

metro®

ČTVRTEK 5. LISTOPADU 2015 Č. 208 • WWW.METRO.CZ

NOVINKA

BeBe
Dobré ráno

**NAMĚKKO
UPEČENĚ**



TO JE #RANNÍVÍTĚZSTVÍ

PŘEDÁVEJ RADOŠT DÁL



**STAČÍ PO PŘEČTENÍ VRÁTIT DENÍK METRO
ZPÁTKY DO STOJANU. DĚKUJEME VÁM!**

metro[®]
MOJE MĚŠTO, MOJE METRO

MIREILLE DARCOVÁ, ŽENA MÉHO ŽIVOTA

HEREC ALAIN DELON V NEDĚLI OSLAVÍ 80. NAROZENINY STRANA 5



metro



Čtvrtek, 5. listopadu 2015

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

Min. 8°
Max. 12°

Největší deník v ČR

Do svatby se neženou, ale děti mají stále víc

Mimomanželské děti. V Česku jich neustále přibývá. **Matky.** V loňském roce jich byla vdaná jen polovina. **Kraje.** Nejvíce dětí narozených mimo manželství je v Karlovarském a Ústeckém, nejméně ve Zlínském STRANA 2



Se zlatými ragbisty All Blacks slavilo při návratu do vlasti 50 tisíc lidí

Čtyři dny po svém triumfu na mistrovství světa v Británii se ragbisté Nového Zélandu dočkali velkolepého přivítání ve vlasti. Třetí titul šampionů slavili All Blacks zhruba s 50 tisíci fanoušky v aucklandském Victoria Parku. Tým kolem kapitána Richieho McCawa a nejlepšího hráče světa Dana Cartera přistál na letišti v sedm ráno a už tam na něj čekaly asi čtyři tisícovky lidí. Pozemní personál letiště pak národní hrdiny přivítal navzdory dešti hakou, původně maorským tancem. Na snímku se Nehe Milner-Skudder zdraví s jedním z malých fanoušků. Přiletět šampionů přenášelo několik televizních stanic a po přivítání na letišti následoval triumfální průjezd městem a slavnost ve Victoria Parku. „Tahle vaše podpora je úžasná,“ vysekl pochvalu fanouškům kapitán McCaw s pohárem Webba Ellise v rukou. Oslavy budou pokračovat dnes v Christchurchi a vyvrcholí zítra v hlavním městě Wellingtonu.

AP

Děti bez svatby je víc

Nemanželských dětí je již polovina.

Neprovdaných maminek, které v Česku porodily, přibývá. Snubní prstýnek měla pouze polovina z nich. Přitom ještě v roce 2001 byly vdané více než tři čtvrtiny. Vyplývá to z údajů Českého

statistického úřadu. „Pokud má rodina zázemí a je rozumně milující, nevidím žádný rozdíl mezi tím, zda je dítě manželské, či ne,“ míní čtenář deníku Metro David Dobřichovský. Většina Čechů mu dává za pravdu.

Růst podílu dětí narozených mimo manželství je totiž podle odborníků jedním z nejvýznamnějších trendů

demografického vývoje Česka posledních tří desetiletí. Přestože v roce 2014 přišlo na svět o osmáct a půl tisíce dětí méně než v roce 1989, děti narozených nesezdaným ženám bylo pětkrát více.

Podíl dětí narozených mimo manželství se v průběhu let zvyšuje ve všech krajích. Minulý rok byl jako tra-

dičně nejvyšší v krajích Karlovarském (61,6 procenta) a Ústeckém (61,1 procenta). Jde zároveň o sociálně problematické oblasti. Naopak relativně nejvíce dětí se narodí v manželství ve spíše konzervativním Zlínském kraji. Nemanželských tu bylo pouze 39,1 procenta. U druhorozených dětí počet nemanželských klesá. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

Svatba už není potřeba

Svobodné matky mají i tři děti.

- Relativně nejméně se s dětmi narozenými mimo manželství setkáváme u druhorozených, v roce 2014 jich bylo 35,6 procenta.
- Od roku 2001 se zastoupení svobodných rodiček se třemi dětmi zvýšilo z 60 na 84 procent, naopak se snížil počet rozvedených z 38 na 15 procent.

INZERCE

VLASY ZNOVU ROSTOU

Na základě klinických zkoušek doporučují lékaři většiny vyspělých států používat vlasovou minerální kosmetiku THERMAL při nadměrném vypadávání a lámání vlasů, při tvorbě koutů a pleše i při opakované tvorbě lupů a to u mužů i žen.

Nejmodernější technologie výroby Thermalu kombinuje známé účinky termální vody a vína se speciální patentovanou recepturou. Účinné látky přípravků THERMAL jsou biosyntetické metalproteiny, které mají v buňkách důležitou regenerační úlohu. Tyto přípravky jsou speciálně vyrobeny jako stimulatory vlasového růstu a mají optimální PH. Účinné látky THERMAL krému a THERMAL šampónu pronikají hluboko ke kořínkům vlasů, regene-

rují vlasové cibulky a vyživují vlas po celé jeho délce. Jsou vynikající pro zastavení nadměrného vypadávání vlasů a zastavení tvorby koutů. V mnoha případech aktivují vlasové cibulky a obnovují růst vlasů na místech, kde jsme se s pleší již smířili.

Tyto výrobky s úspěchem uvedla na náš trh firma SENS, 697 01 Kyjov, Komenského 606, Tel.: 518 615 091 kde si přípravky můžete přímo zakoupit nebo objednat na dobírku, s přesným návodem. Jedna vlasová kúra se skládá ze 2 ks krému THERMAL (1ks 330 Kč) a šampónu THERMAL (330 Kč). Jedna kompletní kúra za 990 Kč. U těžších stavů je doporučováno absolvovat za sebou dvě tyto kúry. www.thermal-sens.cz

Psycholog. Děti se rodí svobodným častěji. Brzy to již nebude stigma

Vzrůstající počet nemanželských dětí pozorují také odborníci na rodinné vztahy. Podle psychologa Jiřího Tyla je pro mnoho matek nevdávat se nejen jednodušší, ale i mnohem výhodnější.

Kdy se začal fenomén nesezdaných rodičů v Česku rozšiřovat?

Pozorují tento trend již dlouho. Začalo to po převratu v roce 1989. Podíl se na tom především náš sociální sys-



tém. Nejen že nesezdaný pár ušetří za případný rozvod, v některých případech mohou svobodné matky získat sociální dávky navíc. Já osobně bych byl pro to zavést manželství na zkoušku.

Jsou podle vás nemanželské děti nějak znevýhodněny?

Nemilé je pouze to, že má dítě příjmení pouze jednoho rodiče. Ale i v tomto ohledu dochází k posunu sociálních norem. Jak plyne čas, stále více se zažívá skutečnost, že mít příjmení obou rodičů není už vlastně potřeba. Ti, kteří s tím mají problém, si prostě budou muset na tento trend zvyknout. Myslím, že z toho jednoho dne už nebude stigma, které dítě bude provázet. Možná už jim není ani teď. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

ŠETRNÁ LÉČBA BOLESTÍ POHYBOVÉHO APARÁTU

Benefity:

- ✓ zmírnění bolesti a zlepšení pohyblivosti svalů, kloubů a páteře
- ✓ bez lékových interakcí
- ✓ nežádoucí účinky nebyly pozorovány

Přípravky:

- MD-Knee (koleno)
- MD-Lumbar (záda)
- MD-Hip (kyčel)
- MD-Shoulder (rameno)
- MD-Muscle (svaly)
- MD-Neural (nervy)



zdravotnický prostředek

GUNA-MD přípravky pomáhají odstranit bolest a zlepšit pohyblivost pohybového ústrojí včetně kloubů, a to vždy v té oblasti, pro kterou jsou určeny. Zároveň zmírňují poškození způsobená stárnutím, nesprávným držení těla, průvodními chronickými onemocněními, poraněními a úrazy.

Seznam lékařů aplikujících GUNA-MD přípravky je na www.inpharm.cz, (např. v Praze a okolí: Inpharmclinic, tel.: 241 416 990, 724 521 161)



www.inpharm.cz, tel.: 241 432 133

KOUZELNÉ SVÁTKY V LÁZNÍCH PODĚBRADY

PROŽIJTE KLIDNÉ SVÁTKY, LETOS TROCHU JINAK, V MALEBNÉM PROSTŘEDÍ TRADIČNÍCH LÁZNÍ.

Můžete se těšit na rodinnou atmosféru, tradiční menu, domácí cukroví, bohatý kulturní program a mnoho dalšího.

Vyberte si z několika variant pobytů (vánoční, mezi svátky nebo silvestrovský) a přijďte si užít.

Např.

Silvestrovský 4 denní pobyt již za 4 480 Kč

včetně galavečera se slavnostní večeří a bohatým kulturním programem. V ceně pobytu je dále řada tradičních lázeňských procedur, plná penze, poukázka na občerstvení v lázeňské kavárně, atd.

Více informací naleznete a objednat můžete na www.lazne-podebrady.cz nebo telefonním čísle 325 606 500

Těšíme se na vás!



LÁZNĚ PODEBRADY
AKČIOVÁ SPOLEČNOST

www.lazne-podebrady.cz

Zabiják. Bez barvy a zápachu

Riziko otravy oxidem uhelnatým si většina Čechů vůbec neuvědomuje. Přitom číhá téměř na každého.

Přes sto obětí ročně má na svědomí zabiják, kterého ale nelze vidět ani cítit. Oxid uhelnatý se může šířit klidně i z vašich kamen. A je úplně jedno, zda topíte plynem, dřevem nebo uhlím. Špatně nainstalované nebo nesprávně udržované spotřebiče mohou být příčinou otravy.

Právě tato zařízení mají doma tři čtvrtiny Čechů, ale pouhá tři procenta z nich chrání svou domácnost detektorem úniku oxidu uhelnatého. Vyplývá to z průzkumu společnosti Honeywell.

„Ty otravy jsou nečekané, náhlé a nikdo s nimi nepočítá. Může se to stát v různých typech objektů a na jakémkoliv zařízení, i když je nové,“ varoval bývalý ředitel pražské záchranky Zdeněk Schwarz.

Problémem může být netěsnost či jakákoliv technická závada spotřebiče. V případě komínů je možno ucpat

nečistoty, mrtvá zvířata, znečistit správný tah ale může i špatné počasí či inverze.

Jediná možnost, jak úniku plynu předejít, je dostatečná prevence. Kontrola zařízení

na fosilní paliva či komínů by měla probíhat aspoň jednou ročně. Třetina oslovených lidí si myslí, že jim k bezpečí stačí kvalitní ventilace, to je však velký omyl.

„Lidé jsou vystaveni riziku otravy především během spánku,“ varuje Schwarz a dodává, že poznat otravu není zpočátku snadné: „Lidé totiž nejprve pocítují euforii.“

K běžným příznakům otravy patří bolesti hlavy, nevolnost, malátnost či rozostřené vidění. Často však tyto stavy přikládají lidé únavě a nenařadí je možnost otravy. **PUR**

INZERCE

800 521 521
www.kb.cz



**PROTO POSKYTUJEME SPOLEHLIVÉ
FINANČNÍ SLUŽBY TŘETINĚ PODNIKATELŮ
V ČESKÉ REPUBLICĚ**

A CO VAŠE BANKA?

NA PARTNERSTVÍ ZÁLEŽÍ



Sprejeři. Ulici pak umyli

Jsou nevinní, zaznělo u soudu v Praze. Ten řešil případ dvou aktivistů, kteří v červenci v průběhu happeningu před Sněmovnou na zem sprejem nakreslili siluetu muže. Důvodem verdiktu bylo to, že malůvku z ulice odstranili. „Koupil jsem kartáče a saponát, kýbl jsme si půjčili,“ řekl další účastník akce Štěpán Ryska s tím, že dlažební kostky byly po umytí čistší. Namalovaná silueta muže a nápis byly součástí happeningu, který pořádali aktivisté na protest proti chystanému zprůsvětlení výdeje dávek v hmotné nouzi. Silueta odkazovala na případ člověka, který se zabil, když mu nepřišly dávky, a neměl tak na nájem. **IDNES.cz**

Impuls. Milion posluchačů

Nejposlouchanější rozhlasovou stanicí v Česku zůstává Rádio Impuls s více než milionem denních posluchačů ve druhém a třetím čtvrtletí letošního roku. Na druhou příčku se dostala Frekvence 1, a přeskočila tak Evropu 2, které ve sledovaném období klesla denní poslouchovost. Vyplývá to z aktuálního výzkumu Radioprojekt. Impuls drží prvenství od počátku průzkumu v roce 2006. **ČTK**

Jak vybrat správný e-shop

Stále se ještě objevují zprávy o napálených zákaznících, kteří při nákupu na internetu narazili na podvodníka a přišli o peníze. „Aktuálně je v Česku zhruba 36 800 e-shopů. Těch podvodných jsou ale mizivé desítky procenta,“ říká Jan Kriegel, manažer zákaznického servisu nákupního portálu Heureka.cz. „Pro ty, kteří v e-shopu ještě nikdy nenakoupili, je obava z podvodu nejčastějším důvodem, proč stále raději chodí do kamenných prodejen,“ doplňuje Kriegel. Přitom stačí dodržet pár základních pravidel.

Kroky pro výběr správného e-shopu

1) Největší jistota je přečíst si hodnocení a recenze. „Názor ostatních zákazníků je pro Čechy jedním z nejdůležitějších kritérií, podle kterého e-shop vyberou,“ říká Kriegel. Nejlepší e-shopy mají certifikáty kvality. Na Heurece je to certifikát Ověřeno zákazníky. Ten e-shopy získávají na základě recenzí a hodnocení zákazníků. Jisto-

tu jsou také vítězové či finalisté soutěže ShopRoku. Mohou být držitelé certifikace APEK.

2) Na pozoru byste měli být před nabídkami, které jsou výrazně nižší než u ostatních e-shopů. Někdy je lepší si trochu připlatit a nakoupit na webu, který je ověřený.

3) Podívejte se, zda prodejce uvádí plné kontaktní informace – název firmy, adresu sídla nebo telefonů a e-mailů na kontaktní osoby.

4) Prostudujte si obchodní podmínky e-shopu. Podívejte se na dodací lhůty, způsoby dodání, možnosti platby a reklamční řád. „Obchodní podmínky musí mít e-shop uveden na svém webu ze zákona. Pokud je tam nemá, poohlédněte se jinde,“ radí Kriegel.

5) E-shop by měl určitě zákazníkovi nabídnout více možností, jak za své zboží zaplatit. V případě, že nabízí jen platbu předem, zkuste vyhle-

dat jiný. Při on-line platbě garantují vrácení peněz banky.

6) Další věcí, která vám při výběru může hodně napovědět, je rychlost, s jakou prodejce zareaguje na váš dotaz. Pokud si stále nejste jisti tím, jestli e-shopu důvěřovat, zkuste ho kontaktovat. Pokud nereaguje, neodpovídá na dotaz či nebere telefon, asi je něco špatně. Pak je lepší se tomuto e-shopu vyhnout.

7) Podstatnou věcí je také celková úprava a váš dojem z vybraného e-shopu. Nekvalitní fotky, zmatené nebo chybějící popisky, gramatické chyby – to vše nepůsobí zrovna důvěryhodně a bezpečně.

8) Vyplatí se také zjistit, zda je firma zapsána v obchodním rejstříku. Na adrese www.obchodnirejstrik.cz stačí zadat název e-shopu nebo jeho provozovatele. Pokud tam nic o hledané firmě nenajdete, je to natolik podezřelé, že bude lépe kliknout jinak.



Na českém trhu funguje skoro 37 tisíc e-shopů.

MAFRA

PŘEDÁVEJ RADOST DÁL



metro

MOJE MĚSTO, MOJE METRO

Delon: Miluji ji celý život



Delon se s Darcovou sešel v roce 1968 ve filmu Jeff. 2x PROFIMEDIA.CZ

Alain Delon, který slaví v neděli osmdesátiny, se rozněžnil.

„Ženou mého života je Mireille Darcová,“ vyznal se v rozhovoru pro časopis TV Magazine francouzský filmový a divadelní herec oceněný Césarem Alain Delon. Darcová byla jeho přítelkyní, žil s ní patnáct let. Lásky k ní ani po letech, rozešel se s ní v roce 1984, nepohasla. Delon tak bilancuje svůj mnohdy divoký život.

Jeho náručí prošlo mnoho krásných a slavných žen – například herečka Romy Schneiderová či modelka Rosalie van Breenová, s níž má dvě děti. Darcová se podle listu Le Figaro také netají svou neutuchající vášní, kterou k Delonovi chová. „Není mu 80. Jsou lidé, kteří nemají věk. On k nim patří. Jeho velkou silou je ohromná přitažlivost a neuvěřitelná impozantnost. Alain je největší francouzský herec od úmrtí Jeana Gabina a Lina Ventury,“ soudí herečka, které bylo v květnu 77 let. Delon žije v ústraní. „Alain žije dobrovolně v hluboké samotě, v jiném světě,“ řekla Darcová, která ale zůstala stárnoucímu idolu několika generací dívaček blízkou přítelkyní. **ČTK, MAP**

Milostné avantúry s Delonem

Delon se již ve 23 letech stal filmovou hvězdou velikosti Gérarda Philipa nebo Jeana Maraise. Byl dokonce označován za Brigitte Bardotovou v mužském provedení.

- Jeho přítelkyní byla právě také herečka Mireille Darcová. Darcová svou hereckou kariéru odstartovala v 60. letech. Od roku 1968 plnila stránky bulvárního tisku kvůli milostným románekům s Alanem Delonem. S ním také hrála ve filmech jako Ledová nádraží, Uspěchaný muž či Smrt darebáka.
- Popularitu jí přinesly také veselohry. Čeští diváci ji mohou znát především z nesmrtelných komedií, jako je Velký blondýn s černou botou, kde si zahrála po boku věčně roztržitého houslisty, kterého ztvárnil Pierre Richard (na snímku dole).



Krátce

Ruskému letadlu asi explodoval motor

Příčiny sobotního pádu letadla ruských aerolinek jsou zatím jen v rovině spekulací, nicméně egyptští vyšetřovatelé už přišli s prvním zjištěním. Za katastrofou by podle nich mohl být výbuch jednoho z motorů. Více informací ale přinesou data z černých skříněk. Při nehodě zemřelo všech 224 lidí na palubě. **ČTK**

Převaděči. Za 271 tisíc do Německa

Německá policie včera podnikla obří razii proti pašerákům, kteří dostávali uprchlíky do země. Chytili 17 lidí, nejčastěji Afghánců. V jejich síti uvízla skupina, která ve velkém vyráběla falešné pasy z různých zemí světa. Převaděči využívali letadla, za jednoho člověka chtěli deset tisíc eur (271 tisíc korun). Bavorsko připravuje ústavní žalobu proti německé vládě kvůli současnému příchodu běženců. Podle spolkové země vláda řeší uprchlickou krizi nedostatečně. **ČTK**

Těšíte se na nového Bonda?

Už dnes můžete vyrazit do svého oblíbeného kina na novou bondovku Spectre. Snímky, kde má divák své známé záchytné body a těší se, co překvapivého pro něj tvůrci opět připravili, jsou obecně velmi oblíbené. Série o Jamesi Bondovi je etalonem takové tvorby a každý nový příběh vyvolává vždy napětí, očekávání a emoce. Spectre je 24. Bondovkou. Úspěch není třeba komentovat.

Vábničky na Spectre jsou totožné jako u jiných dílů. V tom ale tkví síla značky Bond.

Konzervavec ocení všudypřítomný luxus, ať už v podobě lokací, více než drahých automobilů, technologických libůstek nebo svůdných dam. Vibrace způsobí i promyšlené akční scény.

Naopak progresivce mile překvapí proměna Bond dívky na Bond ženy, posun James Bonda od „sexisty“ k „feministovi“. Ve srovnání s předposledním dílem Skyfall potěší i podstatně menší ponurost.

Režisér Sam Medez umístil scény na atraktivní lokality islandských ledových plání, měsíční krajiny v Chile a na karibské ostrovy. Milovníky rychlých vozů jistě potěší honička mezi Astonem Martinem DB 10 a Jaguarem C-X75 - dvěma nejrychlejšími auty na světě, v nočních ulicích Říma. Obě femme fatale, se kterými se Bond setká, představují komplikované a záhadné osobnosti. Jedna (Léa Seydouxová) je dcerou dávného Bondova nepřítele. Druhá (Monika Belluciová) je vdovou po italském gangsterovi.

Linkou Spectre je zašifrovaný vzkaz z minulosti, který vede Bonda na nelehkou misi do Mexico city a do Říma, kde pronikne na tajné setkání a odhalí existenci zlověstné organizace.

Těm, kterým by 150 minutová stopáž nestačila a chtěli by euforii z prožitého snímku umocnit, prodloužit, či sdílet u sklenky - jako muži, kteří se spokojí jen s nejlepším. Mohou tak učinit stylově s pivem Heineken a jejich speciální limitovanou edicí pивních lahví ve stylu Jamese Bonda.

Těšte se, je na co!



www.heineken.cz

Sudoku

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

Napište svou bublinu



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



Kvíz

- Protimluv je v lingvistice spojení slov, jejichž význam se navzájem vylučuje, říká se mu:
a) oxymorón
b) paradox
c) antiteze
- Slovenský film o boxerovi a bývalém olympionikovi, který je právě v kinech, se jmenuje:
a) Bizon
b) Koza
c) Motýl
- Letadlo, které má vodorovné řídicí plochy umístěné vpředu před křídlem, se nazývá:
a) mašle
b) kachna
c) kladivoun
- Když se řekne Maxipes Fik, je jasné, že do této animované pohádky patří i holčička:
a) Mája
b) Ája
c) Pája
- Londýnské divadlo Royal Court poprvé otevřelo roku 1870, v názvu mělo:
a) Chelsea
b) Tottenham
c) Fulham

Počasí

DNES Min. 8 Max. 12	ZÍTRA Min. 9 Max. 13	SOBOTA Min. 11 Max. 15	NEDĚLE Min. 13 Max. 17
--------------------------------------	---------------------------------------	-----------------------------------------	-----------------------------------------

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: 16,9 °C
Rok výskytu: 1948

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

ČT1

- 14:45 To je vražda, napsala II
- 15:35 Vraždy na severu
- 16:25 Anténa
- 16:45 Cestománie
- 17:10 Besipky
- 17:15 AZ-kvíz
- 17:40 Černé ovce
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 Míř je víc
- 18:55 Události za okamžik a počasí
- 19:00 Události
- 19:50 Branky, body, vteřiny
- 20:00 StarDance VII... kolem dokola



20:05 Nemocnice na kraji města - nové osudy (7/13)
 Seriál (ČR, 2008). Uvolní královna borské nemocnice svůj trůn nedočkavému korunárnímu princovi? Bude pak opravdu šťastný? Hrají: E. Balzerová, I. Abrahám, S. Rašilov, O. Brousek, J. Bartoška, H. Čočková, L. Vondráčková a další

- 21:05 Gejzr
- 21:34 Výsledky losování Šťastných 10
- 21:35 Máte slovo s M. Jilkovou
- 22:35 Schimanski
- 00:05 Kriminální
- 01:05 AZ-kvíz
- 01:30 Objektiv
- 02:05 Žijte jenom 2x
- 02:30 Dobré ráno
- 05:05 Malá farma

ČT2

- 13:30 Chcete je?
- 13:35 Občan Kinský
- 14:00 S veterány ze Šumavy do Bavorska
- 14:20 Newyorské mosty
- 15:15 Cukr-blog
- 16:35 Panství Downton V (9/10)
- 17:25 České himálajské dobrodružství II (6/6)
- 18:15 Zvláštní znamení touha
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Tajný život skal
- 19:20 Ztracené adresy: Zhůří
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



20:00 Cestománie
 Čím je výjimečná a originální thajská kultura a příroda? Uprostřed hor a smaragdově zelených nížin, deštných lešů a rýžových polí najde návštěvník pozlacené chrámy i obrovské sochy Buddhy

- 20:35 Fotbal: AC Sparta Praha - FC Schalke 04
- 22:00 Kdo chce zabít Jessii? Komedie (ČR, 1966)
- 23:20 Kanadská soda
- 23:45 Uchem jehly
- 00:10 Folklorika
- 00:35 Babylon
- 01:05 Putování za muzikou
- 01:30 Hraje vám... Gloria
- 02:05 Cesta „domů“
- 02:30 Zve me vás... na vinobraní
- 03:05 Cyklistka Tereza Huřiková

NOVA

- 12:30 Tescoma s chutí
- 12:40 Můj přítel Monk II (10)
- 13:40 Odložené případy IV
- 14:40 Námořní vyšetřovací služba IV
- 15:35 Ordinace v růžové zahradě 2 (395)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Kriminálka Las Vegas II (20)
- 18:25 Ulice (2909)
- 19:20 Seriál (ČR, 2015)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



20:20 Ordinace v růžové zahradě 2 (608)
 Seriál (ČR, 2015). Na Zdenu praskne její nevěra. Sebevrah vzkáže Radkovi: za moji smrt můžeš ty! Hrají: Z. Adamovská, P. Rychlý, J. Čenský, D. Morávková, P. Kikínčuk a další

- 21:35 Práskl
- 22:20 Křížovatka smrti Akční komedie (USA, 1998)
- 00:15 Kriminálka Las Vegas II (20)
- 01:05 Námořní vyšetřovací služba IV
- 01:50 Novashopping
- 02:05 Štěpíny
- 03:00 DO-RE-MI
- 03:50 Ordinace v růžové zahradě 2 (395)

PRIMA

- 12:25 Policie Hamburg (17)
- 13:25 Komisař Rex (5)
- 14:35 Castle na zabiti (7) Sběratelé šperků. Krimiseriál (USA, 2009)
- 15:35 Rosamunde Pilcherová: Cesta za štěstím Romantický film (N/Rak., 2010)
- 17:30 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimí zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 TOP STAR



20:15 Kdo je kdo?
 Jäger, Jagger, Madonna nebo primadona? Zábavná show, ve které není nic nemožné!!!

- 21:30 Ano, šéfe! Jsme tu proto, abyste v hospodách nejedli blafy!
- 22:30 Cesty k úspěchu
- 22:45 Ano, trenéře!
- 23:55 Show Leoše Mareše
- 00:55 Policejní bažanti III (1) Krimiseriál (Kan., 2012)
- 01:50 Zrození k zabíjení? IV (2)
- 02:50 Takoví normální Američané (3) Krimiseriál (USA, 2013)
- 03:50 Hawaii 5-0 V (23) Krimiseriál (USA, 2014-2015)
- 04:35 Policie Hamburg (17)

PRIMA COOL

- 12:50 Jmenuju se Earl III (15)
- 13:20 Simpsonovi X (7-10)
- 15:20 Teorie velkého třesku III (11) Mateřská shoda. Sitcom (USA, 2009)
- 15:50 Futurama VI (5) Milion a jedno chapadlo 1/4. Anim. seriál (USA, 2008)
- 16:15 Boičí mýtů VI (2)
- 17:20 Grimm III (6)
- Posedlý. Fantasy seriál (USA, 2013)
- 18:20 Simpsonovi X (11-14)



20:15 Autosalon
 Světové novinky, nelitostné testy, koncepty budoucnosti v tradičním motoristickém magazínu

- 21:25 Teorie velkého třesku III (12) Sitcom (USA, 2010)
- 22:00 Mariňák Válečný film (USA, 2005)
- 00:30 Poslední chlap na Zemi (3) Sitcom (USA, 2015)
- 00:55 Mariňák Válečný film (USA, 2005)
- 03:20 Dexter VII (1) Krimiseriál (USA, 2012)
- 04:15 Poslední chlap na Zemi (3) Sitcom (USA, 2015)
- 04:35 Ošpalá díra II (12) Myster. seriál (USA, 2015)

ÓČKO

- 06:00 Get out!
- 06:05 Ranní fresh
- 07:00 Get out!
- 07:05 Ranní fresh
- 09:00 Zpátečka
- 10:00 Óčko hity
- 11:00 Get out!
- 11:05 Óčko hity
- 12:00 Óčko news
- 12:05 Óčko hity
- 13:00 Bravo tv Lajfka
- 13:30 Get out!
- 13:35 Óčko hity
- 14:00 Óčko news
- 14:05 Óčko hity



15:00 Get out!
 Shopaholická Nikol tě pozve na zajímavé akce

- 15:05 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 15:30 Bravo tv Aktuální témata Brava s Martinem Harichem!
- 15:35 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 16:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neuteché
- 16:05 Óčko chart
- 18:00 Digital Love
- 18:30 Óčko hity
- 19:00 Óčko news
- 19:05 Moje desátka
- 20:00 CZ & SK
- 21:00 Simply the best
- 21:45 Limuzina
- 22:00 Óčko flirt

Sloupek

IVA
MÁLKOVÁ

ZAKLADATELKA KURZŮ HUBNUTÍ STOB



VŠÍMAVOST

V obchodech se na nás už usmívají čokoládové „předzvěsti“ Vánoce. Zanedlouho nás budou zahlcovat i články a reklamy v tisku nabízející nejrůznější pomůcky a služby, které nás vrhají do předvánočního kolotoče, a zároveň rady, jak si máme užívat Vánoce v klidu a pohodě. Pojdme v krásných listopadových dnech trénovat tu pohodu a třeba nám vydrží až do Nového roku.

V psychologii se poslední roky objevuje nový termín „mindfulness“, který se překládá jako všímavost. Základním principem je, že věnujeme nevhodným způsobem pozornost přítomnému okamžiku a svému prožívání. Co to znamená? Pokud na vás

Citát

Pokud na vás přijdou chmury, zkuste se soustředit na přítomnost.

lo, nebo naopak k budoucnosti – máme obavy, co by se všechno mohlo stát. Pokud nedáte těmto myšlenkám prostor, nebudete řešit problémy, které by mohly ve vašich představách nastat. Zkuste se stát pouze vnitřním pozorovatelem svých emocí, aniž byste propadli žádosti udržet příjemné či se vyhnout nepříjemnému. Pokuste se způsob vztahu k vlastním prožíváním dát do pozice neutrální, jde o nevhodný kontakt s vlastními zážitky bez pokusu je měnit. Můžete si pomoci vědomým dýcháním, které vám pomůže se soustředit na současný okamžik, uvědomit si neustálý proud vnitřních i vnějších podnětů – jak přicházejí a odcházejí. Přijímáte je takové, jaké jsou, bez boje a snahy o kontrolu. A až si takovou bdělou přítomnost natrénujete, třeba zpozorníte a více si vychutnáte kouzlo Vánoc. Nebudte nešťastní, že nejste stále šťastní.

Dopisy a vzkazy

Co se to děje s poštou?

S Českou poštou se dějí divné věci. Začalo to nevícně: asi jen pozorný zákazník pošty nebo filatelista si mohli všimnout, že mizí razítka příslušných pošt na vhozených listovních zásilkách a mění se na podivná „depa“. Vytvořením dep (snad po vzoru železnice?) je zrušena roznášková služba poštovních doručovatelů původních pošt, tím došlo potíchu k oddělení původních pracovníků od mateřské pošty v té které vesnici či městečku. Je na pováženou, že zásilka vhozená do depové schránky jde o celých 24 hodin déle než zásilka podaná obyčejně na příslušné poště. Všechny schránky totiž vybírá i několik desítek (!) kilometrů vzdálené depo. I schránku umístěnou přímo na budově původní pošty vybírá depo! Zaměstnanci pošt i jejich zákazníci jsou z této situace znepokojeni. Jedná se totiž o tichou likvidaci pošt a možná i českého poštovníctví vůbec.

MARTIN KUBÍK, PRAHA 4

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

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

Výrok dne



„Nechci být jen do počtu.“

LUKÁŠ BAUER, LYŽAŘ

Bauer doufal, že po letech, kdy ho vždy postihly nějaké zdravotní trable, absolvuje letošní přípravu bez problémů. Jenže při sprintovém tréninku na Dachsteinu na kolečkových lyžích spadnul a zlomil si palec levé ruky. Má sádku – a k tomu nejspíše vyhlídky na start sezony.

Slovo dne

PRINCIP

(Ze sloupku Ivy Málkové na této straně)

Základní, vůdčí myšlenka, pravidlo

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



INZERCE

HOROSKOP

MILOSTNÝ FAUL! Střelili jste vedle? Udělali jste chybu? Nečekejte a volejte! Zvrátím nevyhnutelné – obnovím váš vztah!

Volejte **906 701 701** nebo pište SMS na číslo **904 30 55** s kódem **25UPK** a svým trápením!

astroložka Anabela

Beran 21/3–20/4
Velké sebevědomí kohosi z rodiny vám bude trnem v oku, takže může docházet k nepříjemným střetům. Snažte se více hlídat.

Váhy 23/9–23/10
Bude se vám líbit, že vaši blízcí drží při sobě, i když se jinak běžně tváří, že se uskrtí, nebo už to rovnou zkoušejí.

Býk 21/4–21/5
Ujmete-li se dnes role hostitele, rozhodně si neuříznete ostudu. Právě naopak, všichni budou spokojeni a vy ve finále též.

Štír 24/10–22/11
Vaše trpělivost konečně přinese růže a vy si budete moci v jistém vlekoucím se rodinném případě již oddechnout a nestat se.

Bliženci 22/5–21/6
Budete znovu a zase dumat nad tím, proč ratolesti reagují tak naštvané na vaše otázky, jak se měly ve škole. Zajímá vás to.

Střelec 23/11–21/12
Dnes si budete připadat jako v nějakém retro filmu, proto-
guj tak naštvané na vaše otázky, jak se měly ve škole. Zajímá vás to.

Rak 22/6–22/7
Pochlape se dnes natolik, že se vrhnete na jistý rest v domácnosti, který si zasloužil uklidit a vyklidit již dávno.

Kozoroh 22/12–20/1
Své vysněné bydlení stále ještě nemáte. Což vám však nebude bránit v tom, abyste se necítili dobře tam, kde jste zatím.

Lev 23/7–22/8
Potěší vás nabídka na tykání od osoby, která je vám blízká, ale zatím jste se tak dobře neznali. Přijmete ho a potykáte si.

Vodňář 21/1–20/2
Jste dnes jako světluška, která láká do močálu. Ne že byste se chtěli zbavit některých příbuzných, ale jste pro ně tajemní.

Panna 23/8–22/9
Rozhodíte sít, protože budete potřebovat v domácnosti něco zařadit a nebude se vám chtít platit příliš mnoho profesionálům.

Ryby 21/2–20/3
Vaše chuťové pohárky se uděláte nevybíravý nájezd na ledničku i spížirnu. Jen to nepřežene.

Řešení sudoku

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

Anketa Mají mimomanželské děti výhody, či nevýhody?



Lenka Smolová
Myslím si, že vše je jen na přístupu a výchově rodičů.



Klára Koubová
Nemyslím si, že by na to prstýnky a oddací list měly vliv.



Marek Jaromíš
V 90. letech to byl horor, dneska je to všem jedno.

Komiks



Magická BUDOUCNOST

Kam povede Vaše cesta?
Když máte vybrat jednu ze sta! Neváhejte a zeptejte se – vím přesně, kterou zvolit!

Napište SMS ve tvaru **99UJE** na **904 30 46** a ptejte se!

Helga
Orákulum osudu

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

Konec srandy. BMW dělá auta pro rodinu

Rodinná revoluce.
Nový Gran Tourer uveze sedm lidí.

Titulek berte samozřejmě s nadhledem. Mnichovská automobilka totiž začala vyrábět auta se sedmi místy – značka tradičně spojovaná jen se sportovními vozy tedy myslí i na rodinu. Ne že by se do X5 nebo pětikového kombíku rodina nevešla, ale MPV s označením Gran Tourer je pro rodiče s dětmi jak ušité.

Sedmimístná varianta tak v této modelové řadě 2 doplnila dříve nasazenou krátkou verzi, které už se prodalo několik desítek tisíc kusů. Šéf projektu Peter Krist říká, že Active Tourer si ze 70 procent pořídili i ti, kteří BMW dosud neměli. Takže chytrá taktika.

Gran Tourer jde přitom ještě dál. Je to prémiová alternativa velkých rodinných aut, třebaže se s ní nový Volkswagen Touran v nejvyšší výbavě nebo nabušený Ford S-Max mohou čile měřit. Uvnitř však máte pořád pocit, že sedíte ve drahém bavoráku: je to cítit z materiálů přístrojové desky i potahů sedadel, designové svítící linky spojující zevnitř oboje dveře nebo přístrojové štíty.



Tradicionalisté pláčou, ale co. I sedmimístný bavorák může vypadat svěže!

METRO

Verze 220i, kterou jsme dostali na vyzkoušení, měla benzinový čtyřválec s obsahem dva litry a 141 kilowattů. To je z nabídky naftových i benzinových motorů to nejsilnější, a dojem umocnil i přídatný paket M Performance.

Nebylo u BMW jednoduché zapomenout na pohon předních kol a zvyknout si, že moderní logo zdobí čisté rodinné vůz. Ale povedlo se – po bezproblémové jízdě, která dokonce vykazovala prvky sportovního chování, nás potěšil vnitřní prostor a praktič-

nost, což je při výběru takového auta přece to hlavní.

Třeba kufř. Když se obejdete bez dvou přídatných sedadel, je jeho objem 645 litrů a při sklopené druhé řadě sedáček až 1905 litrů, což je rekordní hodnota mezi ostatními vozy německého výrobce.

Interiér je díky přidáním 53 milimetrů do výšky vzdušnější než u kratšího provedení a oproti nízkým modelům značky se cítíte jako v dodávce. Pro velké chlapy příjemné, to mi věřte. Neměli jsme možnost vyzkoušet

naftáky, ale tato varianta nám vyhovovala. Podvozek byl komfortní, řízení přesné, automat se dobře doplňoval s motorem. Jen v zatáčkách se auto lehce naklápělo – ale které vysoké MPV tohle nedělá?

Základní provedení 218i s tříválcem 1,5 litru o výkonu 100 kW začíná na 670 tisících korunách, tento model je o sto tisíc dražší, se sportovním paketem ještě o něco víc.



PETR HOLEČEK
petr.holecek@metro.cz

Fuel Cell. Honda ukázala novinku

Honda, která patří k průkopníkům technologie vodíkového palivového článku, na tokijském autosalonu představila svoji novou generaci modelu Clarity Fuel Cell.

V prostoru pod kapotou, kde se běžně nachází motor a převodovka, skrývá sadu palivových článků a hnací systém. Model Clarity Fuel Cell se bude v Japonsku prodávat od začátku roku 2016. Minimalizace prostoru umožnila vytvořit prostorný interiérový podobný sedanům s tradičním pohonem. **HOP**

Crossback. Drsná DS 4 jede na trh

Na trh přicházejí dva nové modely. Je to vlastně jeden model, ale se dvěma tvářemi. DS 4 a DS 4 Crossback. Dynamický elegantní hatchback a jeho vyvýšená verze s drsnějším vzhledem – má například velká černá kola, lišty kolem podběhů kol a střešní nosič. Výkonné motory u obou modelů dosahují až 210 koní. Na evropský trh se dostanou během listopadu. **HOP**



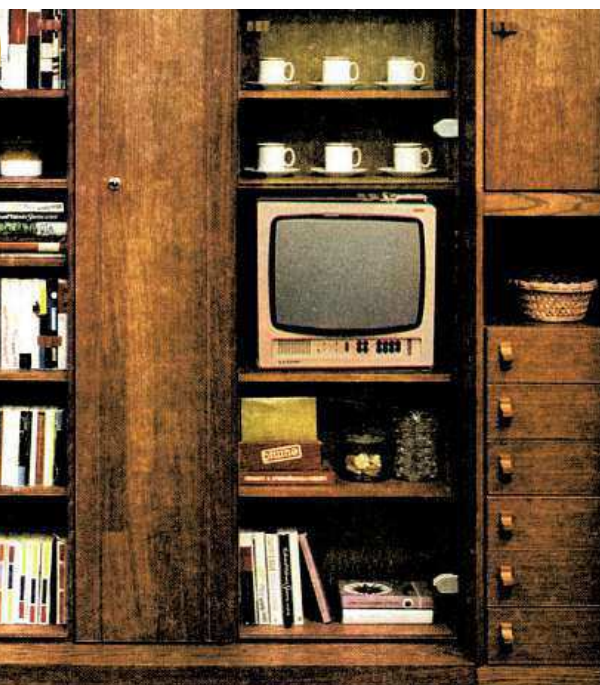
INZERCE

JAK SI PAMATUJETE
ČESKOSLOVENSKO

Retro

týden

od 9. 11. do 14. 11.



Knihy věnovalo nakladatelství JOTA®

Každý den Retro soutěž
o knihy Michala Petrova
Retro ČS a Retro ČS 2
a nákupní sítové tašky.
Více na www.mfdnes.cz/retro



DNES

Plzeň čeká zápas o přežití

Už jde do tuhého. Dnes se hrají další zápasy fotbalové Evropské ligy.

Zápas o přežití čeká od 19 hodin fotbalisty Plzně. Musí doma porazit Rapid Vídeň, aby si zachovali reálnou šanci na postup ze skupiny Evropské ligy. V opačném případě budou na pokraji vyřazení. Plzeň sice na úvod porazila Minsk, jenže následně pro-

hrála ve Villarrealu i ve Vídni. V závěru alespoň Patrik Hrošovský snížil na 2:3, což by se mohlo nakonec ukázat jako důležité. Plzeň totiž potřebuje mít lepší vzájemné zápasy. Doma by tak měly stačit výhry 1:0 či 2:1. „Doma musíme uhrát výsledek, aby nám zaručoval lepší vzájemný zápas. Pak uvidíme, jestli Rapid vyhraje s Minskem. Pak by měl 12 bodů a my bychom museli vše vyhrát. V první řadě ale musíme Rapid porazit doma a teprve pak počítat,“ řekl trenér Karel Krejčí.



Liberec se také od 19 hodin může v Groningenu přiblížit postupu ze skupiny. Slovanu k tomu může pomoci případná výhra nad nizozemským soupeřem, s nímž před dvěma týdny doma remizoval 1:1. Liberec ve skupině po třech duelech patří druhé postupové pozice za suverénní Bragou. Třetí Marseille ztrácí na Severočechy bod a Groningen tři. „Budeme hrát určitě na vítězství, protože tím bychom odřízli Groningen z postupových šancí,“ řekl kouč Jindřich Trpišovský.

Třetí do české party v Evropské lize je Sparta. Její fotbalisté musí rychle zapomenout na nepovedený zápas v Plzni, protože je od 21.05 (živě na CT2 a CT Sport) čeká utkání s vedoucím celkem skupiny K Schalke. Zatímco domácí budou chtít na Letné odčinit nedělní fiasko z domácího souboje, německý soupeř si může vítězstvím zajistit s předstihem postup do vyřazovací části. Ani jeden z týmů nepůjde do utkání v ideálním rozpoložení, trápí je velká marodka. **sim**

Zprávy krátce

Vítězný vstup

Česká tenistka Karolína Plíšková vstoupila do turnaje Elite Trophy v čínském Ču-chaj vítězstvím 6:4, 3:6, 6:2 nad Srbkou Jelenou Jankovičovou. O postup do semifinále se dnes utká s Italkou Sarou Erraniovou a potřebuje zvítězit.

Zamkl rozhodčí

Ibrahim Haciosmanoglu, předseda tureckého fotbalového klubu Trabzonspor, byl potrestán zákazem výkonu funkce na devět měsíců a více než milionovou pokutou. Po ligovém utkání zamkl v šatně rozhodčí.

Opět mezi Piráty

Kanadský hokejový bek Brett Skinner se vrací do Chomutova. V minulém sezoně pomohl Pirátům k postupu do extraligy, teď přichází na měsíční zkoušku. **IDNES.cz**



Šéfa FIFA v sobotu upálí

Frank Shepherd šetřem ladí poslední detaily podobizny prezidenta FIFA Seppa Blattera. Ta bude v sobotu spálena na jihovýchodě Anglie během svátku spiknutí střelného prachu. V roce 1605 angličtí katolíci šlechtici chtěli vyhodit do povětří parlament ve Westminsterském paláci. **AP**

INZERCE

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

Služby - nabídka

VÝKUP ZLATA!

za nejlepší cenu hotově
nejvýhodnější půjčky na zlato
www.avarrio.cz
Soukenická 8, Praha 1
737 858 585

VÝKUP AUT

Rok, stav a model nerozhoduje.

731 927 627

Starožitnosti - poptávka

ČÍNSKÉ

MONGOLSKÉ, TIBETSKÉ,
JAPONSKÉ, INDIČKÉ OBRAZY
i jiné starožitnosti z těchto zemí
koupí sběratel
T: 776 358 865

NAŠI MILÍ ČTENÁŘI, PROSÍME, DO KOŠE NEPATŘÍME!

Intimní

E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, tech. zajišťuje Materna, jen pro starší 18let, 15sms/50Kč vč DPH; 1min/90Kč vč DPH, www.ema.bz, www.platmobilem.cz

• **Flirt! Sex! Bez závazků!** Ženy z metropole pro tvé potěšení! Stačí si vybrat! Napiš SMS ve tvaru 40JFX a text na 909 15 50



• **Bohatá Martina 31.** Hledám výkonného milence, který mě dostane až k úplnému vrcholu! Nebudeš litovat! Brnkni mi na 909 90 99 25 nebo mi pišni SMS na číslo 909 15 40 s kódem 99MHN a tvůj text!



• **Marie 56.** Každý by měl mít nárok na druhou šanci. Věřím, že i já ji od Tebe dostanu! Prozatím to můžeme zkusit bez závazku, jen sex! Zavolej mi na 909 80 50 40 nebo mi pošli SMS na číslo 909 15 45 s kódem 58MMA a tvůj text!

Smlouvu o půjčce vám pošleme domů

Můžete si ji tak v klidu pročíst a vše důkladně promyslet.

Půjčíme vám od 10 000 Kč do 180 000 Kč.

Zavolejte si zdarma o telefonní půjčku na nonstop linku **800 261 111**



Nejste na to sami



BeBe
Dobré ráno

**VYZKOUŠEJTE
MĚKOUNKOU
NOVINKU**



**TO JE
#RANNÍVÍTĚZSTVÍ**