený denní příjem sacharidů pro dospělého člověka je, dle mezinárodní zdravotnické organizace WHO, mezi 45 až 65 procenty celkového denního energetického příjmu a jednoduché cukry by v ideálním případě měly

tvorit asi 5 procent celkového energetického příjmu. Doporučení ohledně příjmu sacharidů u dětí je stejné. Toto množství představuje pro muže asi osm čajových lžiček cukru a pro ženy a děti ve věku 2 až 18 let šest čajových lžiček.

V doporučeních WHO je také kladen důraz právě na rozlišování cukrů přirozeně

se vyskytujících v potravinách a cukrů přidaných. To v praxi znamená, že bychom se v rozumné míře neměli vyhýbat cukrům v ovoci, zelenině, medu a mléce, a naopak bychom měli co nejvíce ze svého jídelníčku eliminovat přidané cukry, tedy produkty jako slazené nápoje, tzn. limonády, sirupy, mléčné koktejly a shaky, ale i cukrem doslazovaný čaj či kávu, dále sladkosti, sušenky, slané pochutiny a různé již hotové pokrmy.

Pro příklad: Pokud si k snídani připravíme 100 g obyčejných neochucených ovesných vloček, zkonзумujeme sice asi 58 g sacharidů, ovšem z toho cukry budou pouze jeden gram a tělu kromě komplexních sacharidů dodáme i množství zdraví prospěšné vlákniny, vitamínů, minerálů, a dokonce i nějaké proteiny a tuky.

Naproti tomu pokud místo vloček ráno posnídáme oblíbené komerční snídaněvé cereálie (kuličky či polštářky), přijmeme ve stejné porci jako u vloček v průměru asi o 23 g cukrů více a asi polovič-

ní množství proteinů a nižší podíl vlákniny. To tedy znamená, že konzumací 100 g snídaněových cereálií jsme vyčerpali a někteří i zdvojnásobili doporučený denní příjem cukrů.

Za další nebezpečí považuje Malhotra takzvané „low-fat“ neboli nízkotučné výrobky. Ty se snaží přesvědčit spotřebitele o prospěšnosti pro zdraví, přitom se většinou jedná o výrobky se sice sníženým obsahem tuku, ovšem doslova se šokujícím obsahem přidaných cukrů. Skupina složená z mezinárodních i britských odborníků včetně Malhotra se proto v Anglii rozhodla vést kampaň proti cukru a jako hlavní cíl si vytyčila tlačit na potravinářský průmysl i celou společnost, aby došlo ke snížení množství přidávaného cukru do potravin o 40 procent v následujících čtyřech letech. To by mohlo znamenat snížení energetického příjmu až o 100 kalorií denně a dle britského ministerstva zdravotnictví by toto snížení mohlo pomoci zvrátit epidemii obezity. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

První operace mechanického srdce

Lékaři pražského Institutu klinické a experimentální medicíny (IKEM) pod vedením Jana Pírka před patnácti lety, 3. dubna 2003, poprvé v České republice a v zemích východní Evropy použili pro záchranu pacienta mechanické srdce.

Institut klinické a experimentální medicíny se může

pyšnit řadou unikátních zákroků a nejdříve prvenstvím mimo jiné v transplantaci medicíny.

Například v roce 1984 zdejší specialisté provedli první úspěšnou transplantaci srdce v tehdejších socialistických státech, v listopadu 2007 provedli lékaři pražského IKEM první úspěšnou kombinova-

nou transplantaci srdce a plic v Česku.

Pacientem Institutu klinické a experimentální medicíny byl i Jakub Halík, který v roce 2012 jako první na světě žil bez srdce, které mu nahradily dvě pumpy. Unikátní zákrok byl výsledkem programu umělého srdce, přesněji mechanické srdeční podpo-

ry. Ta je určena pro pacienty, pro které právě vhodné srdce není k dispozici, jako přechodná podpora do transplantace. Prvním z pacientů, tehdy 57letému Antonínu Tučkovi, posloužil přístroj Thoratec VAD umístěný na bříše, v květnu téhož roku mu pak úspěšně transplantovali srdce biologické. Přitom

ještě před zákrokem lékaři dávali muži, kterému kvůli špatné činnosti srdce začaly selhávat i jiné orgány, jen několik hodin života. Zhruba pět milionů korun, které stály umělé srdeční komory, přípojné trubičky, pohonná a řídicí jednotka, zaplatila ze dvou třetin zdravotní pojišťovna, zbytek sponzoři. **ČTK**

INZERCE

NIKDO VÁM NEVNUCUJE, CO SI MÁTE MYSLET

ParlamentníListy.cz

SCIENCE AROUND US

Activity 1

Before you read, match the word or phrase to a definition.

- 1. absorb
- 2. carbon dioxide
- 3. cereal
- 4. experiment
- 5. gene
- 6. land
- 7. related

- a. area of ground
- b. a test you do to learn

- or discover something
- c. part of the air that comes out of your mouth or nose when you breathe out, also called CO₂
- d. information inside a piece of DNA that controls how we look or behave
- e. a kind of plant that is used to make food such as bread
- f. take energy, liquid or gas inside
- g. connected

Keep up-to-date with the science that's bringing a new dimension to everyday life.

Lesson No. 5



changes in the Earth's climate. Growing plants there will be more and more important.

Desert plants

Lack of food
The population of the Earth is still going up and scientists are worried that there will not be enough food for everybody in the middle of this century. One unusual plant from Madagascar, the *Kalanchoe fedtschenkoi*, may help. It absorbs carbon dioxide at night and it needs ten times less water than food plants like corn. This means it can grow in the desert.

Living in the desert
It is dangerous to eat this plant, but scientists can study two related things about it: how it absorbs carbon dioxide at night when other plants only do this during the day, and why it is so good at living in the desert. There will be less good land for growing food in the future because deserts are increasing in size because of

Using genes
There are two possible directions to take this research. To produce a desert plant to eat will be difficult, but it may be possible to use the genes from this plant and put them into food plants like beans or cereals. This will only happen if most people accept this type of technology, which uses genes from one plant inside another plant.

Fuel from dry land
The other possibility is to grow this type of plant for fuel. At the moment people are asking why good land is used to grow plants for fuel, and not for food. If we use deserts instead, then this problem is partly solved. Some, but not all, of the plants needed for fuel can use desert land. The world's climate is changing and population is still increasing, but one strange plant could



be an answer to our future food or energy needs.
This simplified version by Richard Sidaway, adapted from

the original article by John O'Reilly.
Cubed is an online magazine from British Council

Science that highlights exciting UK research. To see more, visit www.britishcouncil.org/cubed

Activity 3

There are many places in the text where you can see words like it or this.

- We use these words so that we don't have to repeat ideas or phrases we used earlier.

For example, '...other plants only do this during the day.' The word 'this' means 'absorb carbon dioxide'.

What do the words in bold mean in the following clauses and sentences?

Choose the best answer: a, b or c.

- 1. ... and it needs ten times

less water than food plants like corn.

- a. Madagascar
- b. carbon dioxide
- c. the *Kalanchoe fedtschenkoi*

- 2. This means it can easily grow in the desert.

- a. the fact that it absorbs carbon dioxide at night
- b. the fact that it needs ten times less water than food plants like corn
- c. the fact that it is a food plant like corn

- 3. Growing plants there will be more and more important.

- a. in the future
- b. in the Earth's climate
- c. in deserts

- 4. ... which uses genes from one plant inside another plant.

- a. if most people accept this type of experiment
- b. this type of experiment
- c. most people

- 5. ... this problem is partly solved.

- a. why good land is used to grow plants for fuel, and not for food
- b. if we use deserts instead c. to grow this type of plant for food

Activity 2

Decide if the following statements are sentences true or false, according to the text.

- 1. The number of people in the world will stop increasing soon.
- 2. The *Kalanchoe fedtschenkoi* plant needs very little water.

3. The *Kalanchoe fedtschenkoi* plant is safe for humans to eat.

4. Scientists want to transfer part of the plant to other plants.

5. There is only one use for the *Kalanchoe fedtschenkoi* plant.

Activity 4

What other ways of growing more food or producing more fuel can you think of?

Answers

Activity 1 1. f; 2. c; 3. e; 4. b; 5. d; 6. a; 7. g

Activity 2 1. False (F); 2. True

(T); 3. F; 4. T; 5. F

Activity 3 1. c; 2. b; 3. c; 4. b; 5. a

Sparta hoří ve druhých poločasech

Letenský tým opět ztratil. Napodobili ho ale i plzeňští a slávitě.

Pokud by se do tabulky první fotbalové ligy počítaly jen výsledky z prvních poločasů, vedla by po 22. kole Sparta Praha s tříbodovým náskokem před Plzní a Slavií. O to více mohou mrzet spartany nevydařené druhé poločasy, ve kterých poztráceli oproti těm prvním osm bodů a v reálné tabulce jsou až šestí se ztrátou 15 bodů na vedoucí Plzeň.

Ve čtyřech z posledních pěti zápasů spartané po změně stran ztratili vedení a jen remizovali, naposledy o víkend s Teplicemi. V derby se Slavií dokonce přišli o tříbrankový náskok. S druhými poločasy se potýkají téměř celou sezonu. Z dvaadvaceti druhých poločasů dokázala Sparta vyhrát jen šest a pouze v zá-

Vzpoury outsiderů

Výsledky 22. kola první fotbalové ligy

- Slavia Praha - Zlín 1:2
- Plzeň - Mladá Boleslav 1:2
- Teplice - Sparta Praha 1:1
- Slovácko - Liberec 0:1
- Brno - Karviná 0:0
- Jablonec - Bohemians 2:1
- Baník Ostrava - Jihlava 3:1
- Dukla Praha - Olomouc 2:3

pasech s Ostravou a Slováckem po změně stran rozhodla o své výhře. Vedení neudržela hned sedmkrát.

V posledním ligovém kole se ale nepředvedly ani vedoucí Plzeň a druhá Slavia. Sešívání podlehl v Edenu 1:2 dosud trápícímu se Zlínu, Plzeň prohrála rovněž 1:2 doma s Mladou Boleslaví. **ČTK**



Třinec je krůček od finále

Třinečtí hokejisté včera zdolali Hradec Králové ve třetím semifinálovém utkání play off 5:1 a už jen jediná výhra jim schází k účasti ve finále. Na snímku se radují střelec druhého gólu Ondřej Kovařík (vlevo) a David Cienciala. Z druhé dvojice mají do finále blíž hráči brněnské Komety, kteří vedou nad Plzní 2:0 na zápasy. **ČTK**

Zprávy krátce

Joshua boxoval dvanáct kol

Britský boxer Anthony Joshua vyhrál duel neporažených šampionů těžké váhy nad Novozélanďanem Josephem Parkem a je nyní mistrem světa tří ze čtyř hlavních profesionálních organizací WBA, IBF a WBO. V Cardiffu musel poprvé v kariéře boxovat celých dvanáct kol.

Tabulka se zdramatizovala

Baráž o hokejovou extraligu pokračovala 3. kolem. Kladenští Rytíři se dočkali prvních bodů, vítězstvím 3:1 nad Karlovými Vary se odrazili z poslední místa tabulky. Jihlava porazila dosud stoprocentní Litvínov 4:1 a je první.

Dvě stříbrné z šampionátu

Vzpěrač Jiří Orság získal na mistrovství Evropy v Bukurešti ve váze nad 105 kilogramů stříbrné medaile ve dvojboji a nadhozu. Další český reprezentant Kamil Kučera má bronz z nadhozu. **ČTK**

Nadal. Popáté vede žebříček tenistů

Španělský tenista Rafael Nadal se vrátil do čela světového žebříčku. Z prvního místa sesadil fenomenálního Švýcara Rogera Federera, který vypadl na turnaji v Miami překvapivě již ve druhém kole a neobhájil body za loňský titul. Tomáš Berdych po vyřazení v třetím kole floridského turnaje Masters klesl o pět míst a je osmnáctý.

Mezi ženami dál vede Rumunka Simona Halepová, nejlepší česká hráčka Karolína Plíšková zůstala na šesté příčce. Vítězka z Miami Američanka Sloane Stephensová se poprvé dostala do elitní desítky a je devátá. Hned za ní figuruje Petra Kvitová. Jednatřicetiletý Nadal se posunul do čela žebříčku popáté a v roli světové jedničky začíná 168. týden. Více týdnů na tenisovém trůnu strávili jen rekordman Federer (309), Pete Sampras (286), Ivan Lendl (270), Jimmy Connors (268), Novak Djoković (223) a John McEnroe (170). **ČTK**

INZERCE

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

Cestování - nabídka

800 222 210

VELIKONOČNÍ SLEVY až 20% do 6.4.2018

POZNÁVACÍ ZÁJEZDY poslední volná místa

Ubytování	dop.	nocí	od	ubyt.	strava	cena od
MADEIRA - KVĚTINOVÉ SLAVNOSTI	✗	7	16.4.	***	SN	18 990
ALBÁNIE - VELKÝ OKRUH	✗	11	2.6.	***	SN	22 490
PETROHRAD	✗	4	7.6.	***	PL	23 772
UZBEKISTÁN	✗	8	20.9.	***	PL	38 990

SEVERNÍ ALBÁNIE

hotel **** s polopenzí	✗	7	VI - IX	****	PL	11 432
------------------------	---	---	---------	------	----	--------

KORFU

studio bez stravy	✗	7	VI - IX	S	BS	7 592
studio bez stravy	✗	11	VI - IX	S	BS	8 792
hotel **** s polopenzí	✗	7	VI - IX	***	PL	11 112
hotel **** s polopenzí	✗	11	VI - IX	***	AL	13 592
hotel *** s all inclusive	✗	7	VI - IX	***	AL	12 742
hotel *** s all inclusive	✗	11	VI - IX	***	AL	15 192

Vysvětlivky: S - studio, * - počet hvězdiček hotelu
BS - bez stravy, SN - snídaně, PL - polopenze, AI - all inclusive



CK AGL travel
Jungmannova 6, Praha 1
www.AGLtravel.cz

Práce - nabídka

• Nabízíme účast v klinické studii pro zdravé ženy, které jsou nejméně rok po přechodu. Studie probíhá v Praze. Nutné 1+3 dny hospitalizace a pak ambulantní návštěvy kliniky po dobu 8 měsíců. Zkoumáme krevní hladiny depotního léku. Studie je schválena státním ústavem pro kontrolu léčiv. Kompenzace za účast ve studii 45-55 tis. Kč. Tel. 242454429 po-pá 8-17.30, e-mail: klinika@quinta.cz, http://www.quinta.cz/dobrovolnici-7. Odměna i za doporučení.

Finance - nabídka

• Oddlužíme nemovitost! Vyplatíme Vaše dluhy, zástavy, exekuce! Odkup nemovitosti, peníze máte do 48 hod! V nemovitosti můžete stále bydlet! 737352730

Starozitnosti

• Mongolské, čínské, japonské, turecké, perské starozitnosti a obrazy i evropské historické zbraně - koupím. M:776 35 88 65

Služby - nabídka

• Odklad daňového příznání pro právnické i fyzické osoby. office@odkladnavovehopriznani.cz, 800300800

NAŠI MILÍ ČTENÁŘI, PROSÍME, DO KOŠE NEPATŘÍME!



Intimní

E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, tech. zajišťuje Materna, jen pro starší 18let. 1sms/50Kč, 1min/90Kč vč DPH, max. délka hovoru 13 minut, www.ema.bz, www.platnobilem.cz



• **Hledáš STAROU ŽENSKOU** na sex? Tak neváhej a pošl SMS ve tvaru 36PEX a text na 909 15 50

• **Jsem vdova** a toužím po mazlení! Chceš to taky? Iveta 61, Libeň. Tel: 909 90 99 25 nebo mi napiš SMS na 909 15 40 s kódem 11ULU a tvůj text!

• **MLADÁ A HRAVÁ** Chci si hrát s tvým ptáčkem. Veronika 22. Tel: 909 801 801 kód UFB23



• **Miruška 65.** Jsí asi má poslední naděje si užít krásného milování bez výčitek. Jsem osamělá a mám spoustu času! Ozvi se mi na 909 80 50 40 nebo mi napiš SMS na 909 15 45 s kódem 31ATX a tvůj text!

metro



obj. kód: MYC154

FINISH All in 1 Max 110 ks MEGABOX

Tablety do myčky zaručují až 10 účinků síly
Funkce soli, leštidla i předmáčení
Chrání myčku proti vodnímu kameni
Účinkují i při nízkých teplotách



~~134,-~~
od 99,-

Množstevní
sleva

obj. kód: CISWC033

BREF Blue Aktiv Eucalyptus 3 x 50 g

Chrání před vodním kamenem
Obarvuje vodu do modrého odstínu
Eukalyptová vůně, čistící pěna



obj. kód: MYC161

SOMAT Gold Gel AntiGrease 120 dávek

Velké balení gelu do myčky
Vysoký odmašťovací účinek
Lze kombinovat dvě složky čisticího



~~139,-~~
od 89,-

Množstevní
sleva

obj. kód: AV1144

SILAN Coconut Water Mineral 1,8 l

Aviváž s vůní kokosové vody
Obsahuje vitamin E
Dlouhotrvající vůně



obj. kód: OSV252

**AIRWICK Freshmatic komplet
Čerstvě upečený jablečný koláč 250 ml**

Příjemná vůně jablečného koláče
Nastavitelná intenzita vůně
Lze zavěsit i postavit



obj. kód: NOH089

SCHOLL Velvet Smooth PRO

Ergonomický elektrický pilník na chodidla
Obsahuje brusnou a peelingovou hlavici
Praktická taštička součástí balení

Kup na www.alza.cz/maxi nebo volej **225 340 111**