

NEPODCEŇUJTE RÝMU,
NACHLAZENÍ VYLEŽTE
O VIRÓZÁCH, ALE I CUKROVCE A NEVOLNOSTI V TĚHOTENSTVÍ

STRANY 9 AŽ 11

metro



Úterý, 4. listopadu 2014

Č. 208, www.metro.cz
Svátek slaví: Karel

Min. 12°
Max. 16°

Největší deník v ČR



Novela zákona cenu elektřiny nezvýší

Chystaná změna. Poplatky za obnovitelné zdroje se nebudou počítat podle spotřeby, ale podle velikosti jističe. **Zákon.** Začne platit příští rok. **Energetický regulační úřad.** Má výhrady, novela je „paskvil“

STRANA 3



Mezi mrakodrapy šel bez jištění i se zavázanýma očima

Američan Nik Wallenda v noci na včerejšek úspěšně přešel po laně mezi mrakodrapy v Chicagu ve výšce více než 150 metrů. A to bez jištění, část cesty šel dokonce se zavázanýma očima. Televizní živý přenos jeho pokusu byl zpožděn o deset vteřin, aby producenti mohli vysílání přerušit, pokud by dobrodruh spadl. Více na straně 6

AP - JEAN-MARC GIBOUX

Do Zemana se pustil lid i politici

Za vulgarismy v nedělních Hovorech z Lán si český prezident vysloužil odsouzení.

STRANA 2

Konečně ProMoPro

Případ sporné předražené zakázky z dob českého předsednictví Evropské unii se po šesti letech dostal k soudu.

STRANA 2

Řecko: další pomoc od EU

Celkem 240 miliard eur (6,7 bilionu korun), které eurozóna poskytla Řecku, asi stačit nebude.

STRANA 4

Plzeň podá trestní oznámení

Viktoria díky kamerovému systému zná obličej čtyř chuligánů, kteří se podíleli na výtržnostech během utkání se Spartou.

STRANA 12

Škoda z ProMoPro je skoro miliarda

Po šesti letech je případ předražené zakázky u soudu. Firma s novým vedením prý přichází o kšefty.

Tři obžalovaní bývalí vysoce postavení státní úředníci, osm jednatelů firem a škoda za 938 milionů. To jsou počty, se kterými včera pražský městský soud zahájil jednání v kauze ProMoPro.

Společnost získala v roce 2008 od Úřadu vlády údajně předraženou zakázku na zajištění audiovizuální techniky na konferencích v době českého předsednictví EU, a to bez výběrového řízení. Mezi obžalovanými je například někdejší šéfka sekce pro české předsednictví Jana Hendrichová nebo bývalý jedna-



Jana Hendrichová

ČTK

tel ProMoPro Jaroslav Veselý. Od něj se firma, která loni změnila majitele, distancuje.

„Poškozuje nás to, protože kauza je stále provazována s naší značkou, byť s námi teď nemá nic společného,“ řekla deníku Metro ředitelka ProMoPro Monika Fenyková a dodala, že je těžké získat veřejné zakázky.

Stát požaduje od obžalovaných náhradu škody 550 milionů korun s příslušenstvím, což je výše pokuty, kterou uložil Úřadu vlády finanční úřad. Podle obžaloby pak státu vznikla škoda dalších minimálně 388 milionů, a to uhrazením faktur ProMoPro za práce, které vůbec nebyly provedeny nebo se zakázkou nesouvisely. Projednávání případu by se mělo protáhnout do příštího roku.



TOMÁŠ
BELICA

tomas.belica@metro.cz

Zemanovy Hovory. Pod palbou kritiky

Prezident si za nedělní několikrát vulgární vyjádření v rozhlasových Hovorech z Lán vysloužil odsouzení.

Zeman během let politické kariéry nikdy nešetřil ostřejšími výrazy, také není jediným českým či zahraničním politikem, který se k nim občas uchyluje. Tak silný kalibr ale dosud při veřejných vystoupeních nepoužil. Kritiku si za to vysloužil od politiků, ale také od občanů na sociálních sítích.

„Nepatří do veřejných projevů a už vůbec ne u hlavy státu. Neslučuje se to s vážou úřadu a už vůbec ne s tím pořadem,“ komentoval prezidentův slovník Petr Kaderka z Ústavu pro jazyk český.

Prezidentův mluvčí Jiří Ovčáček řekl, že vulgaritami v Hovorech se Zeman chtěl přiblížit myšlenkovému světu svých odpůrců.

Premiér Bohuslav Sobotka ale míní, že vyjadřování sráží pověst prezidentského úřadu, dává špatný příklad a nedělá dobré jméno republice v zahraničí. Naopak ministr zahraničí Lubomír Zaorálek soudí, že si Zeman užitím vulgarismů dělá z lidí legraci a že šlo o provokaci, aby vyrobil událost.

Vysíláním Hovorů se budou zabývat Rada pro rozhlasové a televizní vysílání a Rada Českého rozhlasu. Obě instituce dostaly mnoho stížností posluchačů. Posuzovat však paradoxně nebudou Zemanovy výroky, ale to, zda nepochybil rozhlas.

Mluvčí veřejnoprávního rozhlasu Jiří Hošna řekl, že šlo o živé vysílání a moderátor pořadu Jan Pokorný navíc hlavu státu na některá vyjádření, která do vysílání nepatří, upozornil. ČTK

INZERCE

KDYŽ MĚ NIC NENAPADÁ, KOUKÁM SE, JAK PADÁ LISTÍ.



25 Kč

Snack it
easy



V restauracích podávajících snídaně platí nabídka od 10:30.

Poplatky za solár zúčtuji podle velikosti jističů

Novela energetického zákona účty za elektřinu nezvyší. Regulátor ji přesto považuje za zmetek.



Citát

Je třeba změnit energetický zákon. Současný návrh novely zákona je paskvil.

ALENA VITÁSKOVÁ, ŠÉFKA ERÚ

Na trhu s energiemi se chystá změna, ale není důvod k panice. Podle vládní novely zákona o podporovatelných zdrojích energií, kterou začínou zákonodárci projednávat na současné schůzi, se poplatky za obnovitelné zdroje nebudou kalkulovat podle spotřeby, jako dosud, ale podle velikosti jističe. Zákon začne platit od příštího roku.

Analytik Petr Woff uvedl, že teď činí poplatek na ekologické zdroje energie zhruba deset procent z celkového vyúčtování za elektřinu. Příští rok by neměl tento podíl

stoupnout, naopak ještě klesnout.

„Pokud je hlavní jistič zbytečně veliký a domácnost sníží jeho hodnotu, potom může platit i méně než doposud. Pokud mají všechny byty v domě stejné jističe, pak bu-

K čemu je ERÚ

Úkolem úřadu, který vznikl v roce 2001, je dohled nad českým energetickým trhem.

- Stanovuje ceny regulovaných složek plynu a elektřiny, uděluje licence dodavatelům energií.
- Má chránit zájmy spotřebitelů. Od svého založení ale čelí kritice, zda je vůbec potřebný.

Za co platíme

To, co spotřebujeme, je jen zlomkem našich účtů.

- Tržní cena elektřiny (cena silové energie + pevná cena za měsíc) činí asi 30 procent.
- Zbytek činí poplatky za distribuci, poplatky za jistič, příspěvek na podporované zdroje, daň z elektřiny či daň z přidané hodnoty.

dou domácnosti platit stejnou částku,“ uvedl autor novely, ministerstvo průmyslu a obchodu.

Energetický regulační úřad má ale k této novele opakované výhrady. Jeho šéfka Alena Vitásková zákon stále označuje slovy „paskvil“ či „zmetek“. Úřad kritizuje zejména vznik pětičlenné rady ERÚ, která má v rámci novely

vzniknout. „Současný nezávistý způsob regulace končí, jedná se o zjevný pokus o politizaci úřadu,“ nechala se slyšet Vitásková.

Apeluje proto na poslance, aby návrh novely vrátili kabinetu k přepracování.



TOMÁŠ BELICA

tomas.belica@metro.cz

Zprávy krátce

Požár odhalil konopí za miliony

Když hasiči, kteří na Českolipsku jeli k požáru trafostanice, otevřeli vrata statku, nestačili se divit. Objevili největší pěstírnu konopí v historii kraje. Obsahovala na 2800 rostlin. Pokud by je pěstitelé prodali usušené, mohli za ně utržit až 54 milionů korun. Policie nevyloučila, že požár trafa vznikl právě kvůli přetížení sítě. **IDNES**

Na opravu střechy si studenti počkají

Do Gymnázia Slovanské náměstí v Brně zatéká. Střecha je v havarijním stavu a zastupitelé o penězích na její opravu budou rozhodovat až v prosinci. Kvůli úředním postupům se tak 523 studentů dočká opravy možná na jaře. **ČTK**

INZERCE

Vstupte s námi do nové éry komunikace



přijďte do O₂ Prodejny a kupte si telefon nebo tablet, který umí 4G LTE



vyměňte si zdarma SIM kartu za modernější



sdílejte své zážitky na nejrychlejším mobilním internetu 4G LTE



První volání mobilem

1991



První SMS

1996



První internet v mobilu

2005



Nejrychlejší internet

4GLTE

2014

Více informací na www.o2.cz/LTE

O₂

Poradna. Mohu spočítat, kolik budu splácet?

ADVERTORIAL



T. Konvička z Fair Creditu

Lze dopředu zjistit, jak vysoké budou splátky půjček? Odpovídá Tomáš Konvička, obchodní ředitel společnosti Fair Credit, specializující se na drobné nebankovní půjčky.

Většina seriózních poskytovatelů půjček takovou možnost nabízí na svých webech prostřednictvím on-line kalkulačky. Jde o jednoduchou aplikaci, kde si několika kroky nastavíte půjčku podle vašich představ a kalkulačka vám výši jednotlivých splátek sama spočítá. Přesně tak zjistíte, na kolik peněz vás vyjdou jednotlivé splátky, kalkulačka vám i ukáže, jak velké je RPSN, úroky i případné další náklady půjčky. Podle těchto údajů si pak snadno porovnáte, která půjčka je pro vás nejvýhodnější. Pokud se rozhodnete pro půjčku, její sjednání by s vámi v každém případě měl osobně řešit obchodní zástupce dané společnosti. Ten s vámi celou smlouvu projde, odpoví vám na všechny otázky a detailně vás seznámí také s výší splátek a dobou splácení. (www.faircredit.cz)

Řecko bude potřebovat další peníze

Pomoc, kterou eurozóna Řecku poskytla, mu zřejmě nebude stačit.

Je vysoce nepravděpodobné, že by Řecko ukončilo záchranný program eurozóny a nepotřebovalo by žádnou novou formu pomoci spojenou s plněním jasně daných podmínek. To včera řekl vysoký úředník EU, který si nepřál být jmenován. „Budeme zkoumat, jaké další možnosti existují. Ať přijmeme jakoukoli, bude to smluvní vztah mezi institucemi eurozóny a řeckými orgány,“ dodal.

Podle zdroje se očekává, že na tom, jak nejlépe pomoci Aténám, se ministři eurozóny a Řecka dohodnou na setkání ministrů financí v Bru-

Řecká krize

Řecko se v květnu 2010 ocitlo na pokraji státního bankrotu a muselo požádat Evropskou unii a Mezinárodní měnový fond o úvěrovou pomoc.

- Celkem získalo 240 miliard eur (6,7 bilionu korun).
- Výměnou musela vláda zavést masivní výdajové škrty, snížit důchody a mzdy, zvyšovat daně a zavádět ekonomické reformy.
- Záchranný program eurozóny skončí letos 31. prosince a pomoc od MMF vyčerpá Řecko v roce 2016.

selu 8. prosince. Řecko by tak mělo dost času na schválení návrhů v parlamentu ještě před prosincovými prázdninami. **ČTK**

Zprávy krátce

Do zóny investuje také stát

Stát a Královéhradecký kraj by mohly do dalšího rozvoje zóny Škoda Auto v Kvasínách na Rychnovsku dát přibližně přes 1,2 až 1,3 miliardy korun. Samotná Škoda Auto v závodě Kvasiny plánuje investice za 13 miliard korun a vytvoření asi 1500 pracovních míst.

Vinaři uspěli v Německu

Moravští vinaři získali pět zlatých a pět stříbrných medailí na mezinárodní soutěži vín v Německu Mundus vini. Při své osmé účasti v soutěži tak vyhráli o jednu zlatou a jednu stříbrnou medaili více než loni. Letos bylo v soutěži kolem 4500 vzorků vín ze 42 zemí. **ČTK**

Kurzarbeit. Stát doplatí část mezd

Firmy, které mají dočasně snížený objem zakázek, si budou moci udržet zaměstnance, protože jejich mzdy bude doplácet stát. Vláda schválila zavedení systému „kurzarbeit“. Ministryně práce a sociálních věcí Michaela Marksová uvedla, že se vláda shod-

la na tom, že v rámci kurzarbeitu budou firmy platit půl platu, stát přidá 20 procent.

Dvacet procent průměrného platu bude podle Marksové stát vyplácet prostřednictvím úřadů práce z peněz určených na aktivní politiku zaměstnanosti. **ČTK**



Pozdravil se s robotem

Velvyslanec USA Andrew Schapiro si včera prohlédl při návštěvě Plzně Techmania Science Center, kde ho přivítala posádka Expedice vesmír a robot ASIMO. **ČTK**

Schodek. Je už 45 miliard

Schodek státního rozpočtu v říjnu stoupl na 45,4 miliardy korun ze záříjových 34,4 miliardy. Loni ke konci října deficit činil 47,7 miliardy korun. Na celý letošní rok je schválen rozpočet se schodkem 112 miliard korun, cílem ale je udržet ho na zhruba loňské úrovni – 81 miliard. **ČTK**

Kurzy

	EURO	27,79
	DOLAR	22,67
	LIBRA	35,59
NAFTA:		35,55
NATURAL:		35,98

INZERCE

Fajn půjčka

Fair Credit | FAJN půjčka
půjčte si od 4 000 do 50 000 Kč

- Férové a rychlé jednání
- Profesionální zákaznický servis
- Pojištění schopnosti splácet
- On-line přístup k Vašemu účtu

Volejte zdarma **800 888 120**
www.faircredit.cz





SPORTlife & spol. TOP 10

Festival sportu, tance a zábavy – SPORTLife, DANCELife Expo, IN-JOY

Geňa tančí rekord

V sobotu, v pavilonu B se odehraje mega flash-mob pro širokou veřejnost – pokus o překonání rekordu, tento rok s Richardem Genzerem, který kvůli tomu dokonce zhodil nějaké to kilo. Přijďte všichni!

Kde a kdy: sobota 8.11. ve 13.30 - pavilon B

Maminky Alena Antalová, Hanka Kynychová a Eva Decastelo poběží Maminy Run

Sobota bude patřit běhu pod názvem Maminy Run. V Brně na pětikilometrovou trať vyběhnou i tři známé a krásné ženy – Alena Antalová, Hanka Kynychová a Eva Decastelo. To ale není běhům konec - po oba víkendové dny se na výstavišti poběží ještě **SPORT Life Run a Universálmánie** - závod všestrannosti.

Kde a kdy: sobota 8.11. ve 10.00 - pavilon B

Neobvyklé sporty, závody, zábava a mistr světa Dominik Nekolný

Návštěvníci mohou využít možnosti vyzkoušení neobvyklých sportů – na příklad skimbarding, headis, slackline nebo unicurling. Na výstavišti se budou odehrávat – ukázky – sebeobran, potápění, sálové cyklistiky a další. Nebude chybět cyklistický závod **Mistrovství ČR v bikertrianu nebo Rock Point Český**

pohár v boulderingu. Pro adrenalinové nadšence zde bude Mercedes Benz zóna s Monster U-rampou. V hale F se rozpoutá doslova freestyleové peklo! Hlavní roli bude hrát **Meatfly Big Air** - 4denní show na sedmimetrovém skoku! Další zajímavostí bude profesionální show v podání mistra světa **Dominika Nekolného** a jeho týmu BMX Show.

Kde a kdy: po celou dobu akce

Kondice, hubnutí, zdraví, krása a dietolog Petr Havlíček

Zdravotní diagnostika bude po celou dobu akce pro návštěvníky veletrhu zdarma. Takže návštěvníci si mohou nechat udělat analýzu stavby těla, pod dohledem lékařů z **Centra kardiovaskulární a transplantční chirurgie** naměřit EKG, na stánku Sanasportu budou návštěvníci mít možnost diagnostikovat svá chodidla a na stánku **Neuroprogress** si zase návštěvníci mohou nechat zkontrolovat psychický stav a míru stresu. A fanoušci dietologa **Petra Havlíčka** se můžou těšit na jeho zajímavou přednášku o zdravém stylu života.

Kde a kdy: po celou dobu akce, Petr Havlíček v sobotu

Horolezec Radek Jaroš pomůže herci Janu Budařovi slanit výškovou budovu BVV

V pátek bude pod dohle-

dem zkušeného horolezce Radka Jaroše slaňovat výškovku herec a hudebník Jan Budař.

Osobnosti zde ovšem nejsou jen kvůli slaňování, ale účastní se dvou známých festivalů. **Mezinárodní festival alpinismu a cestovatelského festivalu Kolem světa.**

Kde a kdy: Slaňování – pátek 7.11. ve 12:00 – administrativní budova BVV, Mezinárodní festival alpinismu – pav. E- 7.11. a festival Kolem světa – 8-9.11. v Kongresovém centru BVV

Rodiny s dětmi si to letos obzvláště užijí

Pokud by se měl někdo na letošní veletrh SPORT Life opravdu těšit, pak jeho nejmenší návštěvníci. Organizátoři pro ně připravili například **Školičku in-line bruslení** včetně instruktaže a bruslí k zapůjčení, **sobotní závod na šlapacích čtyřkolkách, skákací hrad, dětský koutek, trampolíny, lanové centrum, dopravní hřiště, DecathlonCup** - soutěž v lukostřelbě nebo **Kids studio**, kde budou probíhat taneční workshopy.

Kde a kdy: po celou dobu akce

Herní zóna na In-Joy: PC turnaje, volné hraní, soutěže, youtubeři a Pavel „Herdyň“ Mikeš

Součástí festivalu IN-JOY je herní zóna, v níž je

po celé tři dny připraven nabitý program pro hráče a fanoušky PC gamingu. Herní zóna v pavilonu B se dělí na 4 arény s odlišným programem. Ve čtyřech arénách – Microsoft, Playzone, Hitpoint a Conquest – se budou hrát desítky her, turnajů a soutěží.

V sobotu a v neděli bude přítomen Pavel „Herdyň“ Mikeš, který bude hrát s vítězi turnajů nebo s návštěvníky. Nebudou chybět ani známí youtubeři.

Kde a kdy: po celou dobu akce

Street city – streetové městečko ve stylu New Yorku 80 let

V pavilonu E zažijí návštěvníci ojedinělou atmosféru v rámci vytvořeného městečka IN-JOY STREET CITY s vizáží New Yorku osmdesátých let minulého století. Program bude po celou dobu doslova nabitý zábavou, v každém sektoru a zóně nějaká show a exhibice, soutěže pro diváky, vystoupení umělců, workshopy.

Kde a kdy: po celou dobu akce

Tanec jako životní styl

Pavilon B a její Evropa 2 stage, se stane místem hlavních programů jak pro Dance Life Expo, tak pro In-Joy. V pavilonu B se odehrají také mega-workshopy pro širokou ve-

řejnost a **flash-mob – pokus o překonání rekordu, tento rok s Richardem Genzerem.** V sobotu navečer čeká návštěvníky uchvacující podívaná v pavilonu B - **POLEMOTIONS 2014** - neuvěřitelná show tanečnicků pole dance.

Kde a kdy: po celou dobu akce, Polemotions – sobota večer

A dva párty večery – pátek a sobota

V pátek se uskuteční **IN-JOY Talent Contest** – finále talentové soutěže a hned poté následuje **After párty** s Veronou, Royal Elements, šálovou akrobacií, akrobatickou gymnastikou, light-show Pyroterra, Art4People a Djs. V sobotu po pole dance soutěži – Polemotions, následuje **Cubana párty.** Tanec v rytmu salzy:-) **Kde a kdy: Pátek a sobota večer**

A na co nesmíme zapomenout?

Souběžně totiž na výstavišti probíhají ještě další tři akce – **Caravanning Brno** – veletrh obytných vozů a karavanů, **Theatre Tech** – veletrh divadelní a jevištní techniky a **Gaudeamus** – veletrh pomaturitního vzdělávání.

Každý návštěvník, který chce vstup za 100Kč se musí zaregistrovat na webu a zadat kod: SPORTLIFE100Kč

FESTIVAL SPORTU, TANCE A ZÁBAVY

DANCE
LIFE
EXPO

7.-9.11. 2014

SPORT
LIFE

6.-9.11. 2014
BRNO-VÝSTAVIŠTĚ

INJOY

7.-9.11. 2014

SOUBĚŽNĚ
PROBÍHAJÍ:

THEATRE
TECH



Provazochodec. Šel bez jištění

Ve výšce více než 150 metrů se v noci na včerejšek prošel mezi mrakodrapy v Chicagu Američan Nik Wallenda. Pětařtřicetiletý provazochodec, který loni jako první člověk na světě přešel po laně přes Grand Canyon, celkem v Chicagu urazil po laně téměř 170 metrů za zhruba osm minut. Na první trase měl provazochodec původně v úmyslu strávit čtvrt hodiny, silný vítr a prudší spád lana ho ale přý

přiměly ke spěchu. Na představení trénoval na laně pod úhlem 15 stupňů, ale při vystoupení mělo lano sklon 19 stupňů.

Na místě provazochodci aplaudovaly se zatajeným dechem desetitisíce lidí. „Slyšíte ten halas? Miluji Chicago a Chicago určitě miluje mě,“ komentoval potlesk a povzbuzování davů Wallenda během své nebezpečné pouti po provaze. **ČTK**

Světloocí lidé snášejí alkohol lépe

Modrooký člověk zvládne vypít víc alkoholu než hnědooký. Na vině je melanin.

Máte modré nebo prostě světlé oči a všimli jste si, že snášíte alkohol lépe než vaši přátelé s tmavými očima? Je to docela přirozené. Vědci z Georgijské státní univerzity v Atlantě sledovali 12 tisíc mužů a žen. A výsledky hovoří zcela jednoznačně: jednotlivci se světlými očima mohli vypít více alkoholu než ti, kteří měli tmavé oči, píše francouzský server Gentside.

Tento jev vyvolává jediný činitel: melanin. Tato molekula ovlivňuje pigmentaci naší pokožky, duhovky a vlasů, ale je obsažena i v jiných částech našeho těla, napří-



Vypije víc. PROFIMEDIA.CZ

Jak je to s pivem?

Američtí vědci se také zabývali otázkou, zda se po pivu hloupne.

- Zjistili, že organická sloučenina přítomná ve chmelu naopak umožňuje zlepšovat poznávací schopnosti. Alespoň u myši...

- Vědci z Oregonu dokázali zlepšit poznávací schopnosti myši tak, že jim dodávali biologicky aktivní látku xanthohumol, prenylflavonoid, který se vyskytuje téměř výhradně ve chmelu.

klad v mozku máme neuro-melanin. Jinak je melanin látka, která se nachází všude kolem nás.

Ve skutečnosti má melanin zřejmě mnohem větší slovo v lidském těle, než se myslí. Kromě pigmentace je také vektorem informací. Hraje vý-

znamnou roli v nervovém systému, usnadňuje předávání nervových podnětů. Právě z tohoto důvodu zřejmě osoby s tmavými očima snášejí hůře alkohol, protože se díky melaninu rychleji opijí. Melanin jim přenáší alkohol rychleji k mozku. **ČTK**



Wallenda pochází z klanu cirkusových umělců. AP

INZERCE

Infuzní terapie vitamínem C v onkologii – zeptali jsme se za Vás odborníků

MUDr. Marta Holíková, Odd. klinické onkologie, inPHARM CLINIC, Praha (MH)

PharmDr. Zdeněk Procházka, Edukafarm, Praha (ZP)

Paní doktorko, můžete ve stručnosti uvést, proč by se měly infuze vitamínu C podávat onkologicky nemocným?



MH: Američtí onkologové, se kterými spolupracujeme, podávání infuzí vitamínu C doporučují spolu se základní protinádorovou léčbou, protože duální účinek vitamínu C na jedné straně chrání zdravé buňky před nežádoucími účinky onkologické léčby a na straně druhé může poškodit nádorové buňky. Potvrzují to naše zkušenosti a také aktuální prohlášení National Cancer Institute.

Nedávno se k vysokým dávkám vitamínu C v onkologii vyjádřila Vědecká rada České lékařské komory.



ZP: Vědecká rada ČLK ve zmíněném stanovisku připouští podávání této infuzní léčby vitamínem C u onkologicky nemocných na úrovni adjuvantní (= podpůrné) či komplementární (= aplikované spolu se základní terapií), a to se souhlasem a ve spolupráci s klinickým onkologem.

Paní doktorko, vy jste klinický onkolog, kdy je vhodné nasadit vysokodávkovaný infuzní vitamín C?

MH: Jak bylo řečeno, jeho komplementární využití je vhodné k chemoterapii nebo radioterapii. Další možností je jeho nasazení jako podpůrné léčby v pokročilém stádiu onemocnění, kdy jsou možnosti onkologické léčby vyčerpány. Aplikace infuzního vitamínu C v obou případech výrazně zlepšuje kvalitu života pacientů. Mohu říci, že tyto moje zkušenosti odpovídají výsledkům, které publikují naši kolegové na amerických univerzitách. V naší ambulanci klinické onkologie v Jesenicích u Prahy aplikujeme vitamín C u pacientů s karcinomem prsu, vaječníků, tlustého střeva, slinivky břišní, plic a dalších.

Mohou se u Vás pacienti objednat?

MH: Pacienti mohou kontaktovat přímo naši ambulanci klinické onkologie na klinice v Jesenicích u Prahy: recepcie@inpharmclinic.cz, tel.: 241 416 990 nebo 724 521 161. www.inpharmclinic.cz



inPHARM CLINIC, V Areálu 1243, Jesenice u Prahy (roh ulic Říčanská a V Areálu). Nejpohodlnější příjezd do Jesenic je z okruhu spojujícího dálnice D1 a D5 (exit Jesenice).

JIŘÍ MACHÁČEK
EVA HERZIGOVÁ
AŇA GEISLEROVÁ

POHÁDKÁŘ

MODERNÍ LOVESTORY

FILM VLADIMÍRA MICHÁLKA

WWW.POHADKAR-FILM.CZ

Inspirováno knihou Barbary Nesvadbové Pohádkář

V KINECH OD 6. LISTOPADU

HLAVNÍ PARTNER

HLAVNÍ MEDIÁLNÍ PARTNER

PARTNER

MEDIÁLNÍ PARTNER

DISTRIBUTOR

PARTNER PŘEMĚRY

Sudoku

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

Napište svou bublinu



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



Počasí

DNES



Min. 12
Max. 16

ZÍTRA



Min. 13
Max. 17

ČTVRTEK



Min. 8
Max. 12

PÁTEK



Min. 9
Max. 13

Stupeň zátěže pro dnešek: bio 2

Střední zátěž. Rizikové skupiny by se měly vyvarovat zvýšené fyzické a psychické zátěže a věnovat pozornost svému zdravotnímu stavu.

Teplotní rekord: 17,1 °C

Rok výskytu: 1996

Kvíz

- První Tudorovec na anglickém trůně byl Jindřich VII., zmocnil se ho roku:
 - 1386
 - 1485
 - 1585
- Stanice pražského metra, která byla otevřena v listopadu 1985 jako Moskevská, je dnes:
 - Anděl
 - I. P. Pavlova
 - Dejvická
- Vynálezce saxofonu Adolphe Sax byl hudebník a designér hudebních nástrojů z:
 - Belgie
 - Německa
 - Francie
- Nemusíte být ani vášnivým lovcem zvěře, abyste věděli, že patronem myslivců a lesníků je:
 - sv. Hubert
 - sv. Antonín
 - sv. Bernard
- První koncert skupiny Psi vojáci se konal v rámci Pražských jazzových dnů v roce:
 - 1979
 - 1984
 - 1989

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

ČT1

- 12:30 Sama doma
- 14:00 Vše o vaření
- 14:15 Banánové rybičky
- 14:45 Na cestě po Jeseníkách
- 15:15 Kriminálka Paříž (42/92)
- 16:10 Galasuperšou aneb Tele-most Praha-Poděbrady
- 17:05 Cestování
- 17:40 Černé ovce
- 17:55 Události v regionech za okamžik a počasí
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 AZ-kvíz
- 19:00 Události
- 19:50 Branky, body, vteřiny



- 20:00 Vypřávej
Seriál (ČR, 2009). Majda není žádná zlodějka! Hrají: R. Vojtek, A. Kerestešová, S. Skopal, O. Veselý a další

- 20:55 Poselství přes rampu
Dokument (ČR, 2008)
- 21:52 Losování Šťastných 10 a Šance milion
- 21:55 Detektiv Martin Tomsa
Seriál (ČR, 1998)
- 23:05 Kingová II (1/13)
Detekt. seriál (Kan., 2012)
- 23:50 Otec Brown (9/10)
Seriál (VB, 2013)
- 00:35 Na stopě
- 01:00 AZ-kvíz
- 01:25 Zajímavosti z regionů
- 01:50 Dobré ráno
- 04:20 Designtrend
- 04:35 Království za koně
- 04:55 Hobby naší doby

ČT2

- 13:50 Skrytý ráj Podýjí
- 14:30 Dobrodružství vědy a techniky
- 15:15 Soubor vojevůdců: Yamamoto proti Nimitzovi
- 16:05 Generál Patton: Ardeny
- 16:50 Vrah panenek. Krimiseriál (Rak./N, 1996)
- 17:30 Report o Velké válce: Utopení v čase ofenziv
- 18:10 Moje rodina V
- 18:45 A zase ta rodina. Sitcom
- 18:55 Večerníček
- 18:55 Interpol: Osudové nutkání
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



- 20:00 Letečtí stíhači v boji II: První krev
Dokument (USA, 2006). Prožijte s válečnými piloty dramatické okamžiky bojového vypětí! Díky realistické animaci se dnes ocitnete nad záky prvni světové války

- 20:50 Vyšetřování leteckých nehod: Terorismus
Expemiféři
- 22:15 Zámek v Čechách
Drama (ČR, 1993)
- 23:50 Sestřička Jackie IV
Seriál (USA, 2012)
- 00:15 Touha po kráse
- 01:10 Babylon
- 01:40 Bojovníci s klimatem
- 01:50 Z očí do očí
- 02:20 Žarošice
- 02:35 Ve dveřích je A.G.

NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:25 Vražedná čísla V (10)
- 13:25 Odložené případy III (3)
- 14:20 Dr. House VI (10)
- 15:15 Ordinace v růžové zahradě 2 (148)
- 16:30 Dva a půl chlapa III (15)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 17:25 Kriminálka Miami V (2)
- 18:30 Ulice (2697)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



- 20:20 Ordinace v růžové zahradě 2 (527)
Seriál (ČR, 2014). Suší mají důvod ke strachu, Tonda se tajně schází s vlastním tátou. Průšvihářka Jana připraví rodinu o spoustu peněz. Hrají: Z. Adamovská, P. Rychlý, J. Čenský a další

- 21:35 Víkend
- 22:25 Lovci zločinců III (7)
Krimiseriál (USA, 2013)
- 23:20 Nebezpečná identita (13)
Krimiseriál (USA, 2011)
- 00:10 Kriminálka Miami V (2)
Krimiseriál (USA, 2006)
- 01:00 Dr. House VI (10)
- 01:45 Novoshopping
- 02:15 Kolotoč
- 03:05 Ordinace v růžové zahradě 2 (147)

PRIMA

- 13:30 Wolffův revír V (4)
- 14:30 Doktor z hor: Nové příběhy IV (10)
- 15:30 Castle na zabiti IV (8)
Hotel plný vzpomínek. Krimiseriál (USA, 2011)
- 16:25 Komisař Rex III (6)
Vrah panenek. Krimiseriál (Rak./N, 1996)
- 17:30 Odpolední zprávy
- 18:00 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimi zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 VIP zprávy



- 20:15 Svatby v Benátkách (32)
Seriál (ČR, 2014). Každý den je radost! Policista Podběl přizná, že má dítě se synovou nevěstou. Olze s Lolou vyrazí dech Romeova matka. Brom by rád zakopal válečnou sekeru s Davidem. Hrají: P. Hřebičková, M. Kraus, O. Veselý, A. Bendová a další

- 21:35 Očima Josefa Klímy
- 22:25 Ano, šéfe!
- 23:40 Myslenky zločince VII (13)
- 00:35 Spravedlnost v krvi III (19)
- 01:35 Vraždy v Kitzbühelu VII (5)
- 02:25 Doktor z hor: Nové příběhy IV (10)
- 03:35 Wolffův revír V (4)

PRIMA COOL

- 12:40 Akta X VIII (20)
- 13:40 Jmenuju se Earl III (18)
Zabijena. Komed. seriál (USA, 2008)
- 14:10 Simpsonovi XVI (6, 7)
- 15:10 Boříci mýtů IV (4)
- 16:15 Ztracení IV (14)
Není nad to, být doma 3/3. Seriál (USA)
- 17:10 Jmenuju se Earl III (19)
Miloštný osmiúhelník
- 17:40 Grimm III (17)
- Shledání. Fantasy seriál
- 18:30 Simpsonovi XVI (8, 9)
- 19:20 Kdo přežije: Samoa (17)



- 20:15 Liga mistrů UEFA
Přímý přenos utkání 4. kola skupinové fáze Ligy mistrů UEFA

- 23:55 Robin Hood
Akční dobr. film (USA/VB/Kan./N, 1991). Hrají: P. Bergin, U. Thurmanová, J. Prochnow a další. Režie J. Irvin
- 01:55 Scrubs: Doktůrci (23)
Sitcom (USA, 2001). Hrají: Z. Braff, S. Chalkeová, D. Faison, K. Jenkins a další
- 02:15 Scrubs: Doktůrci (24)
Sitcom (USA, 2001)
- 02:40 Star Trek: Vesmírná loď Voyager IV (6)
Sci-fi seriál (USA, 1998)
- 03:25 Robin Hood
Akční dobr. film

ÓČKO

- 09:00 Millennium
- 10:00 Óčko hity
- 12:00 Óčko news
- 12:05 Óčko hity
- 13:30 Zabil.cz
- 13:35 Óčko hity
- 14:00 Óčko news
- 14:05 Óčko hity
- 14:30 Dotykáč
- 14:35 Óčko hity
- 15:00 Zabil.cz
- 15:05 Óčko hity
- 15:30 Óčko news
- 15:35 Mixxxer show
- 17:00 Óčko news



- 17:05 Mixxxer
Klipy na SMS přání, pokec s hostem

- 18:00 Óčko hity
Klipy nonstop
- 19:00 Óčko news
Hudba, film, zábava - nikdy a nic nám neutěče
- 19:05 Moje desítka
TOP 10 klipů podle diváka Óčka CZ & SK
- 20:00 České a slovenské klipy
Millennium
Největší hity nového milénia
- 21:00 Millennium
Největší hity nového milénia
- 21:45 Filmshot
Filmová jízda s Kryštofem a Denisou
- 22:00 Artur
- 22:05 Simply the best
- 23:00 Love zone



Do you think you could survive in the wild? For how long? And what would you miss most if you left human society?

PROFIMEDIA.CZ

FERAL CHILDREN

Practise your English and learn about interesting facts from everyday life as well as about things you might never have heard of before.

People have always been fascinated by stories of children raised by animals. Also called 'feral', such children have lived away from humans from an early age and have not experienced social behaviour or human communication.

Fact and fiction

We have heard the stories and seen the films. Mowgli, the boy lost in the jungle, was my childhood hero. I watched him taking his first steps outside the care and protection of his adoptive wolf family. I loved his adventures in an animal world filled with funny

Lesson No. 9



bears, curious monkeys and dangerous tigers. But how close are such fictional tales to reality?

Raised in the wild

One of the first documented cases of feral children is Peter's. He was found in the woods in 1724, aged 12. He climbed trees, ate plants and could not speak. He spent 68 years in society but the only words he ever said were 'Peter' and 'King George'. John ran away aged 3 and was found a few years later (in 1991) hiding in a tree with a family of green African monkeys. He remembers the monkeys coming up to him, days after he had left his home, offering roots and nuts. His adoptive family were so upset when people came to take John that they threw sticks to stop them. Traian disap-

Activity 1

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

- 1. adoptive
 - 2. documented
 - 3. fictional
 - 4. trait
 - 5. walk upright
-
- A. a feature or characteristic that someone has
 - B. having taken somebody else's child into their care
 - C. invented; part of a story
 - D. supported by written data
 - E. using two feet to move

peared when he was 4. He was found in 2002 in a cardboard box in a forest. A pack of wild dogs had cared for him for three years. His mother recognised him during the TV programme announcing his discovery.

Difficulties

Like Mowgli, who found humans scary, feral children experience huge difficulties

Activity 2

Now complete the sentences using words and phrases from the text. Make any changes to the words that are necessary.

- 1. Although he never forgot his biological mother, he really loved his (.....) family.
- 2. He showed all the (.....) of a perfect gentleman.

- 3. Humans started to (.....) four million years ago.
- 4. Cinderella was my favourite (.....) character when I was a child.
- 5. The social behaviour of chimpanzees was (.....) in a 2004 book by Jane Goodall.

when they return to human society. Many have trouble learning to walk upright and show no interest in the human activity around them. Some may never be able to learn a human language.

A happy end for some

In the months following his return to society, Traian lost many of his animal-like traits. He quickly switched from walking on all fours to walking upright. He is now 17 and doing well in school. His teachers describe him as a

tall, intelligent teenager, who loves football and spending time on Facebook. **ANDREEA PULPEA**

Answers

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

Activity 2
1. adoptive;
2. traits;
3. walk upright;
4. fictional;
5. documented

Nevolnost v těhotenství způsobují také hormony

Zvracení, nevolnost, pobledlost v obličeji. Typický případ těhotné ženy v prvním trimestru těhotenství. Proč většina z nich trpí zažívacími potížemi?

Na začátku těhotenství se v děloze matky začíná vytvářet placenta. Kromě mnoha svých funkcí produkuje velké množství pro matku a plod důležitých hormonů.

„Hormony zejména steroidní povahy působí na centrální nervový systém matky. Obzvláště pak estrogeny ovlivňují centrum zvracení v prodloužené míše. Než se toto centrum na novou situaci adaptuje, tak těhotná žena trpí často pocitem na zvracení nebo přímo zvracením. Toto období obvykle končí okolo dvanáctého týdne těhotenství,“ vysvětluje lékař z Gynekologicko-porodnické kliniky VFN docent Antonín Pařízek.

Hormony působí i na svalovinu za-

živacího ústrojí. Často způsobují uvolnění horního uzávěru žaludku. „Zejména vleže pak může nastat únik kyselých žaludečních šťáv do jícnu a chemické dráždění stěny jícnu. Reakce se projevuje subjektivně příznakem, který se označuje jako pálení žáhy,“ doplňuje Antonín Pařízek.

A to není všechno, účinek těhotenských hormonů se projevuje i na funkci tenkého a tlustého střeva. Poměrně častým problémem těhotných je zácpa, a to často bez ohledu na složení jídla. Tato komplikace už s sebou nese rizika – u ženy může vyvolat zejména ve druhém a třetím trimestru těhotenství stahy dělohy, které mohou v krajním případě zapříčinit předčasný porod.

„Proti zácpě pomáhá pohyb, dostatečný pitný režim, více vlákniny ve stravě, tedy zelenina, ovoce, luštěniny a celozrnné produkty. Je možné použít projímavé minerální vody či lněné semínko,“ doporučuje Ladislav Krajčí, internista společnosti Synlab. Sáhnout můžete i po přípravcích v lékárnách, které mají projímavé účinky a jsou vhodné pro těhotné ženy. **JANA ŠTEFANOVÁ**



Než si organismus zvykne na novou situaci, trpí ženy zvracením. PROFIMEDIA.CZ

Nejezte za dva

Zdravá strava v těhotenství je velmi důležitá, protože ovlivňuje správný růst plodu.

- Bazální metabolismus se v těhotenství zvyšuje o 25 procent, je tedy nutné přisun potrawy rovněž zvýšit, a to asi o 200 kalorií denně.
- Není však namístě přejídání, ke kterému těhotnou někdy přemlouvá její okolí. Za dva prostě nejezte.



INZERCE

Gasterin^{gel} se vrací...



LÉTY PROVĚŘENÉ ANTACIDUM

> při pálení žáhy
a překyselení žaludku

> bohatý zdroj vápníku

> nově bez hliníku



www.rosenpharma.cz

Nepodceňujte nachlazení

Chladné a vlhké počasí, smog a kumulace lidí v uzavřených prostorech. To jsou ideální podmínky pro podzimní virózy.

Typickým projevem virózy je rýma, bolesti v krku, kašel, celková slabost a únava, bolesti svalů a kloubů, případně zvýšená teplota. „Potíže trvají zpravidla sedm až deset dnů a při nekomplikovaném průběhu většinou samy odezní. Léčba je výhradně symptomatická, používají se nosní kapky, prostředky proti bolesti v krku, přípravky na kašel. Nejdůležitější ale je zůstat doma a potíže nepřecházet. Nutný je také dostatečný přísun tekutin, nejlépe bylinné čaje s medem,“ doporučuje lékař Michal Lazák. Pomoci mohou i homeopatické přípravky.

Chřipka, jak často



tyto potíže nazýváme, to ale není. Tu způsobují pouze chřipkové viry, kdežto za běžnými virózami stojí jiné, které nebývají tak nebezpečné. „Běžná onemocnění z nachlazení pro zdravý dospělý organismus sama o sobě nebezpečná nejsou. Komplikace si z velké míry způsobujeme sami právě jejich přecházením. Banální nachlazení se může komplikovat bakteriální superinfekcí a kupříkladu rozvojem zápalu plic,“ varuje Michal Lazák.

Naproti tomu chřipka je sice podobná, ale má jiný průběh. Příznaky se rozjízďejí během hodin, objevují se horečky nad 39 stupňů Celsia, celková slabost je podstatně větší než u běžného nachlazení, bolí celé tělo včetně svalů a kloubů, a přidává se suchý dráždivý kašel. „Zkrátka pravá chřipka je onemocnění, které i mladého zdravého jedince během několika hodin doslova přibije do postele.

Chřipka je nebezpečná sama o sobě, vir dokáže sám napadnout některé vnitřní orgány, především srdce, a způsobit jeho akutní zánět, což už je komplikace ohrožující život. Tedy přecházení chřipky nelze v žádném případě doporučit,“ doplňuje lékař Lazák. **JANA ŠTEFANOVÁ**



Nachlazení vyležte.

PROFIMEDIA.CZ

Co je to rýma



Podzimní nachlazení se projevuje rýmou. Je to onemocnění vyznačující se zduřením nosní sliznice a zvýšenou sekrecí hlenu, což způsobí poruchu nosní průchodnosti a zhoršené dýchání.

- Současné jsou postiženy i sliznice nosohltanu, což vede k tomu, že ztrácíme chuť. Napadeny mohou být vedlejší nosní dutiny i sliznice středního ucha (Eustachovy trubice). To se zase projevuje zalehnutím uší.

- V případě komplikací či při dlouhodobém průběhu, který trvá déle než týden, nebo při intenzivních bolestech hlavy či ucha je potřeba vyhledat lékaře.

INZERCE

preventivně
a od prvních příznaků

oscilloccinum

BOIRON

Čtěte pečlivě příbalovou informaci. Oscilloccinum, perorální granule. Volně prodejné homeopatické léčivé přípravek k vnitřnímu užití. K dostání v lékárnách.

BOIRON
www.boiron.cz

Betaglukan JUNIOR pro děti od 3 let a mladistvé

Doplňek stravy pro děti a mladistvé, který svým složením přispívá k normální funkci imunitního systému a k ochraně buněk před oxidativním stresem.

NOVINKA



Obsahuje:

- 100 mg přírodního kvasničného betaglukanu v čistotě minimálně 70 %
- 10 mg kvasničných nukleotidů
- 40 mg vitamínu C
- 5 mg zinku ve formě laktátu (zaručuje vysokou vstřebatelnost)

Doporučené dávkování je 1 tob. denně. Tobolku lze roztrhnout a obsah vsypat do jídla či pití. V balení 30 tobolek. **Doporučená cena 200,- Kč.**

Žádejte ve vaší lékárně nebo objednejte na www.lekarna.cz

Více informací získáte na:

www.betaglukan.cz • www.nukleotidy.cz

www.gynpharma.cz

Cukrovka ohrožuje



Jak proti cukrovce? Zdravě jezte a hýbejte se. PROFIMEDIA.CZ

Počet lidí s diabetem stále roste.

Za posledních třicet let se počet diabetiků ztrojnásobil. V současné době je nemocných na 850 tisíc lidí. A může jich být mnohem více – i přes milion. Odborníci totiž míní, že až 250 tisíc Čechů o své nemoci neví. Důvodem je i to, že cukrovka se neprojevuje žádnými potížemi, proto postižené ani nenapadne vyhledat lékaře. Na preventivní prohlídky, které by měli podstoupit každé dva roky, nechodí.

Počty diabetiků budou i nadále stoupat. Odhaduje se, že do roku 2025 onemocní až 20 procent Čechů. I když nemoc není smrtelná, komplikace, které způsobuje, mohou smrt způsobit.

Cukrovka totiž může za kardiovaskulární potíže, na něž umírají až tři čtvrtiny diabetiků. Dále je tato nemoc nejčastější příčinou slepoty, amputace dolních končetin a selhání ledvin. „V případě časného zachytu může být péče o pacienty s cukrovkou z dlouhodobého hlediska úspěšnější a je možné zabránit rozvoji pozdních cévních komplikací nebo ho alespoň dostatečně zpomalit,“ uvádí lékař Jan Škrha ze III. interní kliniky VFN v Praze.

Nejčastěji se cukrovka pozná z rozboru krve, a to buď nalačno, nebo po takzvané glukózové zátěži. Ale hledají se nové cesty. Jednou z nich je měření fluorescence oční čočky. Měření provádí přístroj, který má nyní zapůjčený Všeobecná fakultní nemocnice v Praze. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

Desetitisíce Čechů ročně kvůli ní zemřou

Každý rok je nově zjištěn diabetůs u 19 tisíc lidí. Ročně zemře na ni zemře kolem 22 tisíc lidí.

nou koncentrací cukru v krvi. Rozvíjí se v těle až deset let.

- Cukrovka je chronické, nevyléčitelné onemocnění, charakterizované dlouhodobě zvyš-

- Odborníci předpokládají, že v roce 2030 bude diabetes celosvětově sedmou nejčastější příčinou smrti.

Čistý vzduch. Co dýchají Češi

Životní prostředí v České republice se za posledních 25 let zásadně změnilo, zlepšila se kvalita vzduchu, vody i třeba lesů. Od roku 1989 vzrostly podle údajů Českého statistického úřadu investice do ekologie více než sedmákrát. Miliardy korun spolky třeba sanace velkých průmyslových zón.

Česká republika musí ale stále řešit některé staré zátěže, například v průmyslových areálech Spolchemie Ústí nad Labem, kde jsou podzemní vody znečištěny chlovanými uhlovodíky. Za 25 let nicméně byly sanační práce ukončeny ve 150 lokalitách, například ve 12 areálech bývalé Škody Plzeň na území Plzeňského a Karlovarského kraje. **ČTK**

Problémy

Česko loni investovalo do ekologie 27,07 miliardy. Stále to ale nestačí.

- Díky investicím klesly za 25 let emise oxidu siřičitého. Také prachu výrazně ubylo. Nejvíce znečištěným místem je Praha a Moravskoslezský kraj. Mnohem méně příznivý je vývoj ohledně zemědělské půdy, kvůli výstavbám logistických areálů, domů a obchvatů kolem měst.

- Problémem jsou nedořešené ekologické zátěže, třeba v Dolní oblasti Vítkovic (fenoly, ropné látky) nebo v Litvínově (popelové skládky), ve Stráži pod Ralskem, kde do přírody zasáhla těžba uranu, a jinde.

Krátce

Budte fit s Petrem Havlíčkem

Současný životní styl nedává důvod k tomu, aby si lidé vytvářeli tukové zásoby na zimu. Kdo svádí svých pět až deset kilo na to, že to je izolace proti mrazu, nemá pravdu. Způsobuje to změna stravy a životního rytmu. Lidé se přestávají hýbat. Stejný jídelníček jako po celý rok a pohyb, to je ten správný recept.



Poslouchajte každou sobotu a neděli v 7.50 a 16.45 na Rádiu Impuls.

SARAPIS MENSIS

Na českém trhu je **Sarapis Mensis**, který díky obsaženým vitamínům skupiny B přispívá k úlevě od některých nepříjemných projevů PMS (*premenstruační syndrom*), jako je únava a vyčerpání.

Vitamin B6 přispívá k regulaci hormonální aktivity v tomto období. **Sarapis Mensis** je významným zdrojem niacinu, kyseliny pantotenové, vitamínu E, vitamínu B₆, B₂, B₁ a B₁₂ a biotinu. Niacin, vitamíny B₆, B₂, B₁ a B₁₂ a biotin **přispívají k normální činnosti nervové soustavy a niacin přispívá k normální psychické činnosti.** Niacin, vitamin B₂ přispívají k udržení normálního stavu pokožky a sliznic a biotin dále také udržuje normální stav vlasů. Niacin spolu s vitamínem B₆, B₂, a B₁₂ přispívá ke snížení míry únavy a vyčerpání. Vitamíny B₆ a B₁₂ také přispívají k normální funkci imunitního systému a k normální tvorbě červených krvinek.

tel.: 800 100 140. www.vegall.cz

- doplněk stravy
- bez vedlejších účinků
- k dostání bez receptu v lékárnách



INZERCE



Nejste na to sami

Za poctivé splácení Vás

každý rok odměníme!

Čím více splátek splatíte, tím víc Vám jich vrátíme.

Zavolejte si zdarma o telefonní půjčku na nonstop linku 800 321 821

Počet vrácených splátek je závislý na délce splácení úvěru. Při výši úvěru 100 000 Kč, výši splátky 1 899 Kč, počtu měsíčních splátek 84 a lhůtě splatnosti 15. 10. 2021 je úrok 14,36 % p. a., RPSN 15,4 %, celková částka splatná spotřebitelem 159 516 Kč. Splátka neobsahuje poplatky za volitelné doplňkové služby. Uvedené hodnoty jsou spočítány při datu poskytnutí 15. 10. 2014 a se splatností dalších splátek vždy k 15. dni v měsíci počínaje 15. 11. 2014. Každá žádost o úvěr je posuzována individuálně a může se od prezentované lišit. Nejedná se o nabídku či veřejnou nabídku a platí při splnění podmínek Home Credit a. s. do 15. 11. 2014. Při schvalování úvěru může být využito dotazování se do úvěrových registrů SOLUS a Nebankovního registru klientských informací. Více informací, včetně informací o registrech najdete na www.solus.cz, www.cnb.cz a www.HomeCredit.cz.

až **21** splátek zpět

Kancelář rádkové inzerce: Václavské náměstí 1, palác koruna, Praha 1,
po-pá 8.30-12.30, 13.30-17.00 hod. Tel: 225 065 177, 178, fax: 225 066 653

Cestování - nabídka

800 222 210

PŘEDPRODEJ LÉTO 2015

destinace	dny	termín	ubyt.	strava	cena
KORFU	4	červen-září	H3*	A	11 457
KORFU	11	červen-září	S	BS	11 742
ALBÁNIE	8	červen-září	H3*	S	15 827
ALBÁNIE	8	červen-září	H4*	S	16 027
MALTA	8	květen-říjen	H3*	S	13 823
MALTA - SENIOR 55+	8	květen-říjen	H3*	P	13 990
MALTA	8	květen-říjen	H4*	P	14 668
KRÉTA	5	červen-září	H3*	A	13 371
KRÉTA	8	červen-září	H3*	P	15 343

MADEIRA - květinové slavnosti 2015

FUNCHAL	8	13.4. - 20.4.	H3*	S	18 990
CANIÇO DE BAIXO	8	13.4. - 20.4.	H4*	S	20 500

ZIMA 2014/15 - slevy FM

ITÁLIE - VAL DI FIEME	5	prosinec 2014	H3*	P	3 560
ITÁLIE - VAL DI FIEME	8	prosinec 2014	H3*	P	6 500
RAKOUSKO - DAW	5	leden 2015	H3*	P	6 565
RAKOUSKO - DAW	8	únor 2015	H3*	P	14 070
SLOVINSKO se skipasem	5	prosinec - březen 14/15	H3*	P	7 990
SLOVINSKO se skipasem	8	prosinec - březen 14/15	H3*	P	12 400

Ubytování: S - studio, H3* - hotel 3*, H4* - hotel 4*
Strava: BS - bez stravy, S - snídaně, P - polopenze, A - all inclusive.
DAW - Dachstein West



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



Finance - nabídka

• Rychlá půjčka Hradec Králové a K. Vary. 500 až 10.000 ihned v hotovosti. Akce: 2.000 s 0% úrokem na 15 dní. Bez registru, bez dokládání příjmu. 95% schvalovatelnost půjčky. Stačí pouze OP a mobil. Adresy: Gočárova 542, H. Králové, Sokolovská 40, K. Vary. Tel.: 733736728 Po-Pá: 10-18 h.

• Nově otevřeno! Rychlá půjčka Liberec a Česká Lípa. 500 až 10.000 ihned v hotovosti. Akce: 2.000 s 0% úrokem na 15 dní. Bez registru, bez dokládání příjmu. 95% schvalovatelnost půjčky. Stačí pouze OP a mobil. Adresy: Kostelní 11/3, Liberec a Moskevská 82, Č. Lípa. Tel.: 704 719 055, Po-Pá: 10-18 hod.

Práce - nabídka

BEZPEČNOSTNÍ AGENTURA ADAM SECURITY

Přijme ihned MUŽE a ŽENY na pozici:
STRÁŽNÝ/Á
• Praha • Mladá Boleslav
• Pardubice • Písek

výhodné platové podmínky

800 600 333
www.adamsecurity.cz

Služby - nabídka

VÝKUP ZLATA!

za nejlepší cenu hotově
nejvýhodnější půjčky na zlato
www.avarrio.cz
Soukenická 8, Praha 1

737 858 585

Intimní - nabídka

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

• Potřebuji to denně! Zavolej na mob.: 724 830 977!
• Chceš být GIGOLEM starší, movité paníčky? Máme na ni kontakt! Stačí poslat SMS ve tvaru 96LCG a text na 909 15 40
• Mladé kotátko (Janička 19) k pomilování! Jsem hravá a ty :-)? Brnkni mi 909 80 50 40 nebo písni SMS na 909 15 45 s kódem 43HTH a tvůj text!

• Bohatství mě připravilo o upřímnou lásku. Takže nehledám nic jiného než intimní radovánky na jednu noc. Vlastička 62. Ozvi se 909 90 99 25 kód MXU29



• Věrka 29. Přítel si kupuje mou lásku drahými dárky a šperky a mně přítom stačí sex s obyčejným chlapem, ale s vášní. Půjdeš do toho? Jen tajně! Cinkni mi 909 801 801 nebo napiš SMS na 909 15 50 s kódem 37ALF a tvůj text!



Plzeň zuří. Podá trestní oznámení

Díky kamerovému systému zná fotbalová Plzeň obličeje čtyř chuligánů, kteří se podíleli na výtržnostech během utkání se Spartou.



Fotka není špatná. V tomto dýmu se v Plzni opravdu hrálo...

Fotbalová Viktoria Plzeň ve spolupráci s policií díky kamerovému záznamům určila čtyři diváky, kteří během sobotního šlágru 13. ligového kola se Spartou použili pyrotechniku a třikrát způsobili přerušení hry. Západočeský klub podá trestní oznámení na neznámého pachatele a hodlá od výtržníků vymáhat případnou pokutu, kterou s největší pravděpodobností dostane od disciplinární komise.

„Velmi úzce spolupracujeme se všemi bezpečnostními složkami v čele s policií a jsme si jisti, že daní provinilci budou jasně identifikováni a k současným tvářím budou přiřazena také reálná jména,“ uvedl mluvčí Viktorie Pavel Pillár.

„Zároveň Viktoria podává trestní oznámení na neznámého pachatele. Při očekávaném finančním trestu od disciplinární komise pak bude klub vzniklou škodu vymáhat právě po těchto jednotlivcích,“ doplnil Pillár. **čtk**



Problém s fanoušky během zápasu s příznivci Plzně 2x MAFRA

Potyčka v sektoru plzeňského „kotle“

V sektorech P, kam spadá „kotel“ domácí Plzně, museli pořadatelé řešit i další provinění proti návštěvnímu rádu.

- „Je to pro nás obrovské zklamání, které přetrvává. Místo

radosti ze zaslouženého vítězství řešíme obrovské problémy tam, kde bychom je čekali nejméně. Mezi diváky v hlavním fanouškovském sektoru Viktorie Plzeň,“ řekl generální manažer klubu Adolf Šádek.



Samý grandslamový vítěz

Tomáš Berdych se na tenisovém Turnaji mistrů v Londýně utká ve skupině s obhájcem titulu a šampionem z Wimbledonu Novakem Djokovičem, vítězem Australian Open Stanem Wawrinkou a Marinem Čiličem, který letos triumfoval na US Open. Hrát se začne v neděli. Soutěž pro osm nejlepších hráčů roku vyvrcholí 16. listopadu. **AP**

Zprávy krátce

Vítkovice mění trenéra

Hokejisty Vítkovic místo odvolaného Petera Oremuse povede Ladislav Svozil. Dosavadní sportovní manažer klubu po depsal smlouvu do konce sezony. Ostravskému klubu patří po 18. kole extraligy v tabulce až předposlední, třinácté místo.

Spartan Příbyl do Finska nepojede

Z hokejové reprezentace před turnajem Karjala v Helsinkách vypadl ze zdravotních důvodů spartanský útočník Daniel Příbyl. Kouč Vladimír Růžička náhradníka nepovolal. **DNES.cz**