

ÚČINNÁ POMOC v boji s cukrem

ZABIJÁK CUKRU!

- ✓ Přispívá k udržení normální hladiny cukru v krvi.¹
- ✓ Snižuje chuť na sladkosti, čímž přispívá k redukci váhy.¹



Žádejte v lékárně!

¹Gymnema sylvestre

DOPŘEJTE si

ničím nerušený a klidný spánek!



- ★ Revoluční, přírodní doplněk stravy **NEOSPAN forte** byl vyvinut pro zlepšení spánkové hygieny.
- ★ Extra silná dávka kozlíku lékařského, posílená o účinky meduňky, chmele a pomerančovníkového oleje, **přispívá ke snadnějšímu usínání a omezuje předčasné probouzení**.
- ★ Aby únava rychleji odezněla, je ve složení také hořčík a vitaminy skupiny B **pro zklidnění od stresu a napětí**.
- ★ **NEOSPAN forte** je na přírodní bázi, tedy zcela bezpečný a nenávykový.



K dostání ve vaší lékárně.

POD JEŠTĚD PŘIJEDOU MÜLLER I EUROPE

SLOVENSKÝ ZPĚVÁK BUDE TAHÁKEM FESTIVALU BENÁTSKÁ! STRANA 10

metro

mojemetro | denikmetro

Sředa, 5. prosince
č. 230, www.metro.cz
Volný prodej 6 Kč
/ ostatní distribuce
Svátek slaví: Jitka



Růst platů. Může to být časovaná bomba

31 516 korun. Taková byla průměrná česká mzda ve třetím čtvrtletí. **Firmy v ohrožení.** Navzájem si přetahují zaměstnance, peníze jim mohou chybět jinde. **Práce snů.** Nejvíc letos přidal stát STRANA 3



Zástupci havířských spolků z Česka a Slovenska si včera v Praze připomněli den svaté Barbory, patronky horníků.

ČTK

Benzinky. Mívají málo hotovosti

Vykrádat čerpací stanice se lupičům nevyplatí, v pokladnách je totiž hotovost maximálně do dvaceti tisíc korun. Zbytek peněz je ve vhažovacích trezorech, od nichž nemá obsluha klíč. Zloději si tak často z benzinek neodnášejí vyšší částky. STRANA 7

Poklonili se Bushovi

Americký prezident Donald Trump spolu s manželkou Melanií v tichosti uctili památku zesnulého prezidenta George Bushe staršího v rotundě Kapitoly, sídle Kongresu USA. STRANA 14

INZERCE



OD TVŮRČŮ PÁNA PRSTENŮ A HOBITA

SMRTELNÉ STROJE

V KINECH OD 6. 12.
VE 2D A 3D, S TITULKY A ČESKÝM DABINGEM

Zprávy krátce

Zemřel cestovatel
Vladimír Plešinger

Ve věku 80 let zemřel cestovatel a autor cestopisných knih Vladimír Plešinger. Obdržel řadu literárních ocenění. Kniha Konga získala hlavní cenu

poroty Egona Ervína Kische. Byl obrovským popularizátorem cestopisů a mnoha zemí. Napsal knihy jako Peru pod kůží, Na střeše Afriky či Amazonie a řeky příběhů. V 70. letech se věnoval projektům v Latinské Americe. **ČTK**

INZERCE



PRAKTICKÝ VÁNOČNÍ DÁREK

Květa Fialová a Martin Slunečko

KUCHAŘKA
KVĚTY FIALOVÉ

Svět receptů, osobních vzpomínek a dosud nepublikovaných fotek.



O pozice reaguje na zprávu o cizích špionech v Česku

Chtějí vyšetřovací komisi, jako mají například Spojené státy.

ODS, Piráti, lidovci, TOP 09 a STAN chtějí vytvořit sněmovní vyšetřovací komisi, která by hodnotila vliv cizích autoritativních režimů na Česko a hledala způsoby, jak tomuto vlivu lépe čelit. Oznámili to včera na společné tiskové konferenci. Opoziční strany takto reagují na výroční zprávy Bezpečnostní informační služby (BIS) a Vojenského zpravodajství (VZ), které upozorňovaly na sílící špionážní aktivity

Číny a Ruska. Poslankyně za TOP 09 Helena Langšádlová jedná i s dalšími poslaneckými kluby o podpoře vzniku komise. Návrh podpořila bývalá ministryně obrany a poslankyně vládního ANO Karla Šlechťová. Vyšetřovací komise by se měla zabývat informacemi o hrozbách pro Česko ze strany cizích států, mohla by také hledat inspiraci pro zlepšení situace v ČR u zemí, které už se podobnou problematikou zabývají déle. „Cílem je přijít s konkrétními návrhy opatření v oblasti exekutivy i legislativy, aby naše země byla odolnější vůči těmto vlivům, které mají vyloženě destruktivní vliv na naši demokracii,“ řekla Langšádlová. Občanskode-

Špioni v Česku. Je jich víc a ohrožují stát, míní BIS

BIS a VZ ve zprávě za rok 2017 piší o enormním zvýšení pohybu tajných agentů Ruska a Číny, a dokonce i těch, které jsou kryti diplomacii těchto států.

- Podle zprávy chtějí Rusko a Čína narušit jednotu EU a NATO. Ve velkém také získávají informace o plánech Česka, o resortech, jako je

finančnictví, zdravotnictví, energetika nebo špičkové technologie.

- Došlo i na hackerské útoky na e-mail ministerstva zahraničí. Hackeři získali množství důležitých a interních dat.
- Výroční zprávou BIS a VZ se chce vláda zabývat až na speciálním zasedání v lednu.

mokratický poslanec Pavel Žáček podotkl, že parlamentní vyšetřovací komise, které se zabývají vlivem cizích mocností, má řada demokratických zemí, zmínil například Spojené státy. Podle něj musí

Sněmovna vytvořit nástroje, které by analyzovaly bezpečnostní hrozby pro Česko. Pirát Jan Lipavský prohlásil, že Česko musí zůstat suverénní zemí a nesmí se stát provincií silnějšího státu nebo bojištěm

cizích mocností. Vyšetřovací komise by k tomu podle něj měla přispět. „Je to zaměřeno především proti Rusku a Číně, tak o tom hovoří i zprávy, které byly zveřejněny tajnými službami. Ale režimů, jež nás ohrožují, je samozřejmě více,“ řekl. Šéf poslanců KDU-ČSL Jan Bartošek uvedl, že lidovci se chtějí v komisi zasazovat o vznik účinných nástrojů, které by eliminovaly vliv cizích mocností na českou politiku. Předseda poslaneckého klubu STAN Jan Farský považuje za roli Sněmovny hájit bezpečnostní zájmy Česka. Premiér Andrej Babiš a prezident Miloš Zeman podle něj hrozbu ze strany Ruska přehlížejí. **ČTK a MET**

Protest

Tadeáš Kucharič (vlevo) a Tomáš Kozel (vpravo) z iniciativy „Proč? Proto!“ rozvinuli před tiskovou konferencí hnutí ANO ve Sněmovně transparent. Vyzývají tak Andreje Babiše, aby odstoupil kvůli svým kauzám z postu premiéra. Tiskovku neomezili. Podle nich, ačkoli vláda vyvolání o nedůvěře ustála, by premiérem neměl být stíhaný člověk. **ČTK**



INZERCE

Perfektní tip na vánoční dárek!

Časopis Zahrádkář s přílohou Zahrádkářka.

Předplatné
na celý rok 2019 za
336 Kč

www.zahradkar.org/metro
Tel.: +420 222 780 739



Útraty za knihy

8

Češi loni utratili za knihy osm miliard korun včetně DPH, tedy o 200 milionů korun více než v předchozím roce. Informuje o tom výroční zpráva vydavatelů a nakladatelů. Loni rostl také prodej elektronických knih a audioknih. Poprvé se prodalo více než milion e-knih. Už druhým rokem klesá celkový počet vydaných titulů, kterých je přes 15 tisíc, před několika lety šlo o 17 tisíc titulů.

Hypotéky zdraží

0,2

Hypoteční banka, lídr hypotečního trhu, dále zdraží svůj hlavní produkt Jasná hypotéka. Od 10. prosince stoupnou úrokové sazby o další jednu nebo dvě desetiny procentního bodu podle konkrétních fixací. Reaguje tak na vývoj dlouhodobých úrokových sazeb na českém mezibankovním trhu. Hypotéky zdraží i další banky. Průměrná úroková sazba hypoték v říjnu podle Fincentrum Hypoindexu stoupla na 2,66 procenta.

Ohrozí růst platů naši ekonomiku?

Bereme stále víc.
To se některým ekonomům nelíbí.

Koupěschopnost českého zaměstnance, tedy reálná mzda, vzrostla za posledních dvanáct měsíců o šest procent. Nominálně jsme si přilepšili v průměru o víc než osm procent. Konkrétně o téměř dva a půl tisíce. Něco nám ale ukousla inflace. Vyčází to z posledních údajů Českého statistického úřadu.

Jenže někteří odborníci už nad tempem zvyšujících se platů lomí rukama. „Ekonomika se již delší dobu nachází ve stavu plné zaměstnanosti, kdy si zaměstnavatelé mezi sebou navzájem přeplácejí zaměstnance,“ argumentuje proti růstu platů Václav Franče z poradenské společnosti Deloitte. Pro mnohé firmy může být rychlý růst mezd a s tím spojených nákladů problém a může ohrozit jejich cenovou konkurenceschopnost.

Nejštědřejší byl v růstu mezd stát. Letos si polepšili hlavně lidé pracující ve vzdělávání, veřejné správě, obraně nebo zdravotní a sociální péči. Státní mzdy rostly letos téměř dvojnásobně v porovnání se soukromým sektorem. Odborníci sice nad stoupajícími mzdami nařikají, ale nejvyšší růst se letos týkal nízkých platů. „Tím, že rostou mzdy hlavně lidí s nízkými příjmy, se nepatrně přivírají nůžky mezi chudými a bohatými,“ připomíná analytička Raiffeisenbank Eliška Jelínková. Na vysoké platy

mají vliv především ty firmy, které místo technologického růstu zvyšují výrobu nabíraním nových pracovníků. „Poplávka po pracovní síle tak zůstává vysoká, její nabídka naráží na dno a přizpůsobuje se i mzda,“ potvrzuje Viktor Zeisel z Komerční banky.

Ne všichni ale varují před katastrofou. Dlouhodobá data Eurostatu říkají, že v žádném z odvětví neklesla v Česku za deset let ziskovost blízko k nule. **PAVEL HRABICA**

Práce na ambasádách. Není to vždycky výhra

Umíte jazyky, máte dobré vzdělání a hledáte dobře placenou práci? Představa, že na velvyslanectví vás královsky zaplatí, může být zcestná. Například americké zastoupení momentálně shání multifunkčního člověka na pozici stěhovák/skladník/řidič. Mzda? Přes 257 tisíc korun. Ale ne měsíčně, nýbrž za rok. Měsíční výdělek v průměru přes 21 tisícovek. Sice s příplatky za noční, svátky, pět týdnů dovolené i penzijní přípojištění. Jenže za obdobné skladnické pozice v Praze a okolí se dnes nabídky pohybují mezi 25 až 30 tisíci korunami měsíčně. Občas i přes 35 tisíc. V době, kdy je český průměrný plat už za třiceti tisíc korunami, není práce na prestižní ambasádě světové velmoci pro Čecha žádáné ter-

Erární mzdy jsou lepší

11

O tolik procent letos narostou státní platy. Soukromé firmy přidávaly jen o 7 procent.

31 516

Taková byla průměrná česká mzda ve třetím čtvrtletí.

nik Metro zajímalo, jak stanoví platy ministerstvo zahraničí, když shání pro zastoupení v cizích zemích někoho z místních. „Zaměstnávání se řídí místními předpisy, včetně platového ohodnocení,“ řekla deníku Hana Klučarová z tiskového odboru ministerstva. Zdá se, že mnohé státy mají o českých platech zkrslé představy. Například v roce 2015 hledali Egypťané sekretářku ředitele na plný úvazek. Požadavky? Zkušenost z významných firem, praxe v turistice, znalost češtiny, ruštiny a angličtiny. Platové zařazení od 13 700 do 15 tisíc korun. **PH**



Chodí tu „prdivý“ čert

Čerti, smrtky, koně a Mikuláš už druhým dnem obcházejí obec Lidečko na Vsetínsku. Jedná se o tradiční čertovské obchůzky. Ve skupinách se objevuje i takzvaný prďa. Býval postrachem malých dětí. Je to bezrohý čert, který vydává „prdivý zvuk“ – odtud název. **ČTK**

MAFRA. Vydavatelství je teď největší v Česku

Mediální skupina MAFRA, která vydává deníky MF DNES, Metro, Lidové noviny a jejich zpravodajské weby, převzala vydavatelské aktivity skupiny Bauer Media Group v České republice a na Slovensku. Trans-

akci schválil Úřad pro ochranu hospodářské soutěže. Společnosti se rozhodly podmínky akvizice nezveřejňovat. MAFRA je aktuálně největším multimediálním domem na českém trhu, který pravidelně oslovuje miliony čtenářů tisku a internetu. Díky fúzi získá další tituly. Například lifestyle časopisy Esquire, Cosmopolitan či Harper's Bazaar, bulvární Rytmus života nebo časopisy pro ženy a nejmenší čtenáře. **MET**



LEVNĚJŠÍ
PŮJČKA?

NEJNIŽŠÍ ÚROK P. A.

3,99 %

NIŽŠÍ ÚROK
NEŽ V BANCE?

zonky.cz | 800 459 460

Příklad půjčky s úrokem 3,99 % p. a. a RPSN 4,70 %: částka 95 000 Kč na 84 měsíců za 1 298 Kč měsíčně. Poslední splátka 1 256 Kč. Poplatek 2 % za naše služby (zde 1 900 Kč). Celkem zaplatíte 110 890 Kč. My jsme Zonky s.r.o.

Holka z Dakaru poráží chlapy

Už 7. ledna odstartuje nový ročník Rallye Dakar. Na startu bude opět podmanivá a výřečná Olga Roučková, loni třetí v kategorii čtyřkolkárek.

Odstartujeme vaším dětstvím. Co všechno naznačovalo, jaké vášní propadnete?

Úplně popravdě? Vůbec nic. Rodiče netíhnutí k motorsportu, motocykl jsme doma neměli a o čtyřkolkách u nás

doma nikdo nic netušil. Dnes se mě mamka ptá, po kom ten můj šílený koníček já vůbec mám. Na druhou stranu už odmalička jsem byla umíněná, cílevědomá a v každém sportu chtěla být mezi nejlepšími.

Jaké jste mívala záliby? A co v pubertě, jak se proměnily?

Když jsem tuto otázku přečetla nahlas, celá rodina se rozesmála a první, co bylo, tak se mě zeptali na to, jestli já jsem někdy z puberty vyrostla? No vidíte, takže mé koníčky i puberta mi přetrvaly do svých 33 let. Jako malá jsem milovala atletiku, tu také zarážujeme do tréninků dodnes, vlastně všechny moje tréninky vycházejí z klasických prvků. Další koníček, který mi zůstal, je četba knih – jako malá jsem se ráda ztrácela v příbězích.

Kdo vás do ne zcela obvyklé vášně uvedl? Táta? Přítel?

První rande mi změnilo život, přítel přijel na čtyřkolce

pod barák a už mi to tak nějak zůstalo.

A jak se to semlelo, že jste se postavila na start Dakaru?

Závodila jsem přes deset let, dosáhla mistrovského titulu v Mistrovství Cross Country České republiky, mistrovských titulů v Německu, Evropského šampiona BAJA série, to všechno v mužských kategoriích. Že přejdu k rallye závodům a poté k Dakaru, vyústilo přirozeně, tak nějak samo. Dakar je pro mnohé závodníky vrcholem kariéry a i já si v koutku duše přála stát na nejnáročnějším závodě planety.

Jak jste spokojená se svým loňským výsledkem? Kde byly rezervy? Co se povedlo?

Pokorně musím napsat, že mám co zlepšovat, hlavně na rychlosti a čtení roadbooku. Nečekala jsem, že svůj první Dakar dojezu na bedně. Nejen to, že jsem první ženou z České republiky, která Dakar dojezu do cíle, ale nám



Vůz pro Dakar, v pozadí navigátor

JIRÍ VÁVRA

se povedlo vyjet si třetí místo v kategorii žen v kategorii Moto/Quad. Mezi muži jsem dojezu 26.

Co váš nejsilnější dakarský zážitek?

To by vydalo na knihu. Každý den se píše nový příběh, v každé etapě zažíváte nové a jiné dobrodružství. Jednou mi čtyřkolku přejel kamion, pak mi zase prasklo lanko plynu a já musela dojíždět na lanku uvázaném na palci. Nejsilnější byl moment, kdy jsem viděla cíl a mohla zavolat mechanikovi Václavu Huclovi, který čekal v depu, že jsme to dokázali.

Na následujícím Dakaru se chopíte volantů. Jak k tomu došlo?

Zasednu za volant Can Amu Maverick XRS. Už při odletu z Dakaru jsem koketovala s otázkou volantů, a tak se pár dní polemizovalo o tom, jestli to vůbec zvládneme. Nejen finančně, ale také jezdecky, přece jen to je absolutně jiné, než na co jsem zvyklá. Manažer tým Moto racing group vše rozlouskl a po domluvě s firmou BCE – výhradním dovozcem Can Am pro Českou republiku – padlo rozhodnutí, že příští rok odstartuji v kategorii SidexSide, a tak odložím říditka. **HAL**



Olga Roučková

MAFRA

INZERCE

rekrutér

studentka

student

DNY OTEVŘENÝCH DVEŘÍ UNIVERZITY OBRANY
DOZVÍŠ SE VŠE, CO POTŘEBUJEŠ

12. ledna 2019 - FVZ v Hradci Králové
 24. ledna 2019 - FVL a FVT v Brně

VYBER SI CESTU
VPŘED >

Univerzita obrany

STAŇ SE STUDENTEM UNIVERZITY OBRANY!
kariera.army.cz

BILLA

CHLUPTUBERĚ

už čekají
na vaše lajky!

Z IGLŮ

**SOBKA
SNOBKA****JOKY****TUČN****FRENDÍK****SBÍREJTE NÁLEPKY A NASBÍREJTE SI CELOU PARTIČKU CHLUPTUBERŮ Z IGLŮ.
AKCE PLATÍ OD 12. 9. DO VYČERPÁNÍ ZÁSOB A KONČÍ NEJPOZDĚJI 18. 12. 2018. VÍCE NA WWW.BILLA.CZ**

Nabídka platí od středy 5. 12. do úterý 11. 12. 2018

 <p>Znáte z TV</p> <p>-37% Krolewski sýr 45% plátky 100 g dříve 31,90</p> <p>19⁹⁰</p>	 <p>-20% Zakysaná smetana 15% 180 g dříve 14,90</p> <p>11⁹⁰ 100 g = 6,61 Kč</p>	 <p>+1 NÁLEPKA navíc</p> <p>-27% Mylord Losos filety 450/500 g dříve 179,00</p> <p>129⁹⁰ 100 g = 28,87 Kč</p>	 <p>Znáte z TV</p> <p>-41% EXKLUZIVNĚ V BILLE INTENSE DARK</p> <p>99⁹⁰ Magnum pint 440 ml, více druhů dříve 169,90</p> <p>100 ml = 22,70 Kč</p>	 <p>Znáte z TV</p> <p>-56% Tchibo Exclusive, Espresso mlátá káva 250 g, více druhů dříve 139,00</p> <p>59⁹⁰ 100 g = 23,96 Kč</p>
 <p>+1 NÁLEPKA navíc</p> <p>-26% Nescafé Dolce Gusto 1 ks, více druhů dříve 149,00</p> <p>109⁹⁰</p>	 <p>-25% Bacchini Kuskus 500 g dříve 39,90</p> <p>29⁹⁰ 100 g = 5,98 Kč</p>	 <p>-28% Racio Chlebičky 130 g, více druhů dříve od 13,90</p> <p>9⁹⁰ 100 g = 7,62 Kč</p>	 <p>+1 NÁLEPKA navíc</p> <p>-51% Monini Classico olivový olej Extra panenský 500 ml dříve 204,90</p> <p>99⁹⁰ 100 ml = 19,98 Kč</p>	 <p>+1 NÁLEPKA navíc</p> <p>-30% Nivea lak na vlasy 250 ml, více druhů dříve 99,90</p> <p>69⁹⁰ 100 ml = 27,96 Kč</p>
 <p>+1 NÁLEPKA navíc</p> <p>-23% Teekanne Čaj zelený, funkční od 20 g, více druhů při koupi 1 ks od 42,90</p> <p>MULTI PACK od 2 kusů</p> <p>32⁹⁰ 1 ks 100 g = od 94 Kč</p>	<p>Znáte z TV</p>  <p>+1 NÁLEPKA navíc</p> <p>-45% Elmex zubní pasta 75 ml, více druhů při koupi 1 ks od 109,90</p> <p>MULTI PACK od 2 kusů</p> <p>59⁹⁰ 1 ks 100 ml = 99,87 Kč</p>	 <p>+1 NÁLEPKA navíc</p> <p>od 40 1 dávka = od 2,65 Kč</p> <p>Znáte z TV</p> <p>-53% Finish tablety do myčky více druhů dříve 389,00</p> <p>179⁹⁰</p>	 <p>-40% Akinu Pochoutka pro psy 75 g, více druhů dříve od 49,90</p> <p>29⁹⁰ 100 g = 39,87 Kč</p>	

**ZRCÁTE SE
RÁNO
LEKADLA?**

**ROZUMÍME
VAŠIM RÁNŮM
IMPULSOVI**

IMPULS
Ráááááadio

Spotřeba cigaret

1978

Spotřeba cigaret loni klesla o osm kusů (0,4 procenta) na osobu, na 1978 kusů. Tyto údaje zveřejnil Český statistický úřad. Loni začal posledního května platit zákaz kouření v restauracích. Naopak vzrůstá počet lidí, kteří kouří elektronické cigarety. Podle statistik je využívá 130 tisíc Čechů. Podle květnového průzkumu Univerzity Karlovy ve spolupráci s agenturou Ipsos podporuje úplný zákaz kouření 71 procent Čechů. Proti je zbytek, rozhodně ho odmítá 12 procent lidí.

Drůbeží maso jede

27

Spotřeba masa v Česku se loni meziročně nezměnila, když zůstala na 80,3 kilogramu na osobu. „O půl kilogramu, na 27,3 kilogramu, se však zvýšila spotřeba drůbežového masa a byla nejvyšší od počátku měření, které začalo v roce 1948,“ řekla Renata Vodičková z oddělení statistiky zemědělství Českého statistického úřadu. Naopak lidé snědli méně vepřového a hovězího.

Uloupí jen tisíčovky

Za ozbrojeným přepadením benzinky může být i žena.

Vykrádat čerpací stanice se lupičům nevyplatí, v pokladnách je totiž hotovost maximálně do 20 tisíc korun. Zby-

Loupeže na benzinkách

Vrah v tomto případě zůstane nepotrestaný, letos došlo k jeho promlčení: 24. února 1998 ráno někdo zavraždil muže a ženu – obsluhu pumpy ve Chválenicích na Plzeňsku.

- Dalším nevyřešeným případem zřejmě zůstane ten, který se stal před deseti lety. Tehdy někdo zavraždil 20letého zaměstnance benzinky v Ústí nad Labem. Podezřelého policisté postřelili při pronásledování, později zemřel.

tek peněz je ve vzhazovacích trezorech, od nichž nemá obsluha klíč. Zloději si tak často z přepadení benzinek neodnášejí vyšší částky, v některých případech šlo spíše o jednotky než desítky tisíc korun. „Provozovatelé čerpacích stanic navíc investovali finanční prostředky do kvalitních HD kamerových systémů,“ řekl předseda Unie nezávislých petrolejářů Ivan Indráček v reakci na pondělní vraždu ženy na čerpací stanici u Nelahozevsí. „Investuje se pořád. Před deseti až 15 lety mělo kameru pár pump, dnes ji má prakticky každá,“ dodal Indráček. Kvůli pondělní vraždě pracovnice čerpací stanice u Nelahozevsí prověřují policisté desítky poznatků. Vyšetřovatelé se domnívají, že ve dvojici lupičů byla také žena. Policie i nadále žádá veřejnost o pomoc. K přepadení došlo mezi 2.30 a třetí hodinou pondělního rána. **ČTK**



Vojáci poprvé darovali krev

Vojáci ze 74. lehkého motorizovaného praporu Bučovice ve Fakultní nemocnici v Olomouci hromadně darovali krev. Ze sedmdesáti vojáků jich padesát darovalo krev poprvé. V historii transfuzního oddělení olomoucké nemocnice šlo o největší skupinový odběr.

MAFRA

INZERCE

Přejeme Vám krásné Vánoce

Nadělte sobě nebo svým blízkým ostrý zrak



Pro více informací volejte, nebo pište

✉ info@ocniklinikahp.cz ☎ 602 105 355

Laserová operace do 45 let!

Velmi šetrná a bezpečná operace očí. Stabilní výsledek díky nejmodernější technologii **Relax smile**.

! 6. 12. 14. 12. 20. 12. 2018 možnost spojit konzultaci a operaci v jeden den

Laserová operace od 7000 Kč/oko

Refrakční operace nad 45 let!

Refrakční operace se provádí výměnou lidské čočky za umělou multifokální čočku. Je to řešení pro všechny, kteří nechtějí nosit brýle.

vidění střední vidění na blízko vzdálenost na dálku

BIFOKÁLNÍ nitrooční čočky



TRIFOKÁLNÍ nitrooční čočky



Oční klinika Horní Počernice

Obchodní 2694/2 193 00, Praha 9

www.ocniklinikahp.cz ☎ 602 105 355

info@ocniklinikahp.cz ☎ 281 865 664

Vaše:



&



Nevěstu vydražili

Dětské sňatky jsou v Jižním Súdánu nelegální, přesto se tak provdává téměř polovina dívek.

Na pět set krav, dva luxusní automobily, 10 tisíc dolarů, dva bicykly, člun a několik mobilů vystoupala cena při horečném dražebním boji o dětskou nevěstu v Jižním Súdánu. Dražba byla ohlášena na Facebooku a přitáhla nemalou pozornost. Podle vlády je to nejvyšší cena, která byla v zemi za nevěstu kdy zaplacená.

Vítězný dražitel je třikrát starší než sedmnáctiletá dívka. „Dražby se zúčastnili nejméně čtyři další muži z jihosúdánského státu Jezera,“ uvedl právník hájící lidská

práva Philips Anyang Ngong, který se dražbu pokusil minulý měsíc zarazit. Mezi dražiteli byl i zástupce guvernéra státu. „Dívka byla degradována na pouhé zboží,“ řekl Ngong. Všichni, kdo se na aukci podíleli, by podle něj měli být potrestáni.

Nyalong, dražená dívka, se tento měsíc stala devátou ženou vítězného dražitele. Fotografie zveřejněné na Facebooku ji zachycují, jak v okázalých šatech sedí vedle ženicha a zrak odevzdaně klopi k zemi.

V Jižním Súdánu, africkém státu, který vznikl teprve v roce 2011, je kulturní zvyklostí za nevěsty jejím rodinám platit, obvykle ve formě krav. Země má také dlouhou tradici dětských sňatků. Třebaže je tato praktika nyní nezákonná, čtyřicet procent dívek se podle Populačního fondu OSN vdá před završením osmnácti let. **ČTK a MET**



Velký zátah na mafiány

Italská policie včera zatkla nového šéfa sicilské mafie, nástupce loni zesnulého Salvatora Tota Riiny, a s ním dalších 45 lidí. Osmdesátiletý Settimo Mineo, oficiálním povoláním klenotník, ze strachu z odposlechu nepoužíval telefon. Nerad jezdil autem a raději se pohyboval pěšky. **AP**

Zprávy krátce

Rusové průliv částečně uvolnili

Pro navigaci ukrajinských lodí do přístavů Berďansk a Mariupol v Azovském moři Rusko částečně uvolnilo Kerčský průliv. Potvr-

dila to ukrajinská strana. Rusko má podle smlouvy s Ukrajinou z roku 2003 právo namátkové kontroly lodí plujících průlivem. Této možnosti však podle mínění Kyjeva v poslední době často nezákonně zneužívá.

Volní extremisté

Více než čtyři stovky německých pravicových extremistů jsou na svobodě i přesto, že na ně byl vydán zatykač. Policie totiž neví, kde se hledání nachází. **ČTK**

Francie. Vláda zřejmě couvne

Francouzská vláda se podle agentury AFP chystá ustoupit z plánu na zvýšení daně z pohonných hmot, který v posledních dvou týdnech vyvolal po celé zemi rozsáhlé protesty hnutí takzvaných žlutých vest. Ústupky vlády by měl oznámit premiér Philippe, který podle médií chce zavedení daně plánované na leden o několik měsíců pozdržet a údajně navrhne i další opatření, jež by měla napjatou situaci zklidnit. Hnutí žlutých vest organizuje od 17. listopadu protesty vyvolané původně plánem dalšího zvýšení daně z pohonných hmot. Získalo velkou podporu Francouzů. **ČTK**

INZERCE

NEJLEPŠÍ BURGER V CELÉM VESÝRU.

JEDEN Z NEJOBLÍBENĚJŠÍCH BURGERŮ ŠIROKO DALEKO SE VRÁTIL.



SÍLU
NAJDEŠ
V SÝRU



BUĎTE I VE ZRALÉM VĚKU FIT



DIAMizin Gurmar INKONTINENCE?

ZABIJÁK CUKRU!

Jedním z největších strážáků dneška jsou potíže s nedostatkem inzulínu v těle, což obvykle bývá zapříčiněno obezitou, nezdravým životním stylem, nedostatkem pohybu a dědičností. Hledáte-li způsob, jak vyrovnat kolísající hladinu cukru v krvi, vsadte na účinný přípravek.

Vyzkoušejte **DIAMizin Gurmar** – zabiják cukru¹, ověřený doplněk stravy, který **stabilizuje a udržuje hladinu cukru v krvi** a omezuje chuť na sladké. Přípravek obsahuje extrakt z rostliny Gymnema sylvestre, jehož účinné látky, kyseliny gymnemové, přispívají k optimální hladině glukózy v krvi a snižují chuť na sladkosti, čímž napomáhají redukcii nadváhy.



¹gurmar = Gymnema sylvestre

Vyřešte ji stejně jako já!

Nechtěný únik moči je problémem mnoha zralých žen. Často se stává, že právě kvůli inkontinenci začnou postupně ztrácet kontakt s okolím. Společně s ochabnutím svalů pánevního dna se rovněž vytrácí i chuť milovat se s partnerem.

Přesně tuto situaci prožila i paní Olga, která pociťovala stále častější nucení na močení a musela dobíhat na záchod, který ovšem ne vždy stihla.



Osobní i společenský život se jí pomalu hroutil jako domeček z karet. Jednoho dne si přečetla článek v časopise, který doporučoval volně prodejný přípravek **IVE InkontinStop**, jenž je nehormonální a je tak primárně vytvořen pro ženy v menopauze i po ní. Doplněk stravy IVE obsahuje EFLA – extrakt ze semen tykve obecné napomáhající omezovat únik moči a nutkavou potřebu častého močení. Po pravidelném užívání tobolek problémy paní Olgy postupně vymizely. **Vyřešte je stejně jako ona a jiné ženy ve vašem okolí. Vsadte na IVE!**

KONEC bezesným nocím!

Máte problémy s usínáním nebo se probouzíte unavení a cítíte se nevyspaní? Špatný spánek je nejčastěji zapříčiněn nevhodnými podmínkami pro spaní, stresem, nedostatkem pohybu nebo nezdravým životním stylem.

Pokud chcete poznat sílu zdravého spánku, vyzkoušejte doplněk stravy **NEOSPAN forte**, který byl vyvinut právě pro zlepšení spánkové hygieny. Obsahuje jedinečné extrakty z kozlíku, mučenky, chmelu a oleje z květu pomerančovníku, jež usnadňují usínání, zlepšují kvalitu spánku a omezují předčasné probouzení. Aby únava rychleji odezněla, je ve složení také hořčík a vitaminy skupiny B, pro zklidnění od stresu a napětí. **NEOSPAN forte** z vaší lékárny je na přírodní bázi, tedy zcela bezpečný a nezávadný.



Úleva pro namožené svaly

Pokud také vás trápí problémy s krční a bederní páteří, napjaté a namožené svaly anebo vám trnou a otékají nohy, vyzkoušejte hřejivé či chladivé mazání oblíbené řady Priessnitz®.

Priessnitz® Hřejivé mazání DE LUXE s obsahem boswellie je účinný a oblíbený emulzní tělový krém, který poskytuje úlevu namáhaným končetinám a přispívá k uvolnění svalů a páteře. Příjemně prohřívá a uvolňuje problematická místa. Také **Priessnitz® Chladivé mazání DE LUXE** se vyznačuje významným obsahem účinných složek, jako třeba mentolu, a přináší luxus v podobě nejvyšší kvality péče o svaly, které uvolňuje. Pomocný Transmitter, obsažený v obou mazáních, napomáhá k ještě intenzivnějšímu účinku.

Výrobky řady Priessnitz® doporučují přední lázeňská zařízení.



Uvidíme Most! i Zkázu Dejvického divadla

I na jaře 2019 bude v ČT co sledovat.

Česká televize (ČT) nabídne na jaře dva nové komediální seriály. Prvním je **Most!** od tvůrčí dvojice Prušinovský-Kolečko a druhým **Zkáza Dejvického divadla** od režiséra Miroslava Krobota. ČT nabídne i tři nové televizní filmy podle knih Hany Proškové s Viktorem Preissem, druhou řadu kriminálního seriálu **Rapl** a desítku premiér českých filmů. Informoval o tom generální ředitel ČT Petr Dvořák. „Pro první polovinu příštího roku jsme natočili sérii výjimečných původních projektů, na kterých jsme spolupracovali s režiséry, jako je Jan Hřebejk, Jan Prušinovský, Miroslav Krobot, Viktor Tauš nebo Jan Pachel. Důraz jsme tentokrát kladli na originalitu, na původní české látky a specifický humor, což se projeví především v seriálech **Most!** a **Zkáza Dejvického divadla**," řekl Dvořák.

Další novinkou bude pravidelná **Kopta Show**, kam si herec a moderátor Václav Kopta bude zvat vždy tři známé osobnosti, u kterých spolu se svým týmem vypátrá nějaké propojení, o němž ani sami hosté nemají tušení.

Na jaře se objeví také dva původní spin-offy ČT. Tedy seriály, ve kterých hlavní roli hraje postava, jež se už ve vedlejší úloze objevila v některém z předešlých pořadů. Vznikla tak druhá řada **Rapla** i **Strážmistr Topinka** navazující na **Doktora Martina**. Uzavře se také cyklus **Detektivové** od Nejsvětější trojice. **ČTK**

Horor, sci-fi muzikál nebo tragikomická road movie

Jarní vysílací schéma ČT nabídne 10 filmových premiér:

- Uvidíme snímek **Jan Palach** režiséra Roberta Sedláčka, **Hmyz** českého surrealisty Jana Švankmajera, hororově laděný milostný příběh Ondřeje Havelky **Hastrman**, animovaný sci-fi muzikál **Lajka**

Aurela Klimta, tragikomickou road movie s Jiřím Menzelem **Tlumočník**, slovenský thriller **Čiara**, drama **Na krátko**, **8 hlav šílenství** s Anetou Langerovou, snímek **Ani ve snu!** a z kin na televizní obrazovku se vrátí Miroslav Donutil ve filmu **Doktor Martin – Záhada v Beskydech**.



Jamiroquai. Lístky v pátek

U zrodu Jamiroquai, pionýrů „funku budoucnosti“, stál v roce 1992 Jay Kay. Od té doby se tito hudebníci stali jednou z nejuspěšnějších hudebních formací na světě. V pražské O2 areně vystoupí 25. května, vstupenky v síti Ticketportal půjdou do prodeje v pátek v 14.00. LIVENATION

INZERCE



Další koncerty

Zaspívají herec Čtvrtníček i senátor Drahoš

Kapela The Tap Tap, kterou tvoří absolventi a studenti škol Jedličkova ústavu pod vedením kapelníka Šimona Ornesta, připravuje každoroční velkou akci – Mikulášskou. Jejich dnešní koncert se bude již potřetí konat v pražském Foru Karlín. Jako hosté vystoupí herec Petr Čtvrtníček nebo senátor Jiří Drahoš.

Přijede kapela, která ohromila Daft Punk

Australská partička Parcels, jejíž elektro pop říznutý sedmdesátkovým disco-soulem ohromil samotné Daft Punk, přijede už v pátek do Prahy. Představí zde svou dlouho očekávanou debutovou eponymní desku. Skvělá popová jízda se rozjede v pražském klubu Rock Café. **MEF**

Také Europe!

Festival Benátská! s Impulsem, který se bude konat od 25. do 28. července 2019, hlásí další zahraniční hvězdu – ve Vesce u Liberce zahrají i Europe. Švédská rocková kapela prodala přes 25 milionů nosičů a její nejznámější singl **The Final Countdown** byl první v hitparádách 25 zemí světa. Skupina přijede v nejslavnější sestavě v čele se zpěvákem Joeym Tempestem. Do Vesce míří i Richard Müller. Ten si pro Benátskou! připravil speciální hudební set, v němž ho doprovodí jedenáct famózních hudebníků a tři skvělé vokalistky. **2x ARCHIV**



Není tak drahý, jak vypadá

Váš nový telefon nemusí stát jmění, přesto může mít velký displej, 3GB RAM, 13Mpx fotoaparát nebo třeba čtečku otisků prstů.



obj. kód: MEI1051b1

Meizu M6 3/32 GB

5,2" IPS displej s rozlišením 1 280 × 720
RAM 3 GB, interní paměť 32 GB
Zadní fotoaparát 13 Mpx + přední 8 Mpx
Čtečka otisků prstů

MEIZU



Všechny dárky
vyřešíte na

 **alza.cz**

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

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 5. 12. 2018 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.

Sudoku

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

Počasí

DNES	ZÍTRA	PÁTEK	SOBOTA
Min. 1 Max. 5	Min. 3 Max. 7	Min. 5 Max. 9	Min. 4 Max. 8

Stupeň zátěže pro dnešek: bio 1

Mírná zátěž. Stupeň zátěže umožňuje běžný denní režim bez omezení, pouze s přihlédnutím k aktuálnímu zdravotnímu stavu.
Teplotní rekordy: -14,8 °C / 17,4 °C
Roky výskytu: 1902/1961

Napište svou bublinu



FOTO: 2x AP

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



Kvíz

- Hájkova kronika o dějinách českého národa končí korunovací Ferdinanda Habsburského roku:
a) 1527
b) 1627
c) 1727
- Síra Isaaka Newtona známe díky popisu všeobecné gravitace. Je s ním spojen příběh o:
a) mrkvi
b) jablku
c) pampelišce
- Společnost, jež provozovala v ČSR síť obchodních domů, se jmenovala Brouk a:
a) Syn
b) Dědek
c) Babka
- Ideál naprostého duševního klidu a cíl lidského života v epikurejské filozofii se nazývá:
a) aseita
b) apatie
c) ataraxie
- Otec spisovatele Karla Čapka a malíře Josefa Čapka se jmenoval Antonín a povoláním byl:
a) lékař
b) mlynář
c) hokynář

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

ČT1

- 12:30 Sama doma
- 14:00 StarDance IX... když hvězdy tančí
- 16:40 Cestománie
- 17:15 AZ-kvíz
- 17:40 Černé ovce
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 Kde domov můj?
- 18:55 Události za okamžik a počasí
- 19:00 Události
- 19:50 Branky, body, vteřiny
- 19:59 Losování Sportky a Šance
- 20:05 StarDance IX... kolem dokola



- 20:10 **Den, kdy nevyšlo slunce**
 Detektivní film (ČR, 2001). Na počátku vyšetřování se zdá, že půjde o běžný případ sebevraždy... Hrají: P. Jungmanová, V. Dlouhý, D. Prachař, O. Vlček a další
- 21:30 **Hrdina**
 Povědkový cyklus (ČR, 2014)
- 22:04 **Výsledky losování Šťastných 10**
- 22:05 **Mladý papež (10/10)**
- 23:10 **Columbo**
- 00:20 **AZ-kvíz**
- 00:50 **Objektiv**
- 01:20 **Máte slovo s M. Jilkovou**
- 02:20 **Dobré ráno**
- 04:50 **Jdeme na ples**
- 05:00 **Kluci v akci**
- 05:30 **Události v regionech**

ČT2

- 13:55 Evropa dnes
- 14:25 Občan Havel: Odcházení
- 15:20 Naše tradice
- 15:50 Televizní klub neslyšících
- 16:15 Poslední naděje
- Věry Bílé
- 17:10 Rybí svět Jakuba Vágnera
- 18:05 Boží dar – příběhy českých potravin (5/8)
- 18:25 GEN – Galerie elity národa
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Babylon
- 19:20 Zeměpis světa
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



- 20:00 **Kamera na cestách: Irán, poklady Persie**
 Země, která dlouhý čas ukryvala před světem bohaté a výjimečné dědictví
- 21:00 **Na cestě po středním Ekvádoru**
- 21:30 **Kanu v Mexiku**
- 22:00 **Božská Ěma**
- 23:50 **Poirot řídí Orient expres**
- 00:40 **Krásy evropského pobřeží**
- 00:45 **Červený trpaslík XI (3/6)**
- 01:15 **Červený trpaslík XI (4/6)**
- 01:45 **Chcete je?**
- 01:50 **Folklorní magazín**
- 02:20 **Nepořádek po česku**
- 02:45 **Abeceda komunistických zločinů**
- 03:00 **Hranice dokořán – Rozmówki polsko-czeskie**

NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:25 Krok za krokem II (2)
- 12:50 Ordinance v růžové zahradě 2 (347)
- 14:05 Dr. House V (13)
- 15:05 Dr. House V (14)
- 15:55 Kriminálka Miami IV
- 17:00 Odpolní Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Ulice (3573)
- 18:25 Ulice (3573)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



- 20:20 **Mise nový domov II**
 Když si bral jedináček Petr Amálii z jedenácti dětí, těšili se na společný rodinný život. Vše jim vycházelo, než jedno z jejich čtyř dětí, tříletá Hanička, těžce onemocněla...
- 21:40 **O 10 let mladší**
- 22:40 **Námořní vyšetřovací služba XIV (24)**
 Krimiseriál (USA, 2016)
- 23:25 **Beze stopy VI**
 Krimiseriál (USA, 2007)
- 00:20 **Dr. House V (13)**
 Seriál (USA, 2008)
- 01:15 **Dr. House V (14)**
- 02:00 **Kriminálka Miami IV**
 Co na to Češi
- 03:15 **Ordinance v růžové zahradě 2 (346)**

PRIMA

- 12:05 Polední zprávy
- 12:15 Jake a Tlustoch IV (2)
- Něžná past
- Doktor z hor:
- 13:15 Nové příběhy VIII (9)
- 14:15 Návrat komisaře Rexe XIV (5)
- 15:25 Návrat komisaře Rexe XIV (6)
- 16:35 Odpolední zprávy
- 16:55 Linka 112
- 17:50 Prostřeno!
- 18:55 Velké zprávy
- 19:40 Divožky
- 19:55 TOP STAR



- 20:15 **Modrý kód (141)**
 Seriál (ČR, 2018). Adam stále nechce operovat, ale změní názor po setkání s výjimečným pacientem. Prokopa stále trápí dluhy a bere si více směn. Hrají: S. Laurinová, R. Zach, I. Chmela, D. Gránský, J. Štěpnička, M. Procházková
- 21:35 **Show Jana Krause**
- 22:40 **Tátové na tahu (13)**
 Komedijní seriál (ČR, 2018)
- 23:45 **Linka 112**
- 00:40 **Návrat komisaře Rexe XIV (5)**
 Krimiseriál (It., 2012)
- 01:50 **Návrat komisaře Rexe XIV (6)**
- 03:00 **Doktor z hor: Nové příběhy VIII (9)**

PRIMA COOL

- 12:05 Futurama II (13)
- 12:35 Simpsonoví II (19)
- 13:05 Simpsonoví II (20)
- 13:25 COOLfeed
- 13:40 Simpsonoví II (21)
- 14:10 Simpsonoví II (22)
- 14:40 Teorie velkého třesku (13)
- 15:10 Teorie velkého třesku (14)
- 15:40 Futurama II (14)
- 16:00 Špinavá práce IV (15)
- 17:00 Top Gear II
- 18:15 Simpsonoví III (1-4)
- 20:05 COOLfeed



- 20:15 **Námořní vyšetřovací služba L. A. IX (14)**
 Krimiseriál (USA, 2017). Hrají: Ch. O'Donnell, LL Cool J, D. Ruhová a další
- 21:20 **Teorie velkého třesku (15)**
 Sitcom (USA, 2007)
- 21:50 **Teorie velkého třesku (16)**
 Sitcom (USA, 2007)
- 22:20 **Partička**
- 23:00 **COOLfeed**
- 23:10 **Špinavá práce IV (15)**
- 00:10 **Partička**
- 00:45 **12 opic IV (2)**
 Sci-fi seriál (USA, 2017)
- 01:45 **Tyran III (1)**
- 02:45 **Námořní vyšetřovací služba L. A. VIII (15)**
- 03:45 **Tyran III (1)**

ÓČKO

- 06:00 Ranní fresh
- Vstávání s muzikou
- 09:00 Zpátečka
- Co jsme hráli na Óčku tento den v roce 2012
- 10:00 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 12:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neuteché
- 12:05 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 14:00 Óčko news
- 14:05 Óčko trendy
- 15:00 Óčko news



- 15:05 **Mixxxer Show**
 Klipy na přání, soutěže, chat s hosty
- 17:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neuteché
- 17:10 Óčko trendy
- Aktuální klipy
- 17:30 Smash!
- Svět komikšů
- 17:35 Óčko trendy
- Aktuální klipy
- 19:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neuteché
- 19:05 Moje desítka
- Top 10 klipů podle diváka Óčka
- Óčko hity
- Klipy nonstop
- 22:00 CZ & SK
- 23:00 Óčko flirt

Sloupek

PAVEL MAURER

MILOVNÍK JÍDLA



TOP 10

Co to je? Jde o deset nejlepších a nejzajímavějších restaurací z celé naší republiky, které letos dostaly skvělé známky od nezávislých hodnotitelů.

Průvodce Maurerův výběr Grand Restaurant – po podnicích, které stojí za to navštívit, vydávám už 23 let. To je docela dlouhá doba na to, abych se zmýlil, někomu ublížil nebo někomu nadřžoval. Kdyby se tak stalo, tak vám garantuji, že už se to dávno někde „prosáklo“ a poškozování restauratéri by mne nejspíš ukamenovali. Restaurace, které se propracují do mojí TOP 10, získají totiž okamžitě jednu výhodu a jednu nevýhodu: zvýší se jim obrát – všichni je chtějí navštívit a současně mají všichni až moc velké očekávání. Letos se mezi pražskou konkurenci probojoval i podnik z Přerova, který skončil desátý, čtvrté místo si připsal brněnský podnik. Držím palce, ať vydrží tlak konkurence, závidí i vysokých nároků!

Držím palce, ať vydrží tlak konkurence, závidí i vysokých nároků!

Výsledky TOP 10

1. místo – Terasa U Zlaté studně, česká a mezinárodní kuchyně; 2. místo – InterContinental hotel, Zlatá Praha, česká a mezinárodní kuchyně; 3. místo – Radisson Blu Alcron hotel, Alcron, dary moře, rybí a mezinárodní kuchyně; 4. místo – Pavillon, česká moderní, francouzská, kontinentální, regionální, zvěřinová a mezinárodní kuchyně; 5. místo – Grand Cru mezinárodní kuchyně; 6. místo – V Zátíší, česká, indická a mezinárodní kuchyně; 7. místo – Bellevue, mezinárodní kuchyně; 8. místo – Miyabi japonská a rybí kuchyně; 9. místo – Marriott hotel, Midtown Grill steakhouse; 10. místo – U Labutě, česká a mezinárodní kuchyně.

Řešení sudoku

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

Anketa Dáváte přednost nájemnímu bydlení, či vlastnímu?



Soňa Fišarová
Nájmu. Aspoň se děti nemají o co hádat.

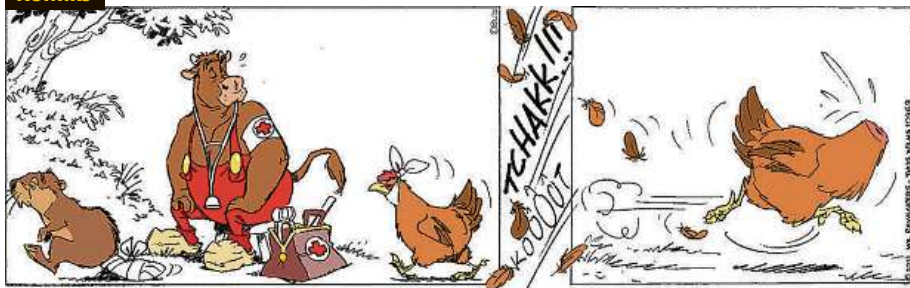


Andrea Killarová
Bydlím v nájmu v domě se zahradou. Máme se fajn.



David Ondrejko
Jednoznačně nájmu. Dává větší svobodu.

Komiks



Dopisy a vzkazy

Dětství s Bonifácem Smraďuškou

Dnes se stále diskutuje o tom, zda strašit děti čerty, či nikoliv. Moje máma krásně kreslila a já jako malá měla samé kamarády v pekle. Bonifác Smraďuška či Vendelín Trepifajksl mi psali i dopisy, já je červenou tužkou opravovala, protože byly samá chyba. Totéž jsme pak dělali mému synovi, když byl malý. Takže žádná traumata! Ovšem když vidím ty masky čertů, které se teď objevují na Mikuláše 5. prosince v ulicích, tak bych se vyděsila (a špatné sny z toho měla) i já ve čtyřiašedesáti letech! Kde jsou ti naši milí čertíci?! Proč musíme neustále podléhat nějakým cizím vlivům, ať už americkým, nebo zase v tomto případě německým a ruským? Kdybych měla vnuka, asi bych s ním odjela na chatu do Máslovic, aby byl ušetřen děsu a nezačal se v noci počurávat.

JANA KVĚTOŇOVÁ
ODOLENA VODA

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

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

Výrok dne



„Donald Trump bude nový liberální světový pořádek.“

MIKE POMPEO
MINISTR ZAHRANIČÍ USA

„Trump nechce, aby USA ztratily vůdčí postavení v mezinárodní politice, ani nehodlá opouštět tradiční spojení,“ dodal Pompeo.

Slovo dne

TRAUMA

(Z dopisu čtenáře na této straně)

Poranění,
úraz,
rána

ZDROJ: AKADEMICKÝ
SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



INZERCE

HOROSKOP na středu 5. 12.

Kirké kartárka
Zeptej se mých Tarotů!

Má témata:
• budoucnost
• láska
• peníze

Zavolej mi na **906 70 30 35** nebo mi napiš SMS ve tvaru **45BGA** a tvůj dotaz na číslo **904 30 55**

	Beran 21/3–20/4 Nebráňte se oborům, o nichž toho dosud vidíte jen málo. Každá výzva vás dokáže nadchnout. Potřebujete posunovat své limity.		Váhy 23/9–23/10 Kariéerně můžete stoupat výš a za své služby požadovat lepší plat a další benefity. Byla by škoda promeškat tuto příležitost.
	Byk 21/4–21/5 Výhodnou příležitost teď zavětříte na hony daleko. Nepodceňujte se a klidně vyzkoušejte i něco, co jste zatím nikdy nedělali.		Štír 24/10–22/11 Využijte svou intuici, abyste se vyhnuli pohádkovým nabídkám, které zní až příliš výhodně. Mělo by to být prvním varováním.
	Blíženci 22/5–21/6 Snažte se vyhovět přáním svých blízkých a říkáte si, že vydané prostředky nějak seženete zpátky. Určitě se ale nezadlužujte!		Střelec 23/11–21/12 Na pracovišti zúročíte své léta nastřádané znalosti a zkušenosti. Dokonce zapátráte hluboko v paměti a vzpomenete na školní výuku.
	Rak 22/6–22/7 Manuální práce vám jde skvěle od ruky. Vesmír prozrazuje, že nejspěšnější dny čekají Raky pracující s vodou nebo s tekutinami.		Kozoroh 22/12–20/1 Na začátku prosince máte možnost vymanit se ze situace, která pro vás není výhodná. Najděte odvahu a udělejte osudový krok.
	Lev 23/7–22/8 Uklidňuje vás, že máte za zády podporu ostatních kolegů, ale také své rodiny. Je skvělé vědět, že na starosti nikdy nejste sami.		Vodnář 21/1–20/2 Všímáte si důležitých detailů, takže vám neunikne žádná příležitost, která za to vážně stojí. Ostatní přenecháte konkurenci.
	Panna 23/8–22/9 Na velké pracovní změny si nechte zajít chuť. Nenašli byste lepší místo, i když to v první chvíli může vypadat dost lákavě.		Ryby 21/2–20/3 Kolegové se nedokážou vynaznat ve vašich náladách, proto se vám vyhýbají. To rozpoutává kolotoč, který vám na klidu určitě nepřidá.

VĚŠTÍRNA!

Nežijte v nejistotě!

Pošlete SMS ve tvaru **97PCV** a svou otázku na číslo **904 30 46**

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

GEORGE WALKER BUSH STARŠÍ



1 Loučil se i Trump s manželkou

Prezidentský speciál z texaského Houstonu přepravil rakev s ostatky někdejšího prezidenta George Bushe staršího do Washingtonu. Na jeho poslední cestu poskytl Donald Trump prezidentské letadlo. To, pokud je na palubě úřadující hlava USA, nese volací znak Air Force One. Let byl označen Special Air Mission 41, což odkazuje na fakt, že Bush starší byl 41. americkým prezidentem. Do rotundy Kapitolu se zemřelému přišli poklonit jeho nejbližší a mnoho významných politických činitelů včetně současného prezidentského páru. Dnes, kdy USA uctí Bushovu památku státním smutkem, se v Národní katedrále uskuteční státní pohřeb. Po něm bude rakev přepravena do Houstonu. Odtud ji po dalším smutečním obřadu odvezou do College Station. Tam jsou v kampusu vysoké školy A&M University na pozemku Bushovy knihovny pohřbeny jeho letos zesnulá manželka Barbara a dcera Robin, která zemřela jako dítě v roce 1953. Bush bude uložen po jejich boku.



2 Nejbližší zemřelého. Když vojáci vynášeli ex-prezidentovu rakev zahalenou americkou vlajkou po schodech do rotundy washingtonského Kapitolu, u vchodu projevovali úctu jeho syn George (prezident USA v letech 2001–2009) s manželkou Laurou (zcela vlevo) a dalšími nejbližšími členy rodiny.

3 Důležitá dohoda. Prezident George H. W. Bush se sovětským prezidentem Michailem Gorbačovem si vyměňují pera, kterými v Kremlu 1. srpna 1991 podepsali smlouvu Start – Dohodu o snížení počtu strategických zbraní. Ta významně snížila napětí mezi oběma tehdejšími mocnostmi.

Spojené státy vzdávají hold exprezidentovi



4 Stylové ponožky

Někdejší americký prezident si 7. prosince 2016 vzal na ceremonii připomínající 75. výročí útoku na Pearl Harbour stylové ponožky. Je na nich formace několika letících vojenských strojů.

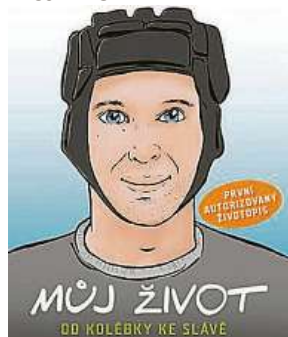
5 Přítel nejvěrnější

Bushův asistenční pes Sully leží u rakev zesnulého. Exprezident ho obdržel v dubnu letošního roku, poté co zemřela jeho manželka Barbara. Bush se kvůli zhoršenému zdravotnímu stavu v poslední době pohyboval jen na kolečkovém křesle.

Kniha je základ Vánoc

Čtení pro mládež, mámu i tátu. Nebo raději něco do kapsy či na ruku? Tipy na dárky.

MŮJ ŽIVOT



Jeden z neznámějších sportovních novinářů Jan Palička dělá pro Mladou frontu DNES od roku 1998. Nyní vychází kniha Můj život, na které spolupracoval se slavným českým brankářem Petrem Čechem. Ten se rozhodl sepsat část své autobiografie od sportovních začátků až po přestup do Sparty. Dozvíte se tak mnoho zajímavostí z Petrova dětství, jak začínal s hokejkou i jak překonával první zranění. Kniha je velmi inspirativní pro všechny čtenáře, zaujme díky hravému jazyku i ty nejmladší. **Cena 299 Kč**

TAJEMSTVÍ DŘEVA



Výtvarník a spisovatel Martin Patříčný ze dřeva vytváří nádherné artefakty a píše o něm. Svou nejnovější knihu Tajemství dřeva však věnoval především ženám – pro zdravý život, kontakt s přírodou a hrani si s dětmi. Na stránkách díla zjistíte, co potřebují pro šťastný život, co dřevo znamená pro člověka, kde všude ho najdeme a proč není stejné. „Dřevo prý je cesta, tvrdí jedni. Já myslím naopak, že dřevo je zastavení. Konec stromu znamená počátek dřeva, přechod od hajných a lesníků a myslivců k truhlářům, řezbářům či stavařům, ale vždycky od lidí k lidem!“ říká autor. **Cena 449 Kč**

ČESKÉ MINIPIVOVARY



Nakladatelství Mladá fronta vydává přehledného průvodce po vybraných minipivovarech z Česka. Kniha nabízí nejen řadu zajímavostí o každém z nich, ale i tabulku, do které si může každý pivař vyznačit, jak na něj místní pivo zapůsobilo, a to hned v několika kategoriích. Každý měsíc vznikne v Česku několik nových minipivovarů a tento trend bude pokračovat i v následujících letech. V průvodci najdete více než sedmdesát hodnocení vybraných minipivovarů, které stojí za to navštívit. Recenze vznikají na základě vlastních zkušeností autora Ondřeje Stratilíka. Součástí publikace je i úvod o různých způsobech vaření piva. **Cena 249 Kč HOP**

Dárky pro celou rodinu

BEZDRÁTOVÁ KLÁVESNICE
Herní klávesnice Logitech G613 Lightspeed DE představuje nástroj na stůl všech hráčů, kteří chtějí ve virtuálním světě posunout své výkony na úplně nový level. Její klávesy s kvalitní konstrukcí umožní nejpřesnější pohyby a citlivou odezvu. Plusem jsou i její úsporné rozměry. **Cena 1999 Kč**



RUČNĚ ŠITÁ PENĚŽENKA

Hledáte vánoční dárek od české značky, kterým potěšíte každého džentlmena? Nová Business peněženka od české firmy Danny P. je šikovným řešením – kombinuje v sobě odnímatelnou menší část pro ukládání platebních karet a větší peněženku určenou pro nošení karet a bankovek. Je ušitá z italské kůže a dostupná ve třech barevných provedeních. **Cena 3790 Kč**

DÁMSKÉ HODINKY

Sháníte-li hodnotný luxus, mohou být ideálním dárkem tyto dámské hodinky Zenith 2 Elite Lady Moonphase. Seženete je v síti klenotnictví Beny, které je na českém trhu už 25 let. Prodává na třech adresách v centru Prahy: vedle Václavského náměstí také v Pařížské či Karlově ulici. V nabídce nemají jen hodinky, ale i vlastní šperky. Funguje zde i servis. **Cena 173 600 Kč**



NA ♥ JSOU PODĚBRADY

Sháníte ideální dárek pro (pra)rodiče?

MÁME PRO VÁS TIP!
Zakupte pobyt s koncertem Hany Zagorové

Pobyt 6 dní/5 nocí (27. 1. – 1. 2. 2019)

Stravování: polopenze

Program: 6 lázeňských procedur, poukázka do kavárny a vstupenka na koncert

Cena od 5 090 Kč

Pobyt 3 dny/2 noci (30. 1. – 1. 2. 2019)

Stravování: polopenze

Program: 4 lázeňské procedury, poukázka do kavárny a vstupenka na koncert

Cena od 2 490 Kč



LÁZNE PODĚBRADY
AKČNÍ SPOLČENOST

326 530 500

www.lazne-podebrady.cz/pobyt-zagorova

INZERCE

ZIMNÍ EXKLUZIVNÍ LÉČEBNĚ-REHABILITAČNÍ POBYT

V HOTELU RICHARD**** MARIÁNSKÉ LÁZNE

03.01. – 28.02.2019

sleva 41% = pův. cena 14.350 Kč

8.400,- Kč osoba ve 2-lůžkovém pokoji

9.600,- Kč 1-lůžkový pokoj

Ubytování na 8 dní = 7 nocí

Bohatá polopenze + aperitiv na přivítanou!

1x lékařské vyšetření + 10x procedura dle lékaře

Denní bazén, vířivka, fitness studio, pitná kúra, župan



VÁNOČNÍ POBYT V HOTELU RICHARD**** 19. 12. – 26. 12. 2018

9.650,- Kč osoba ve 2-lůžkovém pokoji / 11.400,- Kč 1-lůžkový pokoj

Více informací přímo v hotelu.

REZERVACE: TEL.: 354 696 111 – E-MAIL: recepcie@hotelrichard.com

Nahradí hodinky platební karty? Jsou o dost bezpečnější

Po platbách chytřím telefonem přichází na trh platby hodinkami.

Jednou z prvních průkopnic plateb prostřednictvím chytrých hodinek je značka Garmin, která vyrábí hodinky pro sportovce. Nesou v sobě informace o běžné platební kartě a při platbě nevyžadují přítomnost telefonu ani platební karty. Platba je přitom pohodlná a bezpečná.

Bezpečnější než karty

Zjednodušeně si platby v hodinkách můžete představit tak, že hodinky pracují s otiskem klasické platební karty. Ve skutečnosti je to složitější, hodinky využívají nové platební technologie, tzv. tokenů, která poskytuje při platbě vyšší zabezpečení

než běžné platební karty. Hodinky si totiž s platebním terminálem nikdy nevyměňují kompletní informace o platební kartě, jako jsou její číslo nebo platnost. V Česku představila platby Garmin Pay jako první Moneta Money Bank, jejíž karty můžete v hodinkách již používat.

Platba hodinkami probíhá podobně jako s běžnou platební kartou. Hodinky na zápisť jsou při platbě nejbližší k terminálu a po platbě je nemusíte uklízet ve spěchu předtím, než si odeberete nákup.

Využití hodinek pro platby je zvláště výhodné při sportování a v případech, kdy s sebou nosíte minimum věcí.

Hodinkami můžete platit všude tam, kde je k dispozici bezkontaktní platební terminál, tedy nejen v obchodech, ale také při parkování, zakoupení jízdenky na MHD nebo například na koupališti. **MET**



Hodinky přiložíte k terminálu, ten pípne a je to. Platba byla odeslána.

PROFIMEDIA.CZ

INZERCE



Sportovci platí hodinkami

Garmin vívoactive3 patří k nejoblíbenějším sportovním GPS hodinkám současnosti. Dobře vypadají, jsou lehké a všestranné, s podporou bezkontaktních plateb Garmin Pay, které nově fungují i u nás. Svým vzhledem dokazují, že i sportovní hodinky se dají nosit také do práce nebo do společnosti. Dokáží změřit běh, jízdu na kole, plavání, lyžování a řadu dalších sportovních aktivit, včetně jógy. Při propojení s chytrým telefonem vás diskrétně upozorní na blížící se schůzku, přichází volání či sms. Mají skvělou odolnost i výdrž, na jedno nabití vydrží až 1 týden v režimu chytrých hodinek.



Garmin vívoactive3, cena od 5 990 Kč
www.garmin.cz

Sportovec světa. Šanci má Ledecká

Dvojnásobná vítězka z OH může vystřídat Federera.

Snowboardistka a sjezdová lyžařka Ester Ledecká se uchází o cenu pro nejlepšího světového sportovce roku podle BBC. Dvojnásobná zlatá medailistka ze zimních olympijských her v Pchjongčchangu je ve čtyřčlenné nominaci spolu s americkou gymnastkou Simone Bilesovou, italským golfistou Franceskem Molinarim a ukrajinským boxerem Oleksandrem Usykem.

BBC vyhláší anketu od roku 1960 a dosud ji žádný

český sportovec nevyhrál. Loni zvítězil už počtvrté švýcarský tenista Roger Federer, o rok dříve právě jedna z nominovaných, Bilesová. Ta letos získala na mistrovství světa sportovních gymnastek čtyři zlaté medaile. Molinari měl hlavní zásluhu na triumfu Evropy v golfovém Ryder Cupu, v němž jako první vyhrál všech pět svých zápasů. Byl také nejlepší v European Tour a vyhrál British Open. Boxer Usyk letos získal v polotěžké váze tituly WBC, WBA a IBF.

Poprvé BBC umožňuje na svém webu hlasovat i lidem mimo Velkou Británii. Uzávěrka je 15. prosince v 15.00, výsledky budou vyhlášeny týž den. **ČTK**



A twerkovat umíte?

Vyhlášení první ženské držitelky Zlatého míče Ady Hegerbergové zastínila aféra, za niž se posléze moderátor slavnostního večera Martin Solveig omluvil. Francouzský DJ se hned na pódiu norské fotbalistky zeptal, jestli umí twerkovat. Vyvolal tak velký rozruch na sociálních sítích a vysloužil si kritiku za sexismus a nedostatek respektu. Třidvacetiletá Hegerbergová reagovala na kontroverzní dotaz ohledně vyzývavého tance, při němž ženy třesou pozadím, zavrtnutím hlavy a prostým „ne“.

AP

Zprávy krátce

Ústavní stížnost

Ústavní soud přezkoumá rozsudek, podle kterého se bývalý fotbalový rozhodčí Antonín Kordula nemusí omlouvat místopředsedovi Fotbalové asociace ČR Romanu Berbrovi a bývalé šefce komise rozhodčích Dagmar Damkové. Oba neúspěšně žádali u soudů satisfakci za výroky Korduly v médiích. Nyní podali ústavní stížnost.

Sponzor zůstává

Korejská společnost Samsung prodloužila smlouvu s Mezinárodním olympijským výborem (MOV) a zůstane jedním z jeho hlavních sponzorů minimálně do roku 2028. Finanční podmínky kontraktu nebyly zveřejněny, podle médií přispívají partneři nejvyšší kategorie MOV ročně částkou zhruba 50 milionů dolarů, tedy 1,14 miliardy korun. **ČTK**

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



Cena pro českou rozhodčí

Česká rozhodčí Jana Adámková byla zvolena Mezinárodní federací fotbalových historiků a statistiků druhou nejlepší ženskou soudí za rok 2018. V hlasování expertů z 90 zemí ji předčila pouze Němka Bibiana Steinhausová, která jako první žena pískala bundesligu. Čtyřicetiletá Adámková letos řídila finále Ligy mistrů a prvoligový duel Olomouce s Mladou Boleslaví.

AP



Cestování - nabídka

800 222 210

LYŽOVÁNÍ

Ubytování	dop.	noc/termin	kateg.	strava	cena od
APT. STOANERHOF (4 os.) RAKOUSKO - ZILLERTAL	🚗	7 23.02.19	**	BS	7 590
HOTEL MARIANNA ITALIE - VAL DI FASSA	🚗	7 16.02.19	***	PL	12 460

FIRST MINUTE SLEVA AŽ 13%

POBYTY U MOŘE RECKO - KORFU

STUDIA CLAIRE ACHARAVI	✈	7 01.06.19	**	BS	7 821
STUDIA LOLA AGIOS GEORGIOS	✈	7 05.06.19	**	BS	8 256
HOTEL ATHENA AGIOS GEORGIOS	✈	7 05.06.19	***	PL	11 910
HOTEL ALKION SIDARI SIDARI	✈	7 05.06.19	***	PL	12 171
HOTEL ATHINA SAN STEFANO AGIOS STEFANOS	✈	10 05.06.19	***	PL	15 564

SEVERNÍ ALBÁNIE - GOLEM

HOTEL MONACO	✈	7 08.06.19	***	SN	10 866
HOTEL KLAJDI RESORT	✈	7 08.06.19	****	PL	12 606

POZNÁNÍ - LETECKY

SIBÍR - BAJKAL ZIMNÍ POHADKA	✈	6 25.02.19	***	PP	35 091
MADEIRA KVĚTINOVÉ SLAVNOSTI	✈	7 29.04.19	**	SN	19 590
ARMÉNIE - GRUZIE	✈	8 10.05.19	**	SN	29 601
PETROHRAD - MOSKVA	✈	7 25.07.19	***	PL	33 291

Vysvětlivky: Ceny jsou uvedeny v Kč na osobu. *** - počet hvězdiček hotelu
BS - bez stravy, SN - snídaně, PL - polopenze, PP - plná penze

AGL travel

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



Intimní

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



• **MÁS CHUŤ NA NEVĚRU?** Jsi tu správně! Stačí poslat SMS ve tvaru 70VHG a text na 909 15 50



• **Třeba** jsi ve stejném vagonu jako já a taky myslíš na sex. Ozvi se mi a pořádně si užijem! Maruška (53), Nové Butovice. Zavolej mi na 909 80 50 40 nebo napiš SMS na 909 15 45 s kódem 94CZP a tvůj text!



BRENO

KOBERCE • PVC

PROSINEC 2018

nyní sleva
-50%

Vánoční inspirace...

luxusní kusové koberce
Istanbul

materiál 100% PES **shaggy**,
výška vlasu 45 mm, více vzorů
a barevných kombinací



3650 Black

~~1174,-~~

587,-

cena za rozměr 60x110 cm

Kč/ks

3650 Cream

3640 Brown

3640 Cream

KUPON NA SLEVVU
při nákupu

-15%

Metro 12/2018

Platí pouze do 31. 12. 2018!
Vztahuje se pouze na zboží na prodejně.
Slevy se nesčítají, neplatí zpětně,
na akční zboží, ani na objednávku.

BRENO

máme
největší výběr
koberců,
PVC a vinyly

bytové PVC nabízíme také
v šířích **5m**

poskytujeme komplexní služby

sledujte náš facebook
facebook.com/koberce.breno

BRENO.cz

**PŘIJĎTE SI
PRO DÁREK**
při nákupu nad 2000 Kč



poradenství
a individuální
přístup



řezání podlahové
krytiny na míru



obšívání
koberců



vaše zboží vám
dovezeme po celé ČR



koberec i PVC
vám profesionálně
položíme

Platí do 31. 12. 2018
nebo do vyprodání zásob.
Za přepravné a jiné služby platíte dle ceníku.
Zboží není k dispozici na všech místech.