

Tisíce produktů ihned k odběru



Na všech 38
pobočkách



 **alza.cz**

Více informací na alza.cz/den-s-alzou

Nový měsíčník jen pro vás

PRÁVĚ V PRODEJI



Nenechte
si ujít
PRVNÍ
ČÍSLO!

Časopis PRO všechny ŽENY, které si
chtějí život užívat plnými doušky!

SUPER BOWL. TRIUMF KANSAS CITY CHIEFS

KE DRUHÉMU TITULU TÝM DOVEDL QUARTERBACK MAHOMES STRANA 13



metro



Úterý, 4. února 2020

Č. 24, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Jarmila

mojemetro | denikmetro

Suchej únor. Poosmé má zbrzdit alkoholiky

„Jdu na jedno.“ Milion Čechů se pohybuje za hranicí rizikového pití. **Přiměřená dávka.** Jedna a půl lahve piva denně. **Kampaň.** Během tohoto měsíce můžete udělat něco pro sebe nebo zahájit životní změnu STRANA 3



Zmrzlá krása. Ledopády v Pulčínských skalách čekají na nízké teploty

Proslulé ledopády, které obvykle září rozmanitými barvami, jsou i v těchto dnech k vidění u Pulčína na Valašsku, v přírodní rezervaci Pulčín-Hradisko, místní části Francovy Lhoty. Letos se na nich však projevila dosavadní mírný průběh zimy, takže nejsou ani tak mohutné, ani barevné, jako bývají obvykle. Výzkum botaniků z Akademie věd České republiky již před lety ukázal, že zbarvení pulčínských ledopádů do hnědých, okrových nebo oranžových tónů způsobuje mikroskopická řasa žijící v ledu a sněhu. Ledopády se letos kvůli absenci mrazivých teplot dlouho nemohly vytvořit, a když už se blýsklo na lepší časy, přišla zničující obleva. Až se teploty ocitnou pod bodem mrazu, dá se očekávat, že se opět objeví. Nebudou však mohutné jako v předchozích letech. Ledopády leží mimo stabilně označené trasy, avšak obec Francova Lhota k nim obvykle značí trasu speciální.

ČTK



Z tunelu pod Vítkovem do bunkru i laboratoře

Nahlédli jsme do nepřístupného podzemí pod pražským Vítkovem.

Probíhají tu přípravy na jadernou i technologickou válku.

Tři sta metrů dlouhým průchodem mezi pražským Žižkovem a Karlínem si někdy už krátil cestu snad každý Pražan. Tunel pod Vítkovem, jenž byl otevřen již v roce 1953, však ukrývá nejedno tajemství, o kterém naopak neví skoro žádný. Za dvojicí těžkých plechových dveří se tu totiž ukrývají podzemní prostory, jež mají pomoci v případě jaderné války. Jedny dveře vedou do protiatomového krytu pro zhruba dvanáct set osob, druhé do možného skladiště mrtvol.

„Tento kryt byl podobně jako například Bezovka v Praze 3 prohlouben důlní technikou přímo do kopce. Tloušťka stěn je místy až tři metry, nad námi je asi padesát metrů skály a každá z ukrývaných osob by pro sebe měla v rámci chodeb dlouhých 1053 metrů asi metr čtvereční. Kryt vznikl v roce 1942, tedy ještě dříve než žižkovský tunel,“ sdělil nám v útrokách chodeb vítkovského krytu Petr Koníček

ze Správy služeb hl. m. Prahy.

Na to, aby vás v případě hrozby schovali, nemusíte zrovna skládat zkoušky z místopisu. Je jedno, zda jste z Prahy 3, Karlína, či třeba z Jižního Města. Důležité je ale především mít u sebe evakuační zavazadlo. „V takovém případě byste tu byli maximálně tři dny. Jídlo, pití a šatstvo s sebou je samozřejmost. Fajn je mít také nějakou tu společenskou hru. Mobily a tablety se vybíjí za pár hodin, nehleďte na to, že tu není signál,“ dodává Koníček.

Na jadernou válku sice na Vítkově ani v okolí zatím nedošlo, správa služeb však bunkr dodnes udržuje plně funkční. V komplexu jsme si prohlédli vzduchotechniku i například obrovský agregát značky Škoda, jenž slouží jako alternativní zdroj proudu. Pro případ nouze je navíc možné pohánět ventilátor na recyklaci vzduchu ručně. Jsou na to však potřeba dva fortelní chlapi střídající se po dvaceti minutách.

„Voda pramení hluboko pod bunkrem. Není přitom nutné se bát jakéhokoli znečištění. Zdrojem je celkem pětice hloubených studní s šířkou okolo dvou metrů. Hluboké jsou pak okolo dvanácti metrů,“ vysvětlil nám v jednom z tunelů údržbář Petr Kalouš.

Pokud by Prahu skutečně postihla jaderná katastrofa, teoreticky je možné uzavřít nejen kryt, ale i pěší tunel po



Dveře do krytu.



Petr Koníček (vlevo) a redaktor Filip Jaroševský

4x METRO

celé jeho délce. K tomu slouží mohutná kulatá vrata, která by tu obyvatelé hermeticky uzavřela. „Jedná se o další tajemství karlínského neboli žižkovského tunelu. Nikdo to ale v realu nikdy nezkoušel. Není totiž jisté, zda by se mu opět podařilo dveře zase otevřít,“ usmívá se Kalouš.

Za protějšími kovovými dveřmi na levé straně tunelu však objevujeme další překvapení. V již zmiňovaném potenciálním odkládišti mrtvol totiž sídlí vědci, kteří se specializují ani ne tak na jadernou válku jako spíše na tu technologickou. V jejich útluné laboroři, jak jen pobočka řežského ústavu jaderné fyziky v podzemním krytu může být, se totiž nachází zmenšená verze urychlovače částic.

Podobnou, podstatně větší mají například ve švýcarském Cernu. „Je to jediný urychlovač svého druhu ve střední a západní Evropě. Říkával jsem na světě, ale zakazili mi to Kanadani. Podobně výkonné mají i v nemocnicích na ozařování pacientů,“ vysvětluje šéf laboroře David Chvátíl.

Urychlovač se nejlépe uplatní při přesném měření obsahu částic v hmotě. Pro představa – je schopen určit gram čistého zlata v tuně hlíny, a to pouhým prosvícením vzorku horniny. Právě takové pokusy se tu za minulého režimu prováděly. V současnosti tu testují třeba pravěké náramky. „Z karlovarského muzea nám přivezli náramek, který měl být buďto ze zvířecí kůže, nebo z pravěké kůry

stromu. Prokázala se bohužel kůra, takže je šperk podstatně mladší. Tento test umožňuje mimo jiné také to, že testovanou věc můžeme vrátit bez poskvrny,“ doplňuje Chvátíl.

Jenom v Praze je celkem kolem dvanácti set krytů. Do některých z nich je vstup přísně zakázán, u jiných se běžně provádějí prohlídky. Takovým krytem je například Folimanka v Praze 2, do něhož se podle zjištění deníku Metro snaží každoročně dostat stále více lidí. Po článku v deníku Metro také výrazně vzrostl zájem o kryt Bezovka na trojce. O pravidelnějších prohlídkách krytů pod Vítkovem, jenž oficiálně spadá pod magistrát, se opatrně začíná uvažovat. **FILIP JAROŠEVSKÝ**



Vzduchotechnika



Vedoucí laboroře David Chvátíl (vlevo) vysvětluje, jak funguje urychlovač částic. Ten se také skrývá pod Vítkovem.

Milion pije víc, než je zdravo

Jedno pivo cestou do práce, dvě k obědu, tři na cestu domů. V Česku je to obvyklé.

Měsíčně přijme protialkoholní záchytná stanice Městské nemocnice v Ostravě v průměru 135 „zákazníků“. „V roce 2019 se jednalo celkově o 1626 záchytů,“ řekla deníku Metro mluvčí ostravské nemocnice Andrea Vojkovská. Ve všední dny je otevřená pro příjem od osmi ráno do čtyř odpoledne, ale o víkendech zde drží služby non-stop. „Stanice je nejfrekventovanější kolem půlnoci, dny nejsou rozhodující,“ doplňuje

je Vojkovská. Za noc si tady počítají dva tisíce korun, do toho se ještě připočítává 23 korun za kilometr jízdy sanitkou. Za loňský rok se neuhrazená přespaní na ostravské záchytce vyšplhala na dva a půl milionu, opilci tak uhradili přibližně jenom tři čtvrtě milionu korun.

Na to, že Češi příliš pijí, upozorňuje akce Suchej únor, která odstartovala v sobotu. Lidé by měli celý měsíc omezit nebo zcela vynechat

pití alkoholu. Má také poukázat na fakt, že asi milion lidí u nás je za hranici rizikového pití. To znamená, že denně zkonzumují přes deset gramů čistého alkoholu. Například denní přiměřená dávka pro muže je nejvíc čtyřicet gramů čistého lihu. V praxi to znamená maximálně jeden a půl lahve piva. Jenže to je množství, které pravidelní pijáci jen těžko dodrží.

I to vede k tomu, že ročně se v naší zemi ambulantně

léčí kvůli nadměrnému pití desetitisíce žen a mužů. Alkoholismus tak přijde českou společností přibližně na šedesát miliard korun ročně. Do této sumy se započítává například nižší pracovní výkonnost pijanů. Za léčbu těžkého poškození jater, vysokého krevního tlaku či závislosti na alkoholu vynaloží stát každoročně kolem 12 miliard korun.

I když české statistiky konzumace významně narušuje

turistický ruch, uvádí se, že Češi vypijí od deseti do více než čtrnácti litrů čistého lihu za rok. „Disproporce v údajích souvisí s metodikou, kterou použijete,“ říká Jarmila Vedralová, národní protidrogová koordinátorka. „Například Světová zdravotnická organizace zahrnuje do konzumace alkoholu všechny osoby nad patnáct let věku, náš Český statistický úřad do toho počítá všechny obyvatele včetně batolat,“ vysvětluje Vedralová.

„Bez ohledu na nepřesnosti ve statistikách a monitorování spotřeby alkoholu patříme bohužel opravdu k zemím s nejvyšší spotřebou alkoholu na světě,“ potvrzuje situaci Michal Miovský, přednosta Kliniky adiktologie Všeobecné fakultní nemocnice v Praze. Podle odborníků a lékařů se za hranou rizikové spotřeby alkoholických nápojů pohybuje téměř pětina české dospělé populace. Pití alkoholu považuje podle nejnovějšího průzkumu za trendy přístup téměř polovina české populace. **PAVEL HRABICA**

Kdo nepije, není Čech

44

Přibližně 44 tisíc korun utratí ročně ten, kdo si dá denně čtyři půllitry piva v restauraci (při ceně desítky kolem 30 korun). Za tyto peníze se dá momentálně pořídit například ojetá Škoda Fabia, ročník 2006, s nájedem necelých 140 tisíc kilometrů.

690

Podle poslední Výroční zprávy o stavu ve věcech drog v České republice za rok 2018 pije necelých sedm set tisíc Čechů alkohol denně nebo téměř denně. V porovnání s první republikou konzumujeme v současnosti třikrát víc alkoholu.

INZERCE

VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

Značka 

Kapsle obsahují zinek, měď a selen, které zajišťují zdravý vzhled vlasů a jejich posílení zevnitř organismu.

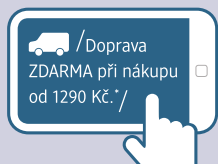


Mivolis

Haar Vital Komplex
vlasové kapsle
doplňek stravy
60 ks

59⁹⁰ Kč
1,00 Kč za 1 ks

www.dm.cz
www.facebook.com/dm_cesko
instagram.com/dm_cesko



* Platí pro nákupy zákazníků zaregistrovaných a současně přihlášených v online shopu dm.cz.



Únorová abstinence

Organizátoři kampaně Suchej únor se inspirovali v zahraničí. V některých zemích se nepítí vztahuje i na leden.

- Stránka suchejunor.cz nabízí například alkoholovou kalkulačku. Ta vyhodnotí, jestli je tazatel za hranici rizikové konzumace.
- Zhruba 59 procent lidí má podle agentury Median ve svém okolí osobu, která měla nebo má problémy s alkoholem.



Poslední rozloučení s Jaroslavem Kuberou

Po celé zemi se rozezněly sirény na počest zemřelého šéfa Senátu Jaroslava Kubery. Lidé se se svérázným politikem loučili v Praze a také v Teplicích, kde dříve působil jako starosta. Do kondolenční knihy mohli lidé zapsat svoje vzkazy v Krušnohorském divadle. **ČTK**

Krátce

Král zemřel pár dní před vydáním nového alba

Hudební publicisté, spolupracovníci a přátelé vzpomínají na Ivana Krále. Na slavného muzikanta, který se zapsal do dějin hudební scény. Ačkoli spolupracoval s takovými ikonami, jako byla Patty Smith, David Bowie nebo Iggy Pop, zůstával skromným a pracovitým mužem. Jeho skladby s radostí předělávaly kapely U2, Pearl Jam nebo Rolling Stones. Ivan Král zemřel v neděli ve věku 71 let

v Michiganu, kde žil. Bohužel se nedočkal vydání svého nového alba, které se bude jmenovat Smile. „Asi si řekl, zahrajem si zase s Davidem Bowiem, neváhal – a dnes se to už jistě děje,“ napsal David Gaydečka, organizátor letního Metronome festivalu, na kterém Král před čtyřmi lety vystoupil. **MEF**



Ivan Král v roce 2018 **ČTK**

Madony

V Muzeu východních Čech v Hradci Králové dokončují v těchto dnech instalaci výstavy gotického a raně renesančního umění, která nabídne více než 400 uměleckých předmětů. Žádná podobná výstava v novodobé historii dosud takto ucelený pohled na kulturní bohatství regionu východních Čech v období od 13. do 16. století nenabídla. Výstava začne ve čtvrtek.

ČTK



Sedlákům může pomoci internet

Agrorisk je nová služba pro zemědělce.

Tvůrci projektu InterSucho, který je službou zemědělcům, chystají v polovině roku spuštění portálu Agrorisk. Díky modelům dokážou předpovědět, jaké hrozí porostům riziko od biotických i abiotických činitelů. „Tedy jaké je riziko chorob a škůdců a také meteorologických extrémů, jako jsou mrazy, silný vítr či kroupy,“ řekl bioklimatolog a jeden z tvůrců projektu Zdeněk Žalud. Na projektu InterSucho se podílí Ústav výzkumu globální změny AV ČR a Mendelova univer-

zita v Brně a slouží primárně k tomu, aby zemědělci měli přehled o tom, jaké jsou vláhové podmínky a jaká je předpověď pro dalších devět dnů. Díky tomu si mohou lépe naplánovat práce v porostech.

Agrorisk má pomoci ještě lepšímu plánování, také zveřejní předpověď na devět dnů. „Chceme poskytnout včasnou výstrahu, aby se dala dělat včasná operativní opatření a aby na to mohla reagovat i státní správa. Protože když se reaguje, až když problém přijde, je pozdě,“ řekl Žalud. Zemědělec bude mít na webu možnost sledovat rizika v každém katastru pro konkrétní plodinu nebo může sledovat hrozbu konkrétních chorob a škůdců. „Uvidí jednoduchý semafor, kde zelená znamená

nulové riziko a čím červenější, tím větší riziko,“ vysvětlil Žalud. Vybídl zemědělce, aby pomohli web ještě doplnit tím, že nahlásí škůdce a choroby, se kterými se potýkají a s nimiž zatím tvůrci nepočítali. Do modelu, který riziko počítá, vstupují informace o tom, kde se co pěstuje, jací škůdci se kde mohou vyskytovat a jaké jsou meteorologické podmínky pro případné šíření. Zemědělcům se tak v době rychle se měnících klimatických podmínek nabízí další nástroj, jak lépe plánovat různé činnosti. Na trhu působí i komerční firmy, které pěstitelům pomáhají se zaváděním moderních technologií jak pro práci přímo na polích, tak pro sledování stavu porostů a plánování prací. **ČTK**

Krátce

Otrávení v jímce

Dva mladí muži se v neděli přiotrávili při čištění jímky v Kloboukách u Brna. Jeden se ze septiku dostal sám, druhého museli vyprostit a oživit. Do nemocnice ho přepravil vrtulník.

Nemocnice v Česku se zavírají

Většina nemocnic v Česku se zavírá pro návštěvy. Důvodem je chřipková epidemie, která propukla v pátek. Kvůli tomu se uzavírají také některé školy. Plošnou chřipkovou epidemii vyhláší ministerstvo zdravotnictví ve chvíli, kdy na 100 tisíc obyvatel připadá 1865 nemocných s akutními obtížemi dýchacích cest včetně chřipky. Nárůst nemocnosti hygienici zaznamenali ve všech věkových

skupinách a ve všech krajích. Nejvíce nemocných v poměru k počtu obyvatel je na jihu Čech a v Moravskoslezském kraji.

Nejdříve zaplatte staré dluhy

Policisté a celníci by mohli při kontrolách vozidel vymáhat po řidičích dříve nezaplacené pokuty. Počítá s tím návrh ministerstva vnitra a financí, který úřady poslaly do připomínkového řízení.

Nuda na horách?

Kvůli špatnému počasí hledají návštěvníci horských středisek jinou zábavu. Začaly jarní prázdniny a na horách je tráví stovky lidí. Panuje tam deštivé počasí. Třeba na Liberecku se plní sklárny v Harrachově a Poniklé či centrum iQLandia. **ČTK**

INZERCE

Portmonka

Věrnostní karty a kupóny v mobilu

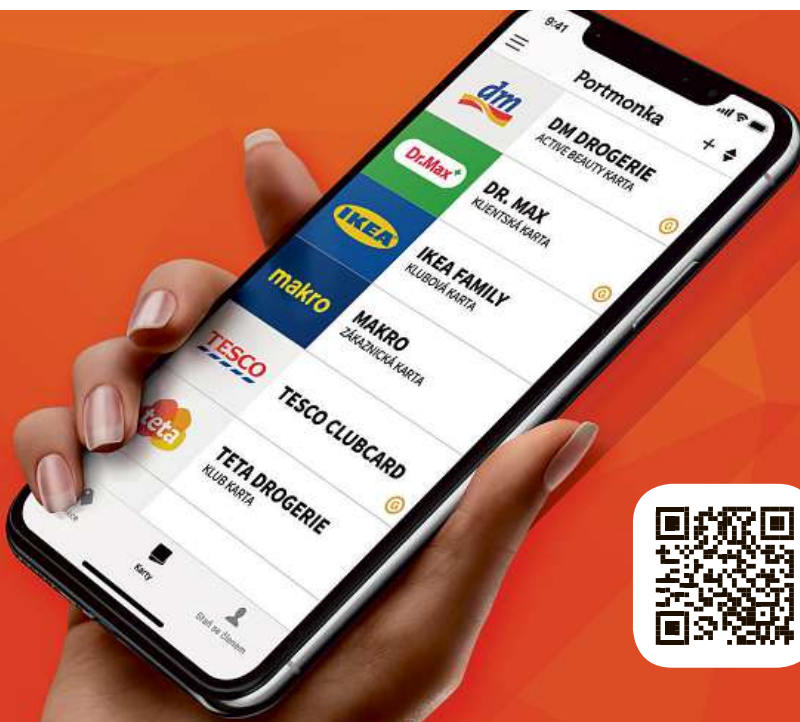
DEJTE PLASTU SBOHEM

KARTU SI PŘIDÁTE ZA 10 VTEŘIN

UŠETŘÍTE SE STOVKAMI SLEV A KUPONŮ

Download on the
App Store

GET IT ON
Google Play



Babiš. Podal trestní oznámení

Premiér Andrej Babiš podal trestní oznámení kvůli původní zakázce na elektronické dálniční známky. Trvá na tom, že byla předražená a Státní fond dopravní infrastruktury (SFDI) o ní vládu neinformoval. Předseda vlády to řekl po jednání vlády. Dodavatelem a provozovatelem IT systému měla být společnost Asseco Central Europe,

ministr dopravy Karel Havlíček se s ní domluvil na zrušení bez sankcí pro stát. „Trváme na tom, že zakázka byla předražená, že jsme o tom nevěděli a SFDI ji dělal ve vlastním režimu,“ řekl včera Babiš. Zakázka zadána bez otevřené soutěže vyvolala vlnu kritiky kvůli ceně 401 milionů korun. Stála křeslo ministra dopravy Vladimíra Kremlí-

ka. Soutěž bude vypsaná nově. Babiš s Havlíčkem zároveň odmítli informace serveru Seznam Zprávy, podle kterých e-shop na dálniční známky byl zástěrkou pro tajný sledovací systém. Na základě zdroje z bezpečnostní komunity web uvedl, že kamery, které mají kontrolovat, zda má vůz zaplacenou známku, mají pořídít nejen snímky re-

gistrační značky, ale též kabiny automobilu s posádkou. Podle Havlíčka jde o fantasmagorii. „Pokud by se k tomu nepřistoupilo, může se tím do určité míry ohrozit bezpečnost, protože ony chrání především občany, instituce, firmy. Toto není nic mimořádného,“ dodal. Bezpečnostní informační služba tvrzení serveru odmítla také. **ČTK**

Krátce

Řidič kamionu z Bulharska byl opilý, je ve vazbě

Osmatřicetiletý řidič kamionu projíždějící Znojmskem měl v krvi 2,22 promile alkoholu, soud ho poslal do vazby. Muži za to hrozí až tři roky vězení. Na klíčující bulharský kamion na silnici upozornil minulý týden ve středu jiný řidič, který jel za ním.

Udeřil opět gang zlodějů?

Policisté v neděli večer u Prahy opět použili virtuální pátrání po zlodějích. Tentokrát se někdo vloupal do skladu v průmyslovém areálu v Jesenici. Policie ale pachatele nenašla. Zda může mít vloupání na svědomí organizovaná skupina, kterou se policie měsíce snaží dopadnout, není jasné. **ČTK**

INZERCE

VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

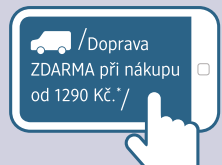
Značka 

Poškozeným a namáhaným vlasům dodává regeneraci, zářivý lesk a sametovou hebkost. S vůní vanilky a mandlového oleje. V nabídce také šampon a balzám.



Balea
intenzivní
maska na vlasy
200 ml
59⁹⁰ Kč
29,95 Kč za 100 ml

www.dm.cz
www.facebook.com/dm.cesko
[instagram.com/dm_cesko](https://www.instagram.com/dm_cesko)



* Platí pro nákupy zákazníků zaregistrovaných a současně přihlášených v online shopu dm.cz.



Koronavirus v Česku. Lidé jsou pod dohledem lékařů

Sto pět Čechů chce zpět z Číny. První už přiletěli. Pomůže nový lék na HIV?

Pět Čechů, kteří se vrátili do Prahy kvůli nákaze novým koronavirem z čínského města Wu-chan, absolvovalo včera ráno v Nemocnici Na Bulovce testy, tedy výtěry z nosohltanu a odběr krve. Výsledky nebyly do uzávěrky tohoto vydání zveřejněny. V každém případě pacienti zůstávají na 14 dní v karanténě. Podle mluvčí nemocnice Simony

Krautové se pacientům daří dobře. V nemocnici jsou umístěni v pokojích s vlastním sociálním zázemím, smí za nimi jen ošetřující personál s ochrannými pomůckami, návštěvy nemají povoleny. Češi přiletěli na ruzyňské letiště zhruba půl hodiny po půlnoci, a to díky Francouzům, kteří je z Asie do Evropy přepravili.

České úřady ke včerejšímu večeru věděly o dalších 105 českých občanech, kteří se také chtějí vrátit z Číny domů. „Jedná se o lidi, co se nachází mimo ohnisko nákazy,“ uvedl včera ministr zahraničí Tomáš Petříček. Prá-

vě kvůli jejich návratu kabinet rozhodl, že zákaz přímých letů mezi oběma zeměmi začne platit koncem týdne (viz box). Pokud by někteří z nich v Číně zůstali, stát je připraven pro ně vyslat vládní airbus.

Včera dorazila z Thajska dobrá zpráva. Tamní ministerstvo zdravotnictví oznámilo, že kombinací léků proti HIV a chřipce vyléčili 71letou čínskou pacientku, která se nacházela ve vážném stavu, ale po podání léků se její stav velmi rychle zlepšil během pouhých osmačtyřiceti hodin. Možná se jim podařilo najít lék. **ČTK a iDNES.cz**

Číslo dne

9

Kvůli šíření nového typu koronaviru budou zrušeny přímé lety mezi Čínou a Českem. Zákaz bude platit od 9. února, a to na dobu neurčitou.

10

Česko pošle Číně jako humanitární pomoc deset milionů korun. Rezervy zdravotnického vybavení, jako jsou třeba roušky, si Česko ponechá.



Missky

Akce plná luxusu. Tak by se dal nazvat třetí ročník Českého plesu, který se uskutečnil v sobotu v pražském Obecním domě. Na velkolepý gala-večer dorazily obě vítězky Miss České republiky, Nikola Kokyová a Iveta Maurerová (v tomto pořadí na snímcích seshora). K vidění byly honosné róby, elegantní smokinky, drahé klenoty či moderní účesy. Missky byly ozdobeny třeba českými granáty. Proběhla dražba šatů od uznávaného módního návrháře Osmanyho Laffity. **2x MISS ČR**

Konec chroupání v MHD. Revizoři vyfasují posily

„Mezi přepravními kontrolory najdete bývalé manažery i seniorku,“ říká jejich vedoucí.

Šéf pražských revizorů Pavel Kurka se cítí od loňského roku neodmyslitelně spojen s deníkem Metro. Od své dcery se totiž dozvěděl, že se jeho rozhovor, který nám poskytl zhruba před rokem, stal vůbec nejčtenějším článkem na webu metro.cz za rok 2019. Vyzvali jsme proto opět do jeho kanceláře v ulici Na Bojišti, abychom se dozvěděli, jak se do života jeho kolegů promítly nové způsoby placení jízdného, desítky konfliktů s cestujícími i nedostatek řidičů v dopravním podniku.

„Revizorská profese lidí přitahuje. A není to jen v řadách široké veřejnosti. I v rámci dopravního podniku jsme měli vždycky své specifické postavení,“ říká pro deník Metro Kurka, kterého mohou Pražané občas potkávat i v terénu.

Police pražského revizora se v posledních měsících výrazně mění. Nemyslíte?

Já i mí kolegové to skutečně intenzivně vnímáme. Jednak je to dáno stále užší spoluprací s jinými dopravci, jako jsou například České dráhy, Regionální organizátor dopravy vozí cestující až do Kutné Hory či do Stětí. Pražská pásma zasahují až k Ústeckému kraji. Na straně druhé si pochvalujeme čerstvé zavedení možnosti zaplatit pokutu na místě kartou, protože je pak situace pro obě strany snadnější. Jen během prosince minulého roku jsme tímto způsobem vybrali na pokutách bezmála tři miliony korun.

Když cestuji v rámci pásem PID děle, kontroluji mě ne-



Platit lze i kartou. MAFRA

jen revizoři, ale řada dalších kontrolorů. Kvalitu jejich práce si však už ohlídat nemůžete. Mrzí vás to?

Cestující se pochopitelně potkávají i s průvodčími či řidiči na příměstských autobusových linkách. Obecně jsem přesvědčen, že Praze integrace směrem do Středočeského kraje přináší hlavně výhody. Na druhou stranu sice jednotný odbavovací systém přináší řadu ulehčení, je však zároveň velmi komplikovaný. Naši kolegové z řad řidičů a průvodčích mnohdy bojují s omezeným výkonem svých palubních počítačů či terminálů určených pro kontrolu. Je pak otázka, zda je to dané nedostatkem pracovních sil, či jde o něco jiného. Každý pokrok s sebou nese problémy a je třeba si přiznat, že se nevyhnou ani nám revizorům.

Čtenáři si v poslední době všimají toho, že v MHD přibývá psů bez vodítek a náhubků. Je to trend?

Na tento problém skutečně narážíme, ale nemyslím, že je to příliš často. Reakce těch, které napomínáme, bývá většinou pozitivní. Spíše na nás zkoušejí věty typu: „Ale podívejte se na toho mého mazlíčka. Tomu to přece nemůžu udělat, dávat mu náhubek.“ Majitelé větších plemen mají téměř bez výjimky své psy řádně připraveny na cestování v MHD. Vybavují si jen jednu nedávnou vyhrocenou situaci s velkým plemenem, ale tam sehrál u majitele roli pozití alkohol.

O potyčky nemají revizoři v hlavním městě nouzi. Kolik úrazů ve službě utrpěli za loňský rok?

Nevnímáme tu nějakou vzrůstající tendenci. Loni utrpěli naši kontroloři asi třicetkrát úrazů. Když si ale vezmete, že ročně zkontrolují ve zhruba 650 tisících vozech něco přes šest a půl milionu

Citát

Hlavní myšlenkou je teď vstřícný přístup. Pravidelně platící zákazník je pro nás cennější než někdo, koho chytíme bez lístku a máme za to osm set.

PAVEL KURKA, ŠEF REVIZORŮ

cestujících, je to nic. Konfliktů, které úrazem nekončí, je pochopitelně mnohem více. A úraz, když už je, bývá vždy na straně revizora, ne cestujícího. I proto pochopitelně nepodceňujeme kurzy psychologie a asertivity, které jsou u našich zaměstnanců velmi oblíbené.

Velkým tématem, které jsme spolu loni řešili, bylo zakázané pojidání v prostředcích hromadné dopravy. Rodí se u vás nějaké řešení tohoto problému?

Ano. Společně s magistrátem chystáme projekt zastavných preventistů a asistentů v dopravě. Jejich činnost by se částečně týkala i jídla. Tito lidé, nějakou formou opticky odlišeni od běžných cestujících, by se pohybovali převážně v centru a nerepresivně zakročovali proti těm, kteří by v MHD třeba překáželi s velkými batohy na zádech, jeli se psem bez vodítka v metru či při jízdě v jedné ruce drželi pizzu a ve druhé sklenici s pivem. Většinou by tito asistenti pokuty neukládali, spíše by cestující „vychovali“.

Už máte vytipované konkrétní lokality a budou to podobní asistenti, jací nosili kufry cestujícím do schodů na Veleslavíně?

Ve hře je skutečně například Nádraží Veleslavín, kam směřují autobusy z Letiště, ale také Hlavní nádraží nebo Muzeum. Tito preventisté by byli přednostně rekrutováni z řad zaměstnanců dopravního podniku a působili de facto jako profesionální asistenti v přepravě.

Sloužili by tito asistenti i v nějakém konkrétním skupině pražským obyvatelům?

Ano. Dopravní podnik se v poslední době hodně věnuje invalidům. Svědčí o tom nízkopodlažní tramvaje, najezdové rampy v metru či speciální autobusová linka. Jsou tu však i osoby, které pomoc potřebují, ale mezi invalidy nepatří. Jde především o seniory, jež čeká daleká cesta po Praze, ale hůře se pohybují, nebo maminky se třemi dětmi, které musí na velký nákup. Pro tyto lidi chceme zřídit dispečink, kam si bude moci dotyčný 24 hodin předem zavolat a domluvit si vyvednutí našim asistentem



Pavel Kurka je revizorem už více než dvacet pět let. ARCHIV

v přepravě. Ten by jej pak převzl odněkud někam a dohodli by se třeba také na cestě zpět.

Kdy konkrétně bychom mohli asistenty začít vidět v pražské MHD?

Rádi bychom s tím začali v létě. Už i proto, že v té době vrcholí turistická sezona. Také bychom se v té době chtěli začít intenzivněji věnovat společně s centrem sociálních služeb otázce bezdomovectví. I s lidmi bez domova v MHD totiž musíme začít něco dělat.

Stále platí, že narážíte na tytéž osoby, které již nemá cenu poxtě pokutovat...

Ano. Určitě platí, že pokud revizor narazí při kontrole například v nočním autobusu mezi Počernicemi a Běchovicemi na bezdomovce, nesmí ho vyhodit na mráz. S odborníky chceme najít komplexnější formu.

Někjaké sociální programy se zkoušely i v minulosti. Velký pokrok však nepřinesly, nemyslíte?

Ano, tehdy se rozdávaly různé informační kartičky a lidé bez domova byli odvázeni do ubytoven na přespání. Tehdy to nedopadlo bůhvíjak, ne však vinou revizorů. MHD není veřejná noclehárna. Na druhou stranu ne každý špinavě vyhlížející jedinec v tramvaji musí být nutně bezdomovec. Může to být dělník, který se vrací ze směny. Přepravní řád mu nenařizuje, aby se převlékl.

V rámci své profese denně prověřujete stížnosti na podřízené. Co je v poslední době nejčastějším tématem těchto výtek?

Stížnosti se hodně týkají platebních terminálů, kde si

mohou cestující během jízdy v tramvaji zakoupit označnou jízdenku. Je to skvělá věc, ale pro revizora je obtížné určit, zda se cestující jal lístek kupovat ve chvíli, kdy kontrolora spatřil, nebo jen čekal ve frontě na automat. V tomto směru chyby na obou stranách vznikaly a vznikají. Je na nás, abychom tyto situace uměli řádně vyhodnocovat. Podle našich zkušeností může koupě lístku trvat klidně i dvě minuty.

Statistiky ukazují, že rapidně ubýlo cestujících, kteří denně jezdí MHD a zároveň bez dokladu. Jsou tedy černí pasažéři většinou jen cizinci a dobrodruzi?

S nadsázkou se to tak dá říct. Asi nikdo nepochybuje o tom, že pražská MHD je levná a zároveň jedna z nejkvalitnějších. Ve chvíli, kdy vás Lítačka vyjde za rok na méně než čtyři tisíce korun, není co řešit. Lidem to zkrátka za ten adrenalin nestojí a zbytek se buď bouří proti systému, nebo jde o cizince, kteří vědomě, či nevědomě chybují.

Dá se dělat profese revizora celý život?

Myslím, že ano, ale pro nejmladší lidi tu není příliš velká možnost dalšího postupu a růstu. Navíc mladší revizoři se často díky svému vzrušení dostávají do konfliktu se staršími pány. Naše fady, tabulkově až 165 lidí, tvoří zkušení pracovníci, bývalí manažeri, ale i naše nejstarší zaměstnankyně. Ta osmašedesáté narozeniny a oproti mladším kolegům není zdaleka s množstvím rozdaných pokut pozadu.



FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosovsky@metro.cz

Jak na opozici? Vzít jí noviny

Nikaragujská vláda zadržuje papír. Skončil také tamní deník Metro.

Nikaragua by se mohla stát první zemí světa bez tištěných novin, varoval minulý týden nejstarší deník této středoamerické země La Prensa. Nikaragujská vláda autoritářského prezidenta

Daniela Ortegy totiž podle něj ve snaze umlčet opoziční média už rok a půl zadržuje ve skladech celního úřadu desítky tun papíru a dalšího materiálu určeného dvěma velkým mediálními skupinám v zemi. „I ve státech, jako je Sýrie či Somálsko, jsou tištěné deníky... Naše dny ale mohou být brzy sečteny kvůli diktatuře. Nikaragua by tak získala nechvalné prvenství jako jediná země světa bez tištěných novin,“ píše se v člán-

ku deníku La Prensa, který vychází v Nikaragui od roku 1926. „Tisk v naší zemi je vystaven rozmarům diktatury. Rozhodli se nás zavřít,“ citoval v neděli argentinský server Infobae Cristiana Chamorrovou, dceru někdejší nikaragujské prezidentky Violety Chamorrové, jejíž rodina vlastní deník La Prensa vlastní.

Kvůli obstrukcím celního úřadu loni skončil druhý nejvýznamnější nezávislý deník v zemi El Nuevo Diario, de-

ník Metro či populární list Q'hubo. Podle šéfreditora deníku La Prensa Eduarda Enríqueze celní úřad konkrétně nevysvětlil důvod, proč materiál mediálními firmám zadržuje. „Řekli nám jen, že jsou to příkazy shora,“ uvedl Enríquez.

Podle něj za tímto pokynem stojí prezident Ortega, který je v čele země už 13 let, a jeho manželka Rosario Murillová, jež je tři roky viceprezidentkou. Podle opozice se

Ortega drží u moci díky manipulacím voleb a potlačování opozice. V zemi jsou podle nevládních organizací pro lidská práva desítky politických vězňů.

V Nikaragui trvají od dubna 2018 protivládní protesty, které si podle Meziamerické komise pro lidská práva vyžádaly na 320 obětí. Většina z nich zemřela na následky brutálního zásahu policie. Ortegová vláda však přiznává jen 200 obětí. **ČTK**

Krátké

Anonym hrozil konzervatoři

V Moskvě včera evakovali na 350 lidí ze státní konzervatoře Petra Iljiče Čajkovského kvůli anonymní hrozbě, že v budoucím je bomba. Informovala o tom agentura TASS. Na místo dorazili pyrotechnici a zvláštní jednotka. Už předtím dostalo výhrůžky bombou sedm soudů v ruské metropoli a jedna další škola.

Policie rozehnala migranty plynem

Na řeckém ostrově Lesbos se 2000 běženců vydalo z tábora do hlavního města ostrova, aby protestovali proti špatným životním podmínkám v přeplněném táboře. Policie použila slzný plyn, aby pochod z tábora Moria do města Mytiléna zastavila. **ČTK**

INZERCE

VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

Značka 

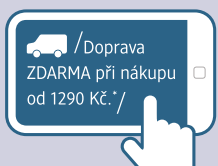
Šampon s cenným arganovým olejem a keratinem pečuje o extrémně poškozené a suché vlasy s lámavými a roztřepenými konečky. Vlasy jsou po ošetření hladké, zdravě lesklé a jdou lépe rozčesat. Díky antistatickému účinku zamezuje poletování vlasů.



Balea
Professional
Oil Repair
šampon
250 ml

39⁹⁰ Kč
15,96 Kč za 100 ml

www.dm.cz
www.facebook.com/dm.cesko
[instagram.com/dm_cesko](https://www.instagram.com/dm_cesko)



* Platí pro nákupy zákazníků zaregistrovaných a současně přihlášených v online shopu dm.cz.



Dřevorubci. Zabili koaly

Australští ochránci zvířat našli v nedávno pokácené části plantáže blahovičnicků ve státě Victoria desítky raněných a mrtvých koalů. Zpráva vyvolala v Austrálii pobouření, protože populace koalů byla silně zasažena letošními ničivými požáry. Incident nyní vyšetřuje australská vláda. Podle australských zákonů přitom musí těžbařské společnosti zaměstnávat pracovníky, kteří se před kácením stromů ujistí, že na nich nejsou koalové nebo jiná zvířata. Po kácení musí těmto populárním vačnatcům zajistit vhodné životní podmínky na jiném místě. **ČTK**

Číslo dne

500

Bulharské úřady oznámily, že se jim podařilo rozbít síť pašeráků kokainu z Kolumbie. Celníci zadrželi zásilku asi 500 kilogramů této drogy ukryté v kamionu s citrusy.

Johnson. Chce raději cla než pravidla Unie

Británie se v připravované obchodní dohodě s Evropskou unií nezaváže k dodržování unijních pravidel ohledně hospodářské soutěže, ekologie, sociálního zabezpečení či subvencí. Pokud na jejich dodržování bude Brusel trvat, přistoupí raději na zavedení cel. Včera to řekl britský premiér Boris Johnson, který tak dal podle deníku The Times najevo, že hodlá v jednáních s Bruselem zaujmout tvrdý postoj. Británie o půlnoci z pátku na sobotu po 47 letech opustila evropské společenství a jako nečlenská země EU nyní bude s Bruse-

lem vyjednávat o dohodě o volném obchodu.

Hlavní unijní vyjednávač Michel Barnier zdůraznil, že Británie může získat obchodní dohodu jenom v případě, že budou zajištěny rovné podmínky pro konkurenci na obou stranách. Deník The Guardian v této souvislosti poznamenal, že pokud premiér se svou nekompromisní vyjednávací taktikou nespěje, bude Británie reálně čelit nebezpečí, že se po skončení přechodného období na konci tohoto roku ocitne v podobné situaci, jako kdyby z EU odešla bez dohody. **ČTK**

Pročesávali jižní Londýn

Po nedělním teroristickém útoku v Londýně včera policie ohledávala místo činu a provedla několik domovních prohlídek. Čerstvě propuštěný vězeň, který nožem pobodal dva lidi, se na svobodu dostal, ačkoli úřady věděly o tom, že může být nebezpečný. Dvacetiletého islamistického extrémistu policisté krátce po útoku zastřelili. Muž, který byl kvůli bodným zraněním převezen v kritickém stavu do nemocnice, už je mimo ohrožení života. **AP**



Sudoku

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

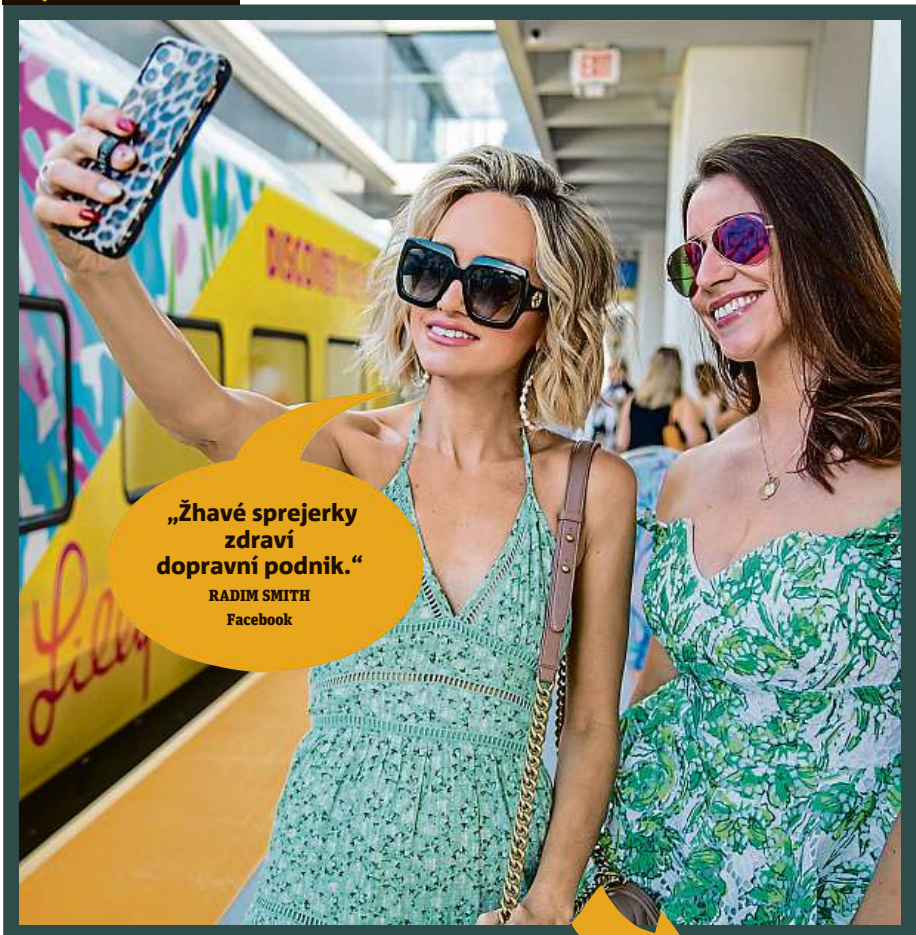
Luštěnka

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| L | Ů | S | N | Ě |
| | | | 1 | |
| Ť | Á | K | P | O |
| | | | | 2 |
| T | A | K | A | P |
| | | | 3 | |
| Č | K | A | O | P |
| 4 | | | | |
| Č | A | D | Ě | J |
| | | | | 5 |

Přeházejte písmena a vyjdou vám slova. Ta doplňte do prázdného řádku pod písmeny.

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|

Napište svou bublinu



„Žhavé sprejky zdraví dopravní podnik.“
RADIM SMITH
Facebook

Počasí

| DNES | ZÍTRA | ČTVRTEK | PÁTEK |
|--------|--------|---------|--------|
| | | | |
| 3/7 °C | 0/4 °C | 1/5 °C | 2/6 °C |

Teplotní rekordy: ↓ -24,6 °C (1830) ↑ 14,8 °C (2004)



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

TV tipy

| ČT1 | ČT2 | Nova | Prima | Óčko |
|--|--|---|--|---|
| <p>15.50 To je vražda, napsala</p> <p>16.45 Cestománie</p> <p>17.15 AZ-kvíz</p> <p>17.40 Černé ovce</p> <p>18.00 Události v regionech</p> <p>18.25 Kde domov můj?</p> <p>19.00 Události</p> <p>19.57 Branky, body, vteřiny</p> <p>20.10 Vyprávěj</p> <p>21.00 Na psí knížku</p> <p>Komedie (ČR, 2002)</p> <p>22.20 Columbo</p> <p>23.55 Kabinet dr. Honzáka</p> <p>00.35 AZ-kvíz</p> <p>01.05 Rájské zahrady</p> <p>01.25 Zajímavosti z regionů</p> <p>01.50 Kalendárium</p> <p>02.10 Dobré ráno</p> <p>04.40 Kočka není pes</p> | <p>16.35 2019. Cíl Měsíc</p> <p>17.30 Řeka Nahanni</p> <p>18.15 V karavanu po Slovensku (4/6)</p> <p>18.45 Večerníček</p> <p>18.55 Příběhy z jižních moří</p> <p>19.15 Cesty víry</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Velká vlastenecká válka</p> <p>21.00 Obrazy ze života</p> <p>Boženy Němcové</p> <p>21.55 Tajemství nacistů (5/6)</p> <p>22.45 Dítě – kriminální reportážka II (5/10)</p> <p>23.30 Okouzující historie spodního prádla aneb Sláva punčocháčům</p> | <p>15.55 Dr. House II (8)</p> <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>Co na to Češi</p> <p>17.25 Ulice (3822)</p> <p>18.25 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>19.30 Ordinace v růžové zahradě 2 (949)</p> <p>Bezmoc. Seriál (ČR, 2020)</p> <p>20.20 Vikend</p> <p>21.35 Atentát (9)</p> <p>22.30 Mentalista III (12, 13)</p> <p>23.55 Dr. House II (7)</p> <p>01.35 Krok za krokem VII</p> <p>02.20 Co na to Češi</p> <p>03.05 Ordinace v růžové zahradě 2 (629)</p> <p>03.45 Novashopping</p> <p>04.45</p> | <p>16.30 Odpolední zprávy</p> <p>16.45 Policie v akci</p> <p>17.40 Prostřeno!</p> <p>18.55 Velké zprávy</p> <p>19.40 Divošky</p> <p>19.55 TOP STAR</p> <p>20.15 Slunečná (8)</p> <p>Byznys století. Seriál (ČR, 2020)</p> <p>21.35 Ano, šéfe!</p> <p>22.55 Vůně zločinu (8)</p> <p>Vražedná hra. Krimiseriál (Ukrajina, 2013)</p> <p>00.00 Policie v akci</p> <p>01.00 Walker, Texas Ranger IV (5)</p> <p>02.00 Námořní vyšetřovací služba III (12)</p> <p>02.55 Jake a Tlustoch III (5)</p> <p>03.55 Prostřeno!</p> | <p>13.05 Óčko hity</p> <p>14.00 Óčko news</p> <p>14.05 Óčko trendy</p> <p>14.30 Top 3 YouTube Chart</p> <p>14.45 Óčko hity</p> <p>15.00 Óčko news</p> <p>15.05 Mixxxer Show</p> <p>17.00 Óčko news</p> <p>17.05 Óčko hity</p> <p>17.30 Smartmania</p> <p>17.35 Óčko hity</p> <p>18.00 Cinema news</p> <p>18.05 Óčko hity</p> <p>19.00 Óčko news</p> <p>19.05 Moje desítka</p> <p>20.00 Óčko hity</p> <p>20.30 Cinema news</p> <p>20.35 Óčko hity</p> <p>21.00 CZ & SK</p> |

JAN ŠTĚPÁNEK

ŠÉFREDAKTOR ČASOPISU NOVÝ PROSTOR



Sloupek

NEMÁM DROBNÝ

Svět prý spěje k bezhotovostní ekonomice, i v Česku podíl plateb kartou vytrvale stoupá. Pokud tento trend bude pokračovat, třeba jako ve Švédsku, kde hotovost mizí z oběhu, může to pro naše prodejce znamenat zásadní problém. Baval jsem se o tom s kolegy, kteří v Göteborgu vydávají švédskou obdobu Nového Prostoru, měsíčník Faktum. S příchodem bezhotovostní ekonomiky začaly jejich prodejcům prudce klesat tržby – jednoduše proto, že lidé u sebe přestali nosit peníze. Švédové jsou v tomhle vepředu, jejich prodejci začali přijímat karty skrze mobilní aplikaci už před pěti lety a dnes už je to zcela běžné.

Začátky ale byly dramatické. Skoro nikdo z prodejců neměl mobilní, natož chytrý telefon. Pořídít všem terminály? Těžko.

Citát

Švédský model je v současnosti inspirací kolegům po celém světě.

nerovi. Švédský model je v současnosti inspirací kolegům po celém světě, příklady třeba ze Seattlu nebo Melbourne ukazují, že bezhotovostní prodej může znamenat i vyšší výdělků pro prodejce.

Jakkoli se nám nyní může zdát představa nákupu Nového Prostoru platební kartou úsměvným sci-fi, jednou určitě nastane – a my se na to musíme nachystat. Zapojit prodejce do běžného života je často samo o sobě velkou výzvou, natož zapojit je do bezhotovostního matrixu. Ale co bylo původně nutností k přežití ve Švédsku, může být u nás příležitostí k dalšímu růstu. A tak budeme doufat, že se nám všechna tato úskalí podaří překonat.

Anketa

f Jak často chodíte do kadeřnictví?



Aneta Dobiášová
Pravidelně každých asi šest týdnů.



Lenka Sieberová
Střihám a barvím se sama.



Miroslav Thera
Já šel do kadeřnictví jednou a našel si tam ženu.

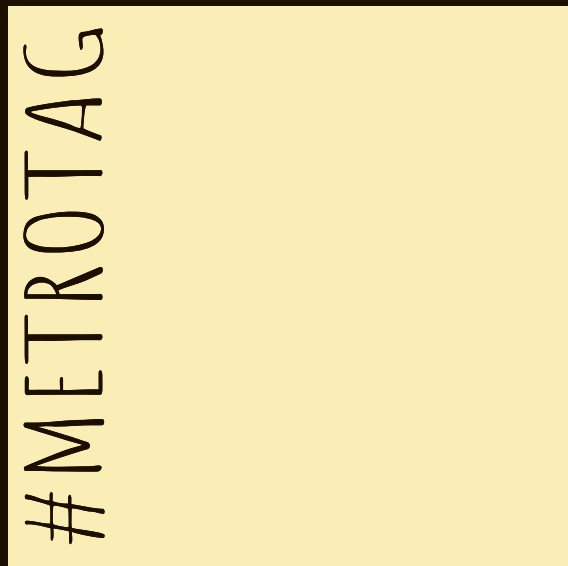
Komiks



@mojemetro



První únorový den by oslavil 55. narozeniny Brandon Lee, jenž skonal během natáčení snímku **Vrána**. Ve zbrani, která měla být pouhou rekvizitou, byly 31. března 1993 nedopatřením ostré náboje. Děkujeme za připomínku a fajn kresbu našemu pravidelnému přispěvateli **@dizaxter**.



Tohle je místo na váš vzkaz pro ostatní čtenáře deníku Metro. Pište, kreslete, zpijemněte někomu den. Výtvar vyfoťte a sdílejte na vašem Instagramu, tagujte #METROTAG. Otiskneme ho v novinách!

Dopisy a vzkazy

Metro k Havlovi

Od té doby, co dopravní podnik prodloužil linku A pražského metra z Dejvic do Motola, si pokládám pokaždé tutéž otázku. Bude metro jezdit až na letiště? Doufám, že ano. Nedomážu si představit, že by na letiště jezdila tramvaj a kolik místa by bylo potřeba udělat pro tramvajové koleje. Myslím, že by to přineslo ještě větší nepořádek v okolí letiště, než je tam teď. A pokud přiletí letadlo ze země jako je Čína či Vietnam, cestující by v metru měli více prostoru na tahání velkých kufrů než je rvát po schodech do tramvaje.

JAKUB STRÁNSKÝ, PRAHA

Kdo z vás to má?

Ne každému se podaří to co Rathovi. Soud mu dává na vybranou – buď zaplatí 18 milionů, nebo si odsedí další tři roky. Dělá to půl milionu měsíčně čistého, skoro 17 tisíc denně, sedm stovek za hodinu, dnem i nocí, také čistého. Kdo z vás to má? řekl by Jiří Paroubek.

JÍŘÍ VLACH, PRAHA

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

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

Řešení sudoku

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

Řešení luštěnky

NÁPOJ

Genetics

By Jenny Wilde



Activity 1

Do you have the same hair colour as your parents/grandparents/brother/sister?

What colour are your eyes? Is your eye colour the same as or different from the other people in your family? Do you know why this is?

Activity 2

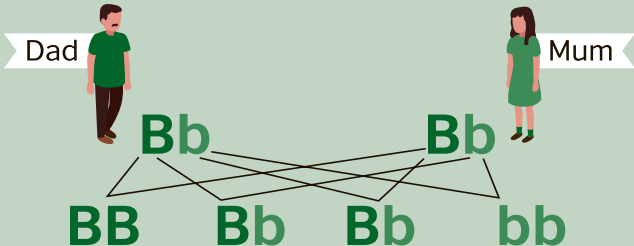
Which word(s) (1–5) go(es) with which meaning (a–e)?

- | | |
|--------------|---|
| 1. disease | a. about people |
| 2. human | b. almost the same |
| 3. pass on | c. give someone a thing that we got from someone else |
| 4. scientist | d. someone who studies science |
| 5. similar | e. something inside our body that makes us ill |

Activity 3

Now use the words from Activity 2 in sentences 1–5. You may need to change the verb for people and time.

- There is a lot of water in the body.
- My sister is a She studies chemistry.
- Jimmy's sons all look very
- When I had that, I took some medicine and then I got better.
- Kate her blue eyes to her children.



How does it work?

We get our genes from our parents. So genetics explains why you might look similar to your mother or brother and why you like some of the same things or speak in a similar way. Genes come in pairs – you get half from your mother and half from your father. We know that some genes are stronger than others. For example, the gene for brown eyes is stronger than the gene for blue eyes. So does it mean that if your parents both have brown eyes that you do too? Not always.

Because genes come in pairs, it's possible that someone with brown eyes has the gene for both brown eyes (B) and blue eyes (b). Look at the picture on the left that shows how the genes from Mum and Dad might be passed on to their children.

Why is genetics important?

It's fun to think about which family members you are similar to and which genes you have, but studying genetics is also very important for our health. Some diseases are in our genes, so studying genetics can help us to know if we might become ill in the future. It also helps doctors and scientists to know which medicine might help that disease.

Human genetics

What is it?

Genetics is the science of what makes you who you are. People who study genetics, called geneticists, learn about how parents pass on information through their 'genes' (bits of information in your body that you cannot see) to their children. Is there anyone in the world like you? No! Your eye colour, how tall you are and the size of your nose all come from the special information in your genes that makes you different from everyone else.

Activity 4

For 1–5 choose the correct answer, a, b or c.

- Human genetics explains ...
 - why many people in the world look exactly the same.
 - why you look like your friends.
 - why you are different from other people.
- Every person gets their genes ...
 - from their parents.
 - from the world around them.
 - from diseases.
- Our genes ...
 - are big enough to see.
 - come in pairs.
 - don't carry much information.
- Some genes ...
 - are bigger than others.
 - are stronger than others.
 - are longer than others.
- Learning more about genetics ...
 - is very boring.
 - is only useful for scientists.
 - can help us fight diseases.

READ MORE

Read about the 'six things everyone should know about genetics' here: http://www.ashg.org/education/everyone_1.shtml

For more information about genetics and medicine see <http://www.nhs.uk/conditions/Genetics/Pages/Introduction.aspx>

Answers
 Activity 2 1. e; 2. a; 3. c; 4. d; 5. b
 Activity 3 1. human; 2. scientist; 3. similar; 4. disease; 5. passed on / has passed on
 Activity 4 1. c; 2. a; 3. b; 4. b; 5. c

Také hry s vnučaty mohou být velkou psychickou vzpruhou

Zdravotní omezení nemusí znamenat, že by lidé měli spadnout do pasivity a nedělat nic.

Stárnutí je přirozenou součástí života. To, že člověk dosáhne důchodového věku, ještě neznamená, že vše končí. Současní senioři rozhodně v křesle u televize sedět nemusí. Studují, sportují, cestují, pěstují koníčky.

Se stárnutím souvisejí i nejruznější zdravotní potíže. Dochází k ochabování svalů, k řídnutí kostí, ale i ke snížení výkonnosti kardiovaskulárního aparátu. „Vlivem změn na svalovém systému se mění postavení páteře a kloubů, při odvápnění kostí se může bortit páteř, dochází k většímu zakřivení

hrudní páteře, k prohloubení zakřivení bederní páteře a na to navazují další změny v postavení ve velkých kloubech, jako jsou ramena nebo kyčle. Celé tělo funguje jako spojité nádoba a jediný problém může vést k řetězení dalších potíží,“ říká primářka rehabilitačního oddělení Nemocnice Český Těšín Barbora Zbránková.

Nicméně ani zdravotní omezení nemusí znamenat, že by lidé měli spadnout do pasivity a nedělat nic. Naopak – nové zážitky, prostor pro koníčky nebo realizace s vnučaty mohou být natolik velkou psychickou vzpruhou, že se začnou celkově cítit lépe. Pokud ale převládá pasivita, kondice se rychle zhorší. „V takovém případě nedochází pouze ke změnám v pohybovém aparátu, ale také k nabývání na váze. Málokdo je totiž ochoten při snížené fyzické aktivitě omezit i kalo-

Pokud to jde, hýbejte se

V seniorském věku je velmi důležitý pohyb.

- Podporuje správnou činnost a zachování dobré funkce svalů, příznivě působí na hladinu krevního tlaku a cholesterolu, podporuje práci srdce i funkci metabolismu a má význam i pro lepší rovnováhu a snížení rizika pádů.
- Důležité jsou běžné každodenní činnosti, jako hry s vnučaty, ale i práce na zahrádce či úklid.

• Velmi důležitá je chůze, pokud možno svižnějším tempem několikrát denně, ideálně s užitím pomůcek (nordic walking).

• S pohybem hlavně v počátcích to ale nepřehánějte. Je nutné brát ohled na aktuální kondici a postupně ji zlepšovat. Když se objeví nějaké zdravotní potíže, nastavte si správný pohybový režim ve spolupráci s lékařem či fyzioterapeutem.

rický přísun. To se projeví také na kardiovaskulárním aparátu, může se rozvinout cukrovka a další na to navazující choroby, což vede k dalším problémům,“ vysvětluje Barbora Zbránková.

Dalším problematickým a závažným jevem, který je

častý zejména v nejvyšších dekadách života, je křehkost. Je to významný geriatrický syndrom nesoucí s sebou soubor příznaků. Křehký senior je méně odolný a jeho adaptační schopnosti jsou výrazně sníženy. Hůře se vyrovnává s nemocemi, úrazy u něj

mohou mít daleko závažnější následky, déle a obtížněji rehabilituje, často vznikají i závažné komplikace.

„Správná výživa je jedním z nejdůležitějších faktorů nejen prevence, ale také nezbytnou podmínkou zlepšení tohoto závažného a ve vyšším věku častého stavu,“ říká přední česká gerontoložka docentka Iva Holmerová.

Ve vyšším věku jsou častější také smyslové poruchy, zejména zhoršení sluchu. Mnozí si také stěžují na zhoršování paměti. Odborníci se shodují, že určitou prevencí je celoživotní vzdělávání a sociální interakce. Proto je i ve vyšším věku důležitá duševní aktivita, práce, kontakt s lidmi, schopnost pomáhat lidem i přijmout pomoc ostatních. Pestrá a tvůrčí duševní aktivita a „cvičení“ mozku jsou nejlepším receptem na zachování jeho dobré funkce i ve vyšším věku. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

INZERCE

Nedopustte, aby zápal plic pokazil vaše plány

Chraňte se proti pneumokokovému zápalu plic očkováním!

Ve zvýšeném riziku onemocnění jsou především pacienti s:

- chronickým onemocněním srdce,
- chronickým plicním onemocněním (astma, chronická obstrukční plicní nemoc),
- diabetem,
- nádorovým onemocněním,
- a dále kuřáci a lidé starší 65 let.

Požádejte svého lékaře o vakcínu proti pneumokokovým infekcím.

1 dávka vakcíny Prevenar 13 přispívá k dlouhodobé ochraně, nutnost přeočkování nebyla stanovena!



OD 65 LET ZDARMA!

Prevenar 13

Pneumokoková polysacharidová konjugovaná vakcína (13valentní, adsorbovaná)

Prevenar 13 je registrovaný léčivý přípravek (vakcína proti pneumokokovým infekcím), jehož výdej je vázán na lékařský předpis. Přečtěte si, prosím, pečlivě příbalovou informaci. Prevenar 13 neposkytuje 100% ochranu proti typům pneumokoka, které vakcína obsahuje, a nechrání před typy neobsaženými ve vakcíně ani jinými mikroorganismy, které způsobují zápal plic.



Pfizer PFE, spol. s r. o., Stroupežnického 17, 150 00 Praha 5, tel.: +420 283 004 111, www.pfizer.cz

Nepříjemnost, která vás přiková na lůžko

Chřipkové onemocnění má následující charakteristické příznaky:

- velmi náhlý začátek onemocnění

- horečka, zimnice, podrážděné oči

- velmi silný, suchý úporný kašel

- bolesti hlavy svalů a kloubů

- únava a slabost, jež přetrvávají i dva týdny po vyléčení

INZERCE

Nachlazení? Kašel? Bolest v krku?**Potřebujete dvě věci:**

ulevit od příznaků

být rychleji znovu v akci

Kaloba®

při onemocnění dýchacích cest
– akutní bronchitidě nevyžadující antibiotickou léčbu

pro dospělé, dospívající a děti
od 1 roku



Kaloba perorální kapky, Kaloba 20 mg/7,5 ml sirup a Kaloba 20 mg tablety jsou léky k vnitřnímu užití. Účinná látka: Pelargonii sidoidis extractum. Před použitím si pozorně přečtěte příbalový leták. Žádejte ve své lékárně.

150 let
Dr. Willmar Schwabe
From nature. For Health.

Schwabe Czech Republic s.r.o.
Pod Klíkovkou 1917/4, 150 00 Praha 5 - Smíchov
tel.: +420 241 740 447, e-mail: info@schwabe.cz
www.schwabe.cz

www.kaloba.cz

Immun44®**PRO NORMÁLNÍ FUNGOVÁNÍ
IMUNITNÍHO SYSTÉMU**

Immun44® byl vyvinut speciálně pro potřeby imunitního systému, a proto slibuje **okamžitý efekt** – má vliv na růst a množení virů. Obsahuje totiž **Plantovir®**, komplexní směs tzv. polyfenolů, a **PHYTO-PANMOL®** – biologicky aktivní vitamíny z přírodních zdrojů. Immun44 obsahuje i **výtažek ze skalní růže**, který se pro svůj antivirový potenciál používá již od dob antiky.

Doplňek stravy Immun44® je vhodný pro celou rodinu a seženete jej v lékárnách za přibližně 450 Kč ve formě kapslí nebo sirupu pro děti od 3 let.



Nyní speciální balení
IMMUN44 BOX
za zvýhodněnou cenu:
**Immun44 60 kapslí +
svačkový BOX +
omalovánka + pastelky.**

www.immun44.cz

**Úklid domácnosti.
Snadné a levné recepty**

Zapomeňte na toxické čisticí prostředky a předražené „zelené“ produkty. Vše, co potřebujete k tomu, aby se vaše domácnost blýskala čistotou a voněla, je pár základních čistě přírodních surovin, které zcela běžně používáte v kuchyni. Tvrdí to Betty Rapinčuck, autorka knihy *Jak na domácnost bez chemie a jedů*.

V publikaci je 150 jednoduchých vyzkoušených receptů na čisticí prostředky, které opravdu fungují a díky nimž lze kompletně uklidit celý domov.

Čtenáři se dozvědí nejen to, jak si domácí čisticí prostředky vyrobit a jak je uchovávat, ale zároveň jak si úklid usnadnit a lépe zorganizovat. **MET**

měnit s jiným virovým onemocněním. Typická je bolest hlavy, očí, kloubů a svalů, celková únava, nástup vysoké horečky trvající dva až tři dny a suchý kašel, většinou bez rýmy.

Chřipka může zapříčinit i jiná závažná onemocnění a komplikace, které jsou způsobeny buď samotným virem, či takzvanou bakteriální superinfekcí, kdy bakterie napadají organismus značně oslabený virem. K nejčastějším komplikacím patří zápal plic, zánět průdušek, nebo dokonce zánět středního ucha.

Některé české kraje překročily hranici pro epidemii, jiné se k ní kvapem blíží.

„Nejnovější údaje zpracované Státním zdravotním ústavem potvrzují, že probíhá plošná chřipková epidemie na celém území ČR. Cirkuluje převážně vir chřipky typu A,“ uvedla hlavní hygienička Eva Gottvaldová. Nemocných přibývá ve všech věkových skupinách. Nejvíce nemocných hlásí Jihočeský, Plzeňský, Moravskoslezský, Olomoucký a Zlínský kraj.

Hygienici zároveň vyzývají lidi k obezřetnému chování, aby se infekce nešířila dál. „Doporučujeme občanům pokud možno vyhybat se větším uskupením lidí, a zejména ve zvýšené míře dodržovat základní hygienická pravidla jako kýchat do kapesníku či si po cestě hromadnou dopravou vždy umýt ruce,“ upozorňuje hlavní hygienička ČR Gottvaldová. Podle ní je pro posílení imunity vhodné konzumovat dostatečné množství ovoce a zeleniny jako přirozených zdrojů vitamínů. „Pokud již nemocní jste, chovejte se zodpovědně, infekci nepodepňujte a nešířte dál – je mnohem lepší chřipku vyležet než nákazu dále šířit,“ dodává Gottvaldová.

Příznaky chřipky jsou specifické, přesto je lze často za-

Antibiotika na chřipku nezabírají, lékaři k nim sahají právě až v případě sekundárních bakteriálních infekcí.

Nejlepší prevencí proti virózám je dělat vše pro to, aby neměl virus šanci dostat se do těla. Například virus chřipky dokáže na vzduchu přežít až 48 hodin a na neumytých rukách ho pak snadno přenesete na sliznici, kde se uchytí. Vědci se nedávno shodli, že mytí rukou je jednou z neúčinnějších preventivních rad. Myjte si ruce před jídlem, po použití WC, po jízdě v městské hromadné dopravě nebo i po styku s penězí.

Viry chřipky i dalších respiračních chorob se zpravidla přenášejí vzduchem ve formě kapének.

I pravidelné větrání doma či v práci brání jejich šíření. Pokud onemocněl někdo z rodiny, větrejte pravidelně i jeho pokoj. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

**JAK NA
DOMÁCNOST
BEZ CHEMIE A JEDŮ**

150 snadných a levných receptů na přírodní čisticí prostředky



Knížní novinka

MET

Krátce

V Pekingu využijí „letní“ stadiony

Peking se za dva roky stane prvním městem, které po letních hrách uspořádá i zimní olympijské hry. Čínští organizátoři k tomu chtějí využít několik stadionů, na nichž se v roce 2008 konaly soutěže letní olympiády. Zároveň finišuje výstavba nových areálů, které by už letos měly hostit testovací závody. Příští zimní hry budou zahájeny 4. února 2022.

Obrovský náskok

Plzeňský útočník Milan Gulaš vládne po 43 kolech produktivně hokejové extraligy o 18 bodů před Slovákem Liborem Hudáčkem z Liberce. Ve 42 zápasech nasbíral 67 bodů za 32 gólů a 35 asistencí. Čtyřiatřicetiletý kapitán Indiánů vede i tabulku střelců o šest branek před Martinem Zaťovičem z Komety Brno a je také nejlepším nahrávačem.

Šance tu pořád je

Basketbalisté Nymburka uzavřou utkáním proti Peristeri vystoupení v základní skupině C Ligy mistrů ještě s nadějí na 1. místo. K posunu z druhé pozice, kterou má český šampion jistou, potřebuje oplatit řeckému sokovi prosincovou porážku 65:75 a doufat v zaváhání vedoucího Tenerife v Německu s Bambergem. Duel začne v Praze v hale Královka v 18.30 a přímým přenosem jej vysílá Nova Sport. **ČTK**

Super Bowl. Po velkém obratu zvítězil Kansas

Půl století dlouhé čekání na další titul je u konce.

Kansas City Chiefs zvítězili v Super Bowlu v Miami nad San Franciskem 31:20 a ovládli tak zámořskou ligu amerického fotbalu NFL po dlouhých 50 letech a podruhé v historii. Poražení 49ers přitom do poslední čtvrtiny šli ve vedení 20:10, ale pak ukázal svou sílu Patrick Mahomes a dovedl svůj tým ke třem touchdownům a otočení skóre. San Francisco tak ve finále prohrálo teprve podruhé ze sedmi pokusů.

„Za stavu 10:20 jsme věděli, že nejsme v ideální situaci, ale pořád bylo dost času. Já věřil naší obraně a spoluhráčům neztratili důvěru ve mě. Nakonec jsme společně našli cestu k vítězství,“ řekl quarterback Kansasu Mahomes, který v sezoně vyhrál už pátý zápas z pěti pokusů, v nichž jeho tým prohrával dvouciferným rozdílem.

Citát

Tohle jsme my. Tým se srdcem. Trenér se z nás snaží dělat nejlepší možné lidi a nikdy se nevzdávat.

PATRICK MAHOMES
QUARTERBACK KANSAS CITY CHIEFS

Mahomes je ve 24 letech nejmladším hráčem, který získal cenu pro nejužitečnějšího hráče sezony a vyhrál Super Bowl. Quarterback Kansasu byl navíc zvolen MVP finále. Velké čekání ukončil také jedenašedesátiletý kouč Kansasu Andy Reid, který získal titul až po 21 letech kariéry. Potřeboval na to odkoučovat 222 zápasů.

„Chtěli jsme trofej získat pro našeho trenéra, protože si to zaslouží za všechnu tu dřinu. On snad ani nemůže spát. Neznám nikoho, kdo by dřel tvrději než on. Jsem rád, že jsme pro něj vyhráli,“ prohlásil Mahomes. „Nikdo si nezaslouží titul více než Andy Reid,“ dodal majitel Chiefs Clark Hunt. **SIM a ČTK**



Zleva zpěvačky Shakira a Jennifer Lopezová **AP**

Ach, ten mistopis! Trump si opět popletl americké státy

Americký prezident Donald Trump po triumfu Kansas City Chiefs poslal gratulace do špatného státu. Místo státu Missouri gratuloval Kansasu.

- V tweetu, který Trump již opravil, ocenil tým Kansas City Chiefs za skvělý zápas a fantastický obrat. „Výborně ztělesňujete skvělý stát Kansas a konečně i Spojené

státy. Naše země je na vás hrdá,“ napsal původně.

- Chiefs ale sídlí v Kansas City ve státě Missouri, a nikoli v Kansasu, kde je rovněž stejnojmenné město Kansas City. Obě města spolu sousedí, protože byla založena na společných hranicích při soutoku řek Missouri a Kansas, ale mají samostatná postavení.

Ve znamení žen

V latinskoamerických rytmech se nesl koncert o přestávce.

- Čekání na druhou půli souboje krátily divákům Shakira a Jennifer Lopezová.
- V Super Bowl debutovala první ženská trenérka. Katie Sowersová má na starosti útok týmu ze San Franciska.

Spot za 127 milionů

Reklamy vysílané během Super Bowlu měly společnou nostalgickou linii.

- Cena za třicetisekundovou prezentaci, kterou vidělo odhadem přes sto milionů lidí, se letos vyšplhala až na 5,6 milionu dolarů (přibližně 127,4 milionu korun).

Nové tváře

Trenér českých hokejistů Miloš Říha nemůže na Švédských hrách ve Stockholmu počítat s útočníkem Tomášem Filippim z Magnitogorsku. Tým naopak nově doplnil v ofenzivě Roman Horák z Växjö, Tomáš Zohorna z Chabarovsku, David Šťastný z Mladé Boleslavi a Jan Dufek ze Zlína (na snímku), který bude v reprezentaci debutovat. V sedmadvacetičlenném kádru jsou nyní dva brankáři, deset obránců a patnáct útočníků. Do třetího turnaje Euro Hockey Tour Češi vstoupí ve čtvrtek proti domácímu Švédsku. **ČTK**



Liga mistrů. Hradec může být první vítěz

Hokejisté Hradce Králové se dnes od 18.45 jako první český tým v novodobé historii pokusí vyhrát Ligu mistrů. Proti trojnásobnému vítězi soutěže a obhájci prvenství Frölundě budou mít výhodu domácího prostředí. Mountfield má také šanci „pomstít“ pražskou Spartu, která se švédským klubem v roce 2017 ve finále v prodloužení prohrála. Hradec může čerpat z vlastních zkušeností, s Frölundou se utkal v zářij v základní skupině. Východočeši zvítězili na ledě Indiánů 3:2 a doma prohráli 3:4. **ČTK**

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

Hobby - poptávka

- Koupím lovecké trofeje-zvěře žijící v ČR i v zahr., shozy, paroží, parohy, parůžky, rohy, výrobky z paroží (lustry), obrazy s vycp. ptáčky. 777031856

Práce - nabídka

- Hledáme pracovníky na pozici detektiv, nástup možný IHNED! Práce vhodná pro OZZ, OZP, stejně tak pro ženy i muže od 18+. Máš čistý rejstřík a příjemné vystupování? Nabízíme: zaměstnání / brigádu, pravidelný příjem, možnost plánování směn dle potřeb, zaškolení, prémie. Volej / piš na tel.: 604772844

- Přijmeme mladé kolegy do skladu v Olomouci. Noční směny, týdenní zálohy, možnost ubytování. Více informací na čísle 739220120.

Tisíce produktů ihned k odběru



Na všech 38
pobočkách



Data letíí

ASUS



Asus RT-AX56U

Wi-Fi AiMesh dual-band gigabitový router
Šifrovaný přenos, rychlost až 1 775 Mb/s
Rodičovská kontrola, rychlá a snadná instalace
Konektory USB 2.0, USB 3.2 Gen 1

3 999,-
3 899,-

obj. kód: AA1000a5a

Neodolatelně odolný

ALIGATOR®



Aligator RX800 eXtremo 64 GB

5,7" IPS displej s rozlišením 1 440 × 720
RAM 4 GB, interní paměť 64 GB, 8jádrový procesor
Dvojitý fotoaparát 16 + 0,3 Mpx, přední 5Mpx kamera
Odolný vůči vodě a nárazům dle IP68, čtečka otisků

4 995,-

obj. kód: AL3025b1

Magický obraz

LG
Life's Good



32" LG 32LM6300PLA

SMART LED TV s Full HD rozlišením, 81 cm
Active HDR zobrazí bohaté barvy a jemné detaily
Virtual Surround Plus pro bohatý prostorový zvuk
Aplikace Netflix, 2 USB konektory

8 690,-
6 490,-

obj. kód: WK607c4a

Aby se kola neutrhla ze řetězu

COMPASS



Compass WINTER ÖNORM X100 3,0 mm 9 mm NYLON BAG

Sněhové řetězy pro osobní auta
Rychloupínací systém pro snadné nasazení
Křížová stopa, maximální zatížení 2 000 kg
Třístranná škrabka a praktická taška v balení

700,-
399,-

obj. kód: AUPR320

Displej, který si zamilujete

1+



OnePlus 7T

6,55" AMOLED displej 2 400 × 1 080
8jádrový Snapdragon 855+, čistý Android 10.0
RAM 8 GB, interní paměť 128 GB
Trojitý fotoaparát s optickou stabilizací obrazu

15 999,-
13 999,-

obj. kód: ONE0006b1

Ať to sviští

ATOMIC



ATOMIC CLOUD 8 + L 10 GW

Sjezdové lyže pro ženy s vázáním Lithium 10 GW
Jádro Densolite Core pro optimální stabilitu
Konstrukce Structured Topsheet s vysokou odolností
Technologie Servotec Light jako posilovač řízení lyží

10 350,-
6 790,-

obj. kód: SPTatm0788nad

Více informací na alza.cz/den-s-alzou

Kup na www.alza.cz nebo volej 225 340 111

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 4. 2. 2020 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na www.alza.cz/reklama. Aktuální ceny najdete vždy na www.alza.cz. Dárky jsou dodávány pouze do vyčerpání zásob.