

ŠÉF FACEBOOKU JDE NA KOBEREČEK

MARKA ZUCKERBERGA ČEKÁJÍ DVĚ SLYŠENÍ V KONGRESU STRANA 6



metro



Pátek, 6. dubna 2018

Č. 67, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Vendula/Venuše

Největší deník v ČR

„Kouříte? Mohli byste zemřít i o 22 let dříve“

Lékařka. Profesorka Eva Králiková pomáhá zbavit se závislosti na cigaretách. **Dožití.** Rozdíl mezi kuřákem a nekuřákem v České republice je sedm a půl roku. **Zdravotní péče.** Kuřáci si na ni nestačí vydělat STRANA 7



Historii i současnost bankovek a dokladů ze Státní tiskárny cenin přiblíží ode dneška výstava ve Strahovském klášteře v Praze. ČTK

Překvapení na cedulích

Miliony dopravních značek a ukazatelů lemují české silnice. Na některých se však objevují i nepřesné údaje, které mohou řidiče zmást. STRANA 2

Plzeň uspěla na ledě Brna

Hokejová Kometa včera neproměnila první postupový mečbol. Na svém ledě prohrála ve čtvrtém semifinálovém zápase se Škodou 1:2. Přesto v sérii stále vede 3:1 na zápasy. STRANA 11

INZERCE



9 771211 781002 18067



OD REŽISÉRA FILMU
NAVZDY SPOLU

NATOČENO PODLE
SVĚTOVÉHO
BESTSELLERU

V KINECH
OD 5. DUBNA

Chyby na značkách. Překlepy, kilometry. Háčky i čárky navíc

Cedule skrývají záhady a překvapení. Řidiče mohou zmást třeba nepřesné vzdálenosti.

Podél českých silnic jsou miliony dopravních značek a ukazatelů. Nedávno jsme psali o „přeznačkování“ v Praze u Bílé hory, kde je na pár čtverečních metrech dvanáct dopravních značek. Další upozornění doputovalo od čtenářů z Benešovska. Před nájездem na dálnici D1 u Ostředku skáčou kilometry na ukazatelích. Cíl cesty se podle nich spíš vzdaluje, místo aby se přibližoval. „Je to možné, ale neřeknu vám, proč to tak je,“ řekl k situaci Luděk Beneš, vedoucí benešovské správy a údržby silnic. Přislíbil, že dá místo zkontrolovat.



Záhada na tisíci metrech. Sázava nejdřív 8 km, pak 10 km a nakonec sedm kilometrů. 3x METRO

Kdo vlastně určuje, kam se jaká dopravní značka postaví? „Když se staví nová silnice, je to součást projektu a většinou to podle dodané dokumentace instaluje zhotovitel stavby,“ vysvětluje pravidla Bohumil Taraba z kladenské správy silnic. V případě, že se značení doplňuje, impulz může dát v podstatě kdokoli, příkaz dodat nové značení dává odbor dopravy příslušného krajského nebo městského úřadu, pokud se jedná o silnice druhé

a třetí třídy. V roce 2009 došlo k hromadné akci, při které se instalovaly a doplňovaly značky po celé republice. „Někde mohlo k nepřesnostem dojít,“ připouští šéf kladenských silničářů Taraba.

Silnice první třídy a dálnice spadají pod Ředitelství silnic a dálnic. „Jednou se ozval pán, o jeden kilometr mu neděla vzdálenost do krajského města na sjezdu z dálnice,“ řekl deníku Metro mluvčí ŘSD Jan Studecký. Čtenáři de-

ničku Metro si nedávno všimli překlepu na ceduli pražské Jižní spojky – Bechovice, které pak ŘSD opravilo. Podobně přispěl deník Metro k nápravě špatného značení pražské městské části – z Koloděje na správné Koloděje. Už léta jsou v okolí středočeských Strančic směrovky Strančice. Místní to ale podle našeho zjištění už dávno neřeší. „Každý si to stejně píše po svém,“ uvedla pracovnice strančického obecního úřadu. **PAVEL HRABICA**

Nejvíce hlášení po zimě

Mohutný příděl oznámení na poničené nebo ukradené dopravní značky dostávají úřady po zimním období.

- Nezdá se vám umístění dopravní značky? Můžete ji nahlásit třeba městské policii, dopravnímu oboru na radnici, Technickým službám či správě a údržbě silnic.

- Upozornit na chyby a nepřesnosti lze i na internetových stránkách Českomoravské asociace dopravního značení www.cmaz.cz v sekci Hlášení závad. Tyto informace pak putují na příslušné odbory radnic a Technických správ komunikací.

- Pokud jste narazili na **kuriózní označení, chyby a omyly**, pošlete nám fotky i s informacemi na mms@metro.cz či pavel.hrabica@metro.cz.

INZERCE

„Dobrý den, také máme a to jak stříbrnou tak zlatou, super pasty všem vřele doporučuji už jiné nepoužíváme“
Marcela L.

„Mám ji doma 14 dní a o 80% se mi zlepšil zánět dásní... téměř vymizel... ale děsně pěni... musí se používat opravdu jen trošek ve velikosti hrášku, jinak budete jak bernardýni doporučuji.“
Romana S.

„Také jsem neodolala a musím říct, že jsem měla strach z 'chutě'... Ale musím uznat že 'chutná' skvěle a co mě překvapilo je to, že jsem snad nikdy neměla takhle 'hladké' zuby. Za mě je to užasná zubní pasta a co se týče bělení tak samozřejmě také doporučuji!“
Jullie P.

„Po vašich recenzích jsem si ji koupila a po mě hned další 2 kamarádky rozdíli je opravdu znatelný a úplně vymizela bolest dásní... všem doporučuji všem“
Ájinka F.

„Musím říct, že jsem tomu moc nevěřila, že bělí zuby a je tomu opravdu tak jedine! doporučuji“
Lucie Ch.

„Je super, jsem s ní spokojená, opravdu je po vyčištění vidět rozdíl a to já docela trpím na žluté zuby“
Zuzana S.

WHITE PEARL

Vaše NOVÁ zubní pasta. Lépe to jde!

White Pearl používá pokročilou technologii nanočástic zlata a speciálního aktivního prášku z uhlíku, který zubní sklovinu dokonale vyčistí od skvrn na nežádoucího zabarvení způsobeného pitím kávy, čaje, vína, nebo třeba kouřením a konzumací jídel zabarvujících zuby.

- » zvýšená bělicí funkce díky aktivnímu uhlíku
- » obsahuje nanočástice 24 karátového zlata
- » extrakt ze zeleného čaje chrání před kazy
- » propolis pro baktericidní účinek
- » mentolový extrakt pro svěží dech
- » xylitol snižuje kazivost zubů
- » udržuje ústní mikrofloru v rovnováze
- » bez Parabenů, přírodní složení

PŘÍRODNÍ SLOŽENÍ, VYTVOŘENO PŘÍMO PRO VAŠE ZUBY.

Cena 249,- Kč. Více informací s možností objednání online na www.krasnyusmev.cz nebo v každé DM drogerii a Globosu.

Citované jsou skutečné komentáře a hodnocení na facebooku White Pearl



Studenti celý měsíc v lihu

Studenti z různých brněnských univerzit včera společně vztyčili májku na náměstí Svobody v centru Brna. Majálesové oslavy potvrzují měsíc, vše směřuje k 5. květnu, kdy oslavy završí průvod městem a hudební festival na výstavišti. Na snímku jsou studenti Vysokého učení technického v červených barvách. **ČTK**

Problém. Dřevo mizí

Česko vyveze do zahraničí víc surového dřeva než Finsko a Švédsko dohromady. Podle Karla Krantoráda z Ústavu dřevařských technologií Mendelovy univerzity v Brně by se měl stát snažit, aby místo rychlého zisku vznikaly v Česku továrny, které dokážou dřevo zpracovávat do konečných produktů. Cena surového dřeva a některých výrobků se může lišit až desetinásobně. „Zisk se pohybuje na úrovni 50 až 60 procent, ale zhod-

nocení je malé. Cena kulatiny je zhruba 1800 korun za metr krychlový, 2600 korun stojí pilařská kulatina. Materiál pro dřevostavby přitom stojí 15 tisíc až 30 tisíc korun,“ říká Konrád. Podle něj by bylo dobré jejich technologický vývoj zachytit a zhodnotit dřevo i v Česku. Největší perspektivu mají továrny podléající se na přípravě dřevostaveb, protože 70 procent pilařské výroby skončí ve stavebnictví. **ČTK**

ŠKODA PLUS

MĚNÍME MINUSY
OJETÝCH VOZŮ
NA PLUSY



ŠKODA
SIMPLY CLEVER



Díky programu ŠKODA Plus
se už nemusíte bát pořídit si ojetý vůz.

- + Více než 6 000 prověřených ojetých vozů s historií.
- + Přes 120 certifikovaných prodejních míst.
- + Flexibilní značkové financování s povinným ručením za 1 000 Kč/rok.

ŠKODA Financial Services

Úvěr. Leasing. Pojištění. Mobilita.

Tato indikativní nabídka není nabídkou ve smyslu § 1732 zákona č. 89/2012 Sb., občanského zákoníku, a jejím přijetím nevzniká mezi společností ŠkoFIN s.r.o. a druhou stranou závazkový vztah.

skodaplus.cz



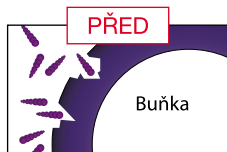


Výsledky
zaručeny
do 3 týdnů

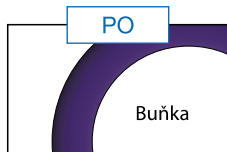
Jedinečný s ŘEKNĚTE ST

HLEMÝŽDÍ BÍLKOVINA: TAJEMSTVÍ BUNĚČNÉHO HOJENÍ

Po 30. roce života začnou buňky degenerovat působením volných radikálů, které na ně útočí, rozrušují je, a nakonec je zničí... proces stárnutí, který se týká celého našeho organismu, a zejména pokožky a kloubů.



Hlemýždí bílkovina chrání buňky před útoky radikálů, před jejich poškozením, a tedy stárnutím.



Hlemýždí bílkovina obaluje buňku ochrannou vrstvou.

HLEMÝŽDÍ SLIZ

SPOLEČNÉ PŮSOBNÍ ŽIVOTNĚ DŮLEŽITÝCH PRVKŮ,

kteří spouští proces jedinečného hojení a regenerace, ať se jedná o poškození pokožky nebo, v případě artrózy, chrupavek.

■ HOJIVÉ působení

Alantoin hojí a odstraňuje odumřelé buňky.

■ REGENERAČNÍ působení

Kyselina glykolová vyživuje a hydratuje chrupavku. Kolagen a elastin zajišťují pružnost kloubů.

■ ANTIOXIDAČNÍ působení

Vitamíny A, C a E uvolňují své aktivní látky proti volným radikálům. Mají ochranný a protizánětlivý účinek.

■ PROTIZÁNĚTLIVÉ působení

Veškeré složky působí společně proti zánětu, aby potlačily bolest a odstranily otok.

Tajemství buněčného hojení. Hlemýžď je jediným živočichem na světě, který je schopný obnovit svou poškozenou schránku za několik hodin, jako by měnil kůži!

Jeho tajemství: má jedinečnou bílkovinu: alantoin, který lidské tělo neumí vytvořit, jenž mu umožňuje regenerovat, obnovit a zahojit poškození jeho ulity a zranění jeho těla. OKAMŽITĚ.



PŘED

Hlemýžď je jediný živočich na světě, který se hojí okamžitě!

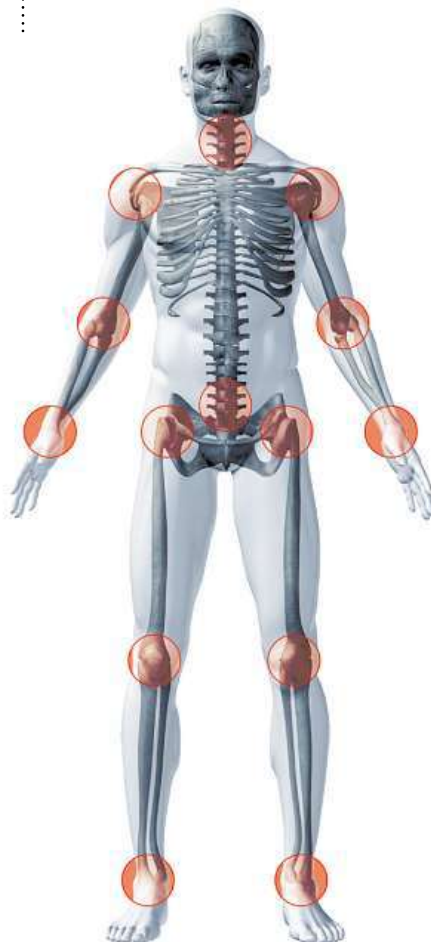
PO

Hlemýždí ulita je rozbitá, tělo opuchlé.

Za několik dnů se ulita obnovila, již nejeví známky poškození.

PRAVÁ "NÁPLAST" na vaše KLOUBY

CERTIFIKOVANO



Hlemýždí bílkovina obalí chrupavku jako ochranný a vyživující lak.

• **Ochranná:** protože chrání chrupavky před třením, zabraňuje opotřebení a útokům radikálů.

• **Výživná:** protože chrupavce dodává kolagen, bílkoviny a enzymy, které napomáhají její obnově, přičemž nezáleží na tom, jak je v současné době křehká a opotřebovaná.

➔ **Výsledky zaručeny do 3 týdnů!**

Postačí pouhých několik hodin, abyste pocítili první účinky vaší kúry a několik hodin na to, aby se vaše klouby zregenerovaly, protože hlemýždí bílkovina obsahuje účinnou protizánětlivou látku, která začne působit okamžitě po prvních dnech užívání.

Není potřeba více než 3 týdny, aby hlemýždí bílkovina účinně působila na chrupavky vašich kloubů narušené artrózou... Koleno či rameno, kvůli nimž trpíte již tolik let nakonec znovu získají svou pohyblivost.

3 týdny, abyste znovu získali zdravé a pružné klouby a abyste se mohli opět věnovat obvyklým aktivitám.

GARANTOVÁNO 365 DNÍ - 100% SPOKOJENOST NEBO VRÁCENÍ PENĚZ

větový objev

OP ARTRÓZE



Svědectví

Můj synovec si všimnul, že všechny jeho rány se rychle hojí od té doby, kdy začal pracovat jako sběrač hlemýžďů pro jednu farmaceutickou skupinu.

Minulou zimu mi doporučil vyzkoušet výjimečnou kúru proti mým bolestem zad a kolen. **Na začátku jsem byl velmi skeptický. Ale musím přiznat, že od své první kúry již nepocituji žádnou bolest.** Dnes mohu znovu podnikat dlouhé túry a chodit se svou manželkou na výlety, aniž bych cítil jakékoliv omezení.

DĚKUJI. Jan P. - 71 let

ZEMĚ, KDE ARTRÓZA JIŽ TĚMĚŘ NEEXISTUJE!



V Heraklionu, hlavním městě Kréty, byl v roce 1980 učiněn ten největší objev pro všechny, kdo trpí artrózou.

Co je třeba vědět: na Krétě je hlemýžď národním pokrmem a jí se téměř ke každému jídlu. Na Krétě artróza téměř neexistuje, její výskyt je o 78 % nižší v porovnání s ostatními evropskými zeměmi.

Proč? Protože hlemýžďí maso obsahuje alantoin, bílkovinu, která posiluje a chrání chrupavku.

OBJEV



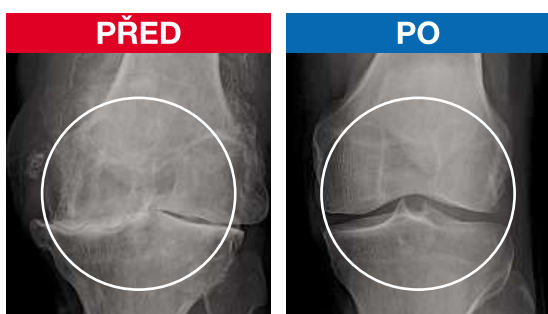
José V. chovatel hlemýžďů.

V roce 1992 v Chile si rodina chovatelů hlemýžďů všimla, že jejich rány se hojí velmi rychle a jejich ruce jsou podivuhodně jemné, díky kombinaci hojivých a regeneračních aktivních látek.

Alantoin, opravující glykoproteiny... A k tomu: kolagen, elastin, kyselina hyaluronová, vitamíny A, C a E, to vše činí z hlemýžďe nejrychlejšího „hojiče“ na světě. Kdo by si to býval byl myslel?

Pokud trpíte artrózou, neztrácejte již ani minutu a vyzkousejte tento „hojící chrupavky“.

Hojivý hlemýžď O.KAM.ŽI.TĚ!



PŘED: Kloub je „narušen“ artrózou. Chrupavka je úplně opotřebovaná, synoviální tekutina se rozlila do kloubu.

PO: Kloub je zcela regenerovaný. Za několik týdnů získaly „hlavičky“ kostí kloubů opět ochranu hladké a pružné chrupavky.

Bolesti mizí

Pro odstranění těch proklatých bolestí, které vás trápí celé dny a noci, se vám nabízejí 2 možnosti:

Užívat analgetika a protizánětlivé léky, které více méně bolesti tlumí, ale nakonec pouze oslabují váš organizmus... **Nebo**

Důsledně dodržovat kúru s hlemýžďí bílkovinou, která díky svým protizánětlivým účinkům okamžitě působí na bolest.

Pružnost se vrací

Jakmile aktivní látky hlemýžďí bílkoviny začnou pronikat do buněk vašich kloubů a vyživovat je, spustí se proces restrukturalizace. Rentgenové snímky dokazují výsledky získané za pouhých několik dnů.

Chrupavky se znovu potáhnou ochrannou vrstvou, již při každém pohybu bolestivě „nevržou“. „Synoviální tekutina“ se obnovuje a „maže“ kloub, který znovu nalézá svou sílu a pružnost.

Ulevuje od bolesti kloubů

Čistí chrupavku

Regeneruje a vyživuje chrupavku

100 % přírodní

Vědecky prokázané výsledky

Bez kontraindikací

ZKOUŠKA ZDARMA NA 365 DNŮ

Kupón na 365denní bezplatnou zkoušku elixíru Arthrelix

abyste se ZBAVILI ARTRÓZY A BOLESTÍ, aniž byste riskovali jedinou korunu.

Vyplňte, odstříhnete a odešlete na adresu: HOME PACK SHOPPING, s.r.o., P.O.BOX 4, 755 08 Depo Vsetín 70.

Ano, chci nezávadně a zdarma vyzkoušet po dobu 365 dní doplněk stravy elixír Arthrelix.

Díky tomuto elixíru říkám stop artróze a bolestem kloubů. Budu ho brát dvakrát denně před jídlem.

Pokud by tomu tak nebylo, tak vám do 365 dní zašlu zpět načatý nebo i prázdný elixír Arthrelix a vy mi okamžitě a bez diskusí vrátíte poštovní poukázku na mé jméno peníze, které jsem za objednávku zaplatil/a.

Tento elixír nemá žádné vedlejší účinky a je 100% přírodní.

JEDINEČNÁ NABÍDKA: Speciální sleva 40% pro členáře Metro.

Pošlete mi rychle následující kúru: (zatrhněte požadovanou kúru)

Útoční kúra elixíru Arthrelix za výjimečnou cenu 690 Kč místo 1190 Kč **ušetříte 500 Kč**

Silná kúra elixíru Arthrelix za výjimečnou cenu 1190 Kč místo 1990 Kč **ušetříte 800 Kč**

Extra silná kúra elixíru Arthrelix za výjimečnou cenu 1590 Kč místo 2690 Kč **ušetříte 1100 Kč**

Intenzivní kúra elixíru Arthrelix za výjimečnou cenu 1890 Kč místo 3190 Kč **ušetříte 1300 Kč**

Nemám teď posílat žádné peníze, částku za objednávku zaplatím až při převzetí balíčku na poště nebo u poštovního doručovatele (+ poštovné a balné 149 Kč).

Zde uvádím:

Jméno: _____

Město: _____

Příjmení: _____

Datum narození: _____

Adresa: _____

Podpis*: _____

PSC: _____

Tel./E-mail: _____

* Svým podpisem dávám dobrovolně souhlas společnosti HOME PACK SHOPPING s.r.o., se sídlem „Revoluční 1403/28, Nové Město, 110 00 Praha 1, IČ: 044 12 842 na zpracování mých osobních údajů - titulu, jména, příjmení, data narození, adresy bydliště, tel. čísla a e-mailu, za účelem přímého marketingu, zejména oslovení ve věci informací o společnosti HOME PACK SHOPPING s.r.o., nabídkách jejích produktů a služeb, zaslání nabídek a katalogů a jiných obchodních sdělení mě osobě formou dopisu, telefonického kontaktu, SMS a e-mailu. Beru na vědomí, že společnost HOME PACK SHOPPING s.r.o. může zpracovávat mé osobní údaje i prostřednictvím zprostředkovatelů a mé osobní údaje mohou být poskytnuty nebo zpřístupněny i orgánům veřejné moci.



Doplněk stravy.

PRMEEA01

Facebook potvrdil další únik údajů

Šéfa společnosti Facebook Marka Zuckerberga čeká slyšení ve výborech amerického Kongresu.



Mark Zuckerberg AP

Identita a další osobní údaje většiny z více než dvou miliard uživatelů Facebooku se mohly dostat do nepovolených rukou. Na svém blogu to oznámila společnost Facebook, která stejnojmennou síť provozuje. Facebook doposud umožňoval hledat lidi podle e-mailu či telefonu, což mohli takzvaní sběrači dat zneužít. Tato funkce je od středy zablokována.

„Až do dneška lidé mohli zadat telefonní číslo či e-mail jiné osoby do vyhledávače Facebooku, což jim pomohlo ji najít. Bylo to velmi praktické

při hledání přátel v jazycích, ve kterých je komplikované vypsat celé jméno, nebo v případech, že lidé mají stejná jména,“ napsal ve středu na blogu technologický ředitel podniku Mike Schroepfer.

Sběrači dat díky e-mailovým adresám a telefonním číslům, které si mezi sebou hackeři vyměňují či které jsou na internetu dostupné, mohli pomocí zmíněné funkce Facebooku získat jména osob a další osobní informace, jako jsou místo bydliště či zaměstnání.

„Vzhledem k rozsahu a propracovanosti aktivity, kterou jsme zaznamenali, si myslíme, že veřejné profily většiny uživatelů Facebooku mohly být takto prozkoumány,“ uvedl Schroepfer.

Šéf společnosti Facebook Mark Zuckerberg se příští týden zúčastní dvou slyšení v kongresových výborech o zneužívání osobních údajů britskou konzultační firmou Cambridge Analytica. Zuckerberg byl pozván na schůzi právního a obchodního výboru Senátu a na zasedání energetického a obchodního výboru Sněmovny reprezentantů.

Zuckerbergova firma je několik týdnů pod palbou kritiky, že nezabránila britské společnosti v přístupu k údajům možná až 87 milionů uživatelů. Cambridge Analytica data využila k podpoře volební kampaně Donalda Trumpa. Sám Zuckerberg se za incident omluvil. **ČTK, MET**



Miloš Zeman na Slovensku

Český prezident Miloš Zeman při včerejší návštěvě Vysokých Tatier označil za poslední česko-slovenský problém neexistenci Českého domu v Bratislavě. Chce jej vyřešit do konce svého mandátu.

AP

INZERCE

TENTO INZERÁT PLATÍ JAKO SLEVA 25% Z PLNÉHO VSTUPNÉHO.

12. - 15. 4. 2018



Narcis



ELEGANCE



**REGIONY ČR
NA KOLE A PO VODĚ**

**Výstaviště Lysá nad Labem
Masarykova 1727, 289 22 Lysá nad Labem,
e-mail: vll@vll.cz, www.vll.cz**

Zprávy krátce

Hranici s Mexikem ochrání Národní garda

Americký prezident Donald Trump ve středu podepsal vyhlášku, která ukládá Národní gardě účast při ostraze hranice s Mexikem. V memorandu určeném ministru obrany a vnitřní bezpečnosti uvedl, že situace na hrani-

cích dosáhla krizového stavu. Zdůraznil, že je třeba zabránit pašování drog a zastavit proud migrantů. Trumpovo nařízení přivítali guvernéri Nového Mexika a Texasu. Odmítá ho naopak Mexiko. Tamní Senát vyzval prezidenta Enriqueho Peňu Nietu, aby dočasně pozastavil spolupráci s USA v oblasti migrační a bezpečnostní politiky. **ČTK**

DOBROVOLNÉ STAŽENÍ VADNÉ ŠARŽE OLEJOVÝCH RADIÁTORŮ SENCOR SOH 3009BE

Společnost FAST ČR a.s. žádá zákazníky, kteří si zakoupili olejový radiátor Sencor SOH 3009BE výrobní série 2016300912 (naleznete na typovém štítku) v časovém horizontu od února 2017, aby ho přinesli zpět na prodejnu, kde výrobek zakoupili, kde jim bude vyměněn za jiný nebo jim bude vrácena plná kupní cena.

Na základě vlastního šetření, bylo zjištěno, že za určitých technických podmínek, může při provozu předmětného výrobku dojít k natlakování radiátoru a případnému úniku horké olejové náplně.

**Omlouváme se
za případné nepříjemnosti.**

Více informací na
www.sencor.cz/dobrovolne-stazeni

Kolagen je pro tělo důležitý, prozradíme vám proč

V posledních letech jakoby se s kolagenovými přípravky pytel roztrhl. Bílkovinu mládí, jak se kolagen s oblibou zvykle přezdívat, seženete v tabletech, práscích, krémech, v lékárnách, drogeriích či dokonce v soláriích. Není však kolagen jako kolagen. A už vůbec není jedno, v jaké formě ho užíváte, aby v těle účinkoval, jak má. Věděli jste, že kolagen není důležitý jen pro naše zdraví, ale i pro naši pokožku? Kolagen, respektive kolagenová vlákna pomáhají pokožce udržet si pevnost a pružnost a pomáhají navíc předcházet vzniku vrásek, tvorbě akné či černých teček. A věděli jste také, že úbytek kolagenu může dokonce i bolet? V podstatě platí, že s každým úbytkem kolagenu dochází k problémům s pohybovým aparátem. Snižuje se totiž ochrana chrupavek a šlach, a dochází k rychlejšímu opotřebení. Ale jak tomu zabránit? Ani ten největší kosmetický zázrak vám v souboji s časem nepomůže, pokud tělu nedodáte to, v co s věkem přirozeně přichází. Právě díky kolagenu si mladá pleť uchovává ty užasně vlastnosti, kvůli kterým si po třicítce kupujeme jeden drahý krém za druhým. Od 25. roku života bohužel jeho přirozená produkce klesá a jeho úbytek se nepříznivě projevuje i na vzhledu. Naštěstí lze kolagen tělu dodat.

Proč je pro naše tělo důležitý?

Kolagen, základní stavební hmota v našem těle, tvoří pojivové tkáně pohybového aparátu. Představuje 30% všech bílkovin v těle, a dokonce až 70% sušiny kloubních chrupavek. Tato vlákna, ve vodě nerozpustná bí-

lkovina tvoří nejen strukturu kostí a kloubů, ale i vazů, šlach, chrupavek a kůže. Zatímco si ho naše tělo v mladém věku dokáže plně vyprodukovat samo, vyživuje klouby, zlepšuje pohyblivost svalů a brání stárnutí kloubních struktur a tkáně. A nejen to. Ne nadarmo se nazývá i bílkovinou mládí! Pokud ho máme dostatek, udržuje nejen naši pleť, ale všechny tkáně v těle dokonale mladé a pružné. Při pravidelném užívání funguje kolagen, pokud je do těla dodáván ve správné formě zároveň jako elixír zdraví a mládí - dokáže vyhladit drobné vrásky, výrazně zvýšit elasticitu pokožky, zesvětlit pigmentové skvrny, intenzivně hydratovat suchou pleť, zda výrazně zlepšit kvalitu a růst vlasů. Zpomalí tak proces stárnutí tím tělu nejprírozenějším způsobem.

Když kolagen tak od Inca Collagen

Na trhu najdete množství přípravků s obsahem kolagenu, od krému, gelu, pilulky po injekci. Kolagen může pocházet z různých zdrojů, nejčastěji se využívá vepřový kolagen. Je tu však i jiný, daleko účinnější přípravek vyráběný šetrnou metodou, díky které je zachována vysoká dávka účinné látky. Jde o 100% Bio-Aktivní mořský kolagen od Inca Collagen.

Pro tělo nejpřirozenější

Inca Collagen má vysoký obsah kolagenu, až 3000 mg v jedné denní dávce, což je 400krát více, než má průměrný kolagenový produkt na trhu. Tělo s ním zachází stejně, jako by si ho vyrobilo samo, distribuuje ho po těle a využívá podle své aktuální potřeby. Inca Collagen je unikátní i formou

prášku, který se rozpouští ve vodě a pije. Právě tato konzistence je jedinou, při níž zůstane zachována bio-aktivita kolagenu. Inca Collagen je ve srovnání s jinými výjimečný i tím, že je tříložkový! Co to znamená? Že neobsahuje (na rozdíl od mnoha běžných srovnatelných produktů na trhu) jen jeden, ale rovnou tři druhy kolagenu - kolagen typu I, II i III! Inca Collagen je tak odpovědí na mnoho otázek. Jeho užíváním udržíme tělo zdravé a krásné mnohem déle, než příroda naplánovala. Některé projevy nedostatku kolagenu může Inca Collagen i zcela zvrátit.



Inca Collagen seženete v lékárnách a na webu www.incacollegen.cz.

Kuřáci. Cigarety je připraví o víc než dvě desítky let života

Profesorka Eva Králíková je přední českou lékařkou zabývající se problematikou kouření, cigaret a jejich vlivu na lidské zdraví. Na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy v Praze a v Centru pro závislé na tabáku VFN pomáhá těm, kteří se snaží přestat kouřit, a k této činnosti motivuje i mediky.

Je těžké propagovat nekouření, když prezident řekne, ať děti začnou s kouřením až v 27 letech jako on, že pak je to bez rizika?

To tomu samozřejmě nepomůže. Ale dnes je podpora daleko větší než před léty. Zejména medicí si to uvědomují. Doufám, že další generace lékařů se bude víc zajímat o kouření svých pacientů a sama kouřit nebude.

Vy sama jste ale taky kouřila. Jak se to přihodilo?

Kouřila jsem od šestnácti do dvaadvaceti třiaadvaceti. Než jsem si uvědomila a poznala, co je to za svinstvo.

Kdy zjistilo lidstvo, že kouření škodí?

Už někdy ve středověku. Začalo se to lámat v polovině minulého století. První práce, která to jasně dokázala, pocházela od britského lékaře Richarda Dolla a vznikla v roce 1950. Bohužel, až padesát let poté, kdy epidemie vypuška ve Spojených státech.

Epidemie?



Profesorka Eva Králíková

MAFRA

Ano. V Americe vymysleli stroje, které dokázaly balit a sypat cigarety ve velkém, svět se jimi kolem roku 1900 začal zahlcovat.

Proč se to ale začalo zkoumat až v 50. letech?

Následek, tedy úmrtí a nemoci způsobené kouřením, se projeví asi s třicetiletým zpožděním. Dnes tedy umíráme tak, jak jsme kouřili před třiceti lety. První nemocí, u které se to jasně prokázalo, byla rakovina plic. Ta je z devadesáti procent způsobena kouřením. Co se ale třeba České republiky týká, víc kuřáků umře spíš na infarkt a mrtvici. Rakovina plic se týká „jen“ kolem patnácti procent kuřá-

ků. A někteří lidé jsou rezistentní.

Vratme se k panu Dollovi. Na co přišel?

Bylo mu 37 let a rád kouřil. V té době se významně zvýšil výskyt rakoviny plic. Hlavně u mužů - ženy totiž ještě nekouřily dost dlouho. Doll si myslel, že za to mohou výfukové plyny aut a třeba práce při asfaltování silnic, to přece dělají hlavně muži. Začal to zkoumat a vyšlo mu, že s asfaltováním a auty rakovina plic nesouvisí, na rozdíl od kouření cigaret. Když Doll viděl své výsledky, okamžitě přestal kouřit. A pustil se do padesátiletého sledování čtyřiceti tisíc britských lékařů.

Byl první, koho napadlo sledovat nějakou skupinu kvůli kouření a do budoucna. Na praktickém pozorování ukázal, jaký je rozdíl v délce života mezi kuřáky a nekuřáky. Dožil se téměř sta let, umřel v roce 2005. Taky díky němu kouří v Británii asi jen dvě procenta lékařů.

Kolik našich lékařů kouří?

Asi patnáct procent a čtyřicet procent sester. Klesá to. Učím budoucí lékaře, mezi nimi je kuřáků velmi málo.

Jaký je rozdíl v dožití kuřáka a nekuřáka?

V České republice asi sedm a půl roku. Než jsme vstupovali do Evropské unie, argumentoval Philip Morris mezi našimi zákonodárci, že když se lidé dožijí nižšího věku, ušetří stát na zdravotní péči a penzích. Byl z toho mezinárodní skandál a museli se omluvit.

Kdyby kuřáci umřeli o sedm a půl roku dřív, asi by to výhodné bylo, ne?

Problém je v tom, že půlka kuřáků je rezistentní a život jim to nezkrátí vůbec. Budou žít stejně dlouho, jako by nekouřili. Ta půlka, co umře, což je v průměru asi 16 tisíc každý rok v České republice, ztrácí patnáct let života. Asi tři čtvrtiny z nich ale zemře dřív o 22 let. Kouření vás tedy buď nezabije vůbec, nebo brzo. Těch 22 let života je doba, která zasáhne do ekonomicky aktivní části života,

Více najdete na WWW.METRO.CZ

a navíc, než umřeme, pokud to není něco náhlého, býváme práce neschopní, invalidní. Jinými slovy, kuřáci si na svoji zdravotní péči nestačí vydělat. Ztráta produktivních let je největší položkou v nákladech na kouření. A to nemluvíme o nákladech na další škody, například sedm procent všech požárů u nás je způsobeno cigaretami.

Občas se celebrity vyléčene z rakoviny chlubí, že jim lékař doporučil, ať kouří dál, že to pro tělo bude menší šok. Co vy na to?

Celebrity může říct cokoli. Pokud to opravdu nějaký lékař říká, tak to jsou výrazy v rozporu s medicínou posledních desetiletí. Poškození nejen jejich slavného pacienta, ale i ostatní. Jako mýtus, že pět cigaret denně během těhotenství neškodí a dítě nebude stresované. To jsem také ze strany známých slyšela. Ještě se nepodařilo najít zdroj, vědeckou práci, kde by se něco takového psalo. Je těžké říkat pacientovi, že po léčení nemá kouřit ani jednu cigaretu, když vám pak poví: Co mi tu vykládáte, ten a ten má určitě nejlepšího lékaře a ten mu řekl, aby nepřestal.



PAVEL HRABICA
pavel.hrabica@metro.cz

Sudoku

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

Napište svou bublinu



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



Počasí

DNES	ZÍTRA	NEDELE	PONDĚLÍ
Min. 10 Max. 14	Min. 15 Max. 19	Min. 16 Max. 20	Min. 18 Max. 22

Stupeň zátěže pro dnešek: bio 1
Mírná zátěž. Stupeň zátěže umožňuje běžný denní režim bez omezení, pouze s přihlédnutím k aktuálnímu zdravotnímu stavu.
Teplotní rekord: 23,8 °C
Rok výskytu: 1961

Kvíz

- Podkarpatský zbojník Nikola Šuhaj se stal legendou díky literárnímu ztvárnění spisovatelem:
a) A. Jiráskem
b) I. Olbrachtem
c) O. Březinou
- Anglický lékař William Harvey objevil existenci krevního oběhu. Tento objev publikoval roku:
a) 1528
b) 1628
c) 1728
- Jako první člověk na světě si zavola mobilním telefonem před 45 lety manažer firmy:
a) Motorola
b) Nokia
c) Samsung
- Mezinárodní den dětské knihy k výročí narození Hanse Christiana Andersena se slaví od roku:
a) 1937
b) 1967
c) 1997
- Americký seriál Dallas začal před 40 lety. Jeho poslední díl se vysílá 3. května:
a) 1981
b) 1991
c) 2001

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

ČT1

- 12:20 Předpověď počasí, Sportovní zprávy, Události v regionech plus
- 12:30 Sama doma
- 14:00 Tajemství hradu v Karpatech
- 15:40 Neobyčejné životy
- 16:35 Polopatě
- 17:30 AZ-kvíz
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 Kde domov můj?
- 18:55 Události za okamžik a počasí
- 19:00 Události
- 19:50 Branky, body, vteřiny



20:00 Četnické humoresky (31/39)
 Krimiseriál (ČR, 2007). Složitý případ vraždy uprostřed milostného trojúhelníku řeší nový a velmi aktivní člen pátráčky. Hrají: T. Töpfer, I. Trojan, V. Preiss, A. Goldflam a další. Režie A. Moskaľky, P. Moskaľkyová Solo

- 21:30 13. komnata Jana Kuželky
- 21:55 Všechnopárty
- 22:49 Výsledky losování Šťastných 10
- 22:50 Hercule Poirot
- 23:40 Případy detektiva Murdocha XI
- 00:25 AZ-kvíz
- 00:50 Banánové rybičky
- 01:25 Na forbině TM
- 02:05 Chalupa je hra

ČT2

- 12:30 Království divočiny: Mořští lovci
- 13:00 Chcete mě?
- 13:25 Podtrženo, sečteno! (13/13) Seriál
- 13:40 Antonov 225 Mrjja
- 14:30 Postřehy odjinud
- 14:40 Tenis: Česko-Izrael
- 14:40 Přímý přenos utkání evropsko-africké zóny tenisového Davis Cupu z Ostravy
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce
- 19:55 Postřehy odjinud



20:00 Zázračná planeta: Úžasný svět domácích mazlíčků (1/4)
 Jak se to všechno seběhlo, že se psi stali našimi věrnými milovanými společníky? Z kolekcí BBC Earth

- 20:50 Hledání ztracených Mayů
- 21:45 Půlnoční slunce (1/8)
- 22:40 Půlnoční slunce (2/8)
- 23:40 Ceta 211 – vězeňské peklo Drama (Fr./Sp., 2009)
- 01:30 Trabantem Jižní Amerikou (6/12)
- 01:55 Evropa dnes
- 02:20 Ritaúly
- 02:40 Diakon – služba i poslání
- 03:05 Na moll
- 03:50 Divnopis

NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:30 Krok za krokem VI (6)
- 12:50 Ordinance v růžové zahradě 2 (179)
- 14:05 Odložené případy II (19)
- 15:00 Odložené případy II (20)
- 15:55 Námořní vyšetřovací služba VII (10)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Co na to Češi
- 18:25 Ulice (34/40)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



20:20 Příběh kmotra
 Krimifilm (ČR, 2013). Policiejní vyšetřovatel Cajthaml s buldočí vytrvalostí sleduje život mafiánského kmotra Vedrala, který se z veškláka postupně vypracoval na šedou eminenci české politiky. Hrají: O. Vetchý, L. Vaculík, J. Vondráček, J. Dvořák, V. Kerekes, K. Hádek, P. Nečas, F. Kaňkovský a další. Režie P. Nikolaev

- 22:20 Expendables: Postradatelní 3 Akční film (Fr./USA, 2014)
- 00:45 Odložené případy II (19)
- 01:35 Odložené případy II (20)
- 02:15 Námořní vyšetřovací služba VII (10)
- 03:15 Co na to Češi

PRIMA

- 12:15 Polední zprávy
- 12:30 Jake a Tlusťoch V (22)
- 13:30 Doktor z hor: Ordinance v růžové zahradě 2 (179)
- 14:30 Komisař Rex IV (14) Kněz v ohrožení
- 15:30 Komisař Rex IV (15) Strašlivá pravda
- 16:35 Odpolední zprávy
- 16:50 Policie v akci
- 17:50 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimi zprávy
- 19:40 Divožky
- 19:55 TOP STAR



20:15 Vraždy na přelomu století (1)
 Krimiseriál (Pol., 2017). Zkušený detektiv Jan Edigey-Korycki si uvědomí, že skutečný vrah jeho matky je patrně stále na svobodě, když jsou nalezeny další podobné zmrzačené oběti. Hrají: P. Malaszyński, E. Lubos, A. Próchniaková a další

- 21:20 Divočina Dobrodružný film (USA, 2014)
- 23:45 Policie v akci
- 00:40 Komisař Rex IV (14) Krimiseriál (N/Rak., 1998)
- 01:45 Komisař Rex IV (15)
- 02:45 Prostřeno!
- 03:45 Doktor z hor: Nové příběhy VII (10)

PRIMA COOL

- 12:20 Futurama V (7)
- 12:50 Simpsonovi XV (4, 5)
- 13:40 COOLfeed
- 13:50 Simpsonovi XV (6)
- 14:20 Simpsonovi XV (7)
- 14:50 Teorie velkého třesku X (16, 17)
- 15:40 Futurama V (8)
- 16:05 Americký chopper V (19)
- 17:00 Top Gear XVII
- 18:15 Simpsonovi XV (8)
- 18:45 Simpsonovi XV (9)
- 19:15 Simpsonovi XV (10)
- 19:45 Simpsonovi XV (11)
- 20:05 COOLfeed



20:15 A-Team: Poslední mise
 Čtyři bývalí členové elitní armádní jednotky skončí kvůli nastraženému pasti ve vězení. Protože jsou ale trénovaní zvládnout všechno, podaří se jim uprchnout. Akční komedie (USA, 2010). Hrají: L. Neeson, B. Cooper, S. Copley a další. Režie J. Carnahan

- 22:45 Grizzly: Pomsta šelmy Horor (Kan., 2006)
- 00:40 Americký chopper V (19) Seriál (USA, 2007)
- 01:40 Všemocný (14) Krimiseriál (USA, 2015)
- 02:35 Ztracená archa (2)
- 03:20 Všemocný (14) Krimiseriál (USA, 2015)
- 04:20 Ztracená archa (2)

ÓČKO



- 06:00 Ranní fresh
- 07:00 InstaExpres
- 07:05 Ranní fresh
- 09:00 Zpátečka
- 10:00 Óčko hity
- 12:00 Óčko news
- 12:05 Óčko hity
- 13:00 Óčko trendy
- 14:00 Óčko news
- 14:05 Óčko trendy
- 15:00 Óčko news
- 15:05 Óčko trendy
- 15:30 SMASH!
- 15:35 Svět komiksů
- 15:35 Óčko trendy
- 17:00 Óčko news Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neutěče
- 17:05 Novinky
- 18:00 Óčko trendy
- 19:00 Óčko news Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neutěče
- 19:05 Moje desítka Top 10 klipů podle diváka Óčka
- 20:00 Óčko hity Klipy nonstop
- 21:00 CZ & SK České a slovenské klipy
- 22:00 Digital Love Novinky ze světa EDM
- 22:30 Party ride Dance music pro všechny
- 01:00 Óčko flirt Óčko klipů se vzáky diváků Óčka

Sloupek

ALEŠ
VAVŘINECKOUČ
A PRŮVODCE VNITŘNÍ TRANSFORMACÍ

SUPERPOČÍTAČ

Představte si, že máte doma superpočítač, který vám dokáže splnit každé přání. A představte si, že ho nemáte doma, ale přímo ve své hlavě. Váš mozek je váš superpočítač, který vám v životě splní jakoukoli vaši objednávku. Stačí ho jen správně naprogramovat. A ten nejlepší způsob je pomocí vaší pozornosti. Právě to, na co pravidelně myslíte, je jakýsi objednávkový formulář pro váš mozek. Kam směřujete vlastní pozornost a čemu věříte, to se váš superpočítač snaží splnit. Myslíte na zklamání? Budete zklamaní. Myslíte na úspěch? Budete úspěšní. Stejně jako váš počítač na stole ani mozek nezkoumá, jaké

Cítát

**Myslíte na zklamání?
Budete zklamaní.
Myslíte na úspěch?
Budete úspěšní.**

nému nastavení je otázka – co chcete ve svém životě? Chcete tam úspěch, zdraví a příjemné zážitky? Pak je načase začít svému mozku nabízet představy, které vás k vytoženému cíli dovedou. Vytvořte si svou vlastní osobní vizi a představu života, který chcete žít. Směřujte svou pozornost primárně na to, co v životě chcete. Na to dobré a pozitivní. Přehrávejte si ve své mysli takové mentální filmy a scénáře, které s touto vizí korespondují. Pokud se chcete mít dobře, musíte mít nejdřív dobré myšlenky. Ještě jsem nepoklátil skeptika nebo pessimistu, kterému by se dlouhodobě dařilo a byl šťastný. Budete-li den za dnem myslet na to, že se věci podaří, budou se dařit. Uvědomte si, že každou vteřinu svého života máte na výběr, jak se svou pozorností naložíte a jak bude váš život vypadat. Vy máte tu moc. Využijte ji!

Dopisy a vzkazy

Potřeba jsou
i zelené plochy

Musím reagovat na článek Příbytky bezdomovců nově nahradí úředníci. Je to další důkaz pražského trendu rozvoj = zastavění. Už se to ukazuje na nádraží Smíchov a Masarykovu, kde na brownfieldech vrostou betonové krabice. Asi je to tím, že na IPR sedí hlavně architekti. Ti vidí jen domy, a ne to, že i zelené plochy jsou potřeba. Nejen pro vodní a tepelný režim, a tedy energetiku města, ale hlavně pro ticho, odpočinek a relaxaci lidí. Místo parků se do děr v dlažbě zasadí pár malých stromečků – asi aby nekonkurovaly okolním domům. Zastavování volných ploch taky znamená víc aut do dusičného centra. Tisíce kanceláří v Bubnech by třeba na magistrálu přivedly další tisíce aut. A to se magistrála prý zklidní – už na to byly zaplacené studie. Nemělo by město konečně myslet ne na developery, ale na lidi a říct: Tento stohektarový brownfield v Bubnech se přemění v park?

TOMÁŠ KRČMA, PRAHA

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

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

Výrok dne



„Barcelona je natolik dobrá, že nepotřebuje pomoc sudích.“

**EUSEBIO DI FRANCESCO
TRENÉR FOTBALISTŮ AS ŘÍM**

Při prohře 1:4 ve čtvrtfinále Ligy mistrů v Barceloně nizozemský rozhodčí Danny Makkelie upřel italskému celku dvě penalty.

Impuls pro Metro

VTIP TÝDNE
S DOBRÝM
KORCEM

Šéf říká podřízenému:
„Už jsi zase přišel pozdě,
to je tento týden potřetí,
víš, co to znamená?“
„No, že je středa?“

Tak jsem si polohlasně
v obýváku povzdychl:
„Sakra, proč ty
největší blbci mají
ty nejkrásnější ženy?“
A z kuchyně se ozvalo:
„Ty můj lichotníku!“

Vtip Vlasty Korce poslouchejte
každé úřední ráno v 8.50
na Radiu Impuls.

INZERCE

HOROSKOP
na pátek 6. 4.

OSOBNÍ HOROSKOP!
Sestavím vám spolehlivou prognózu do budoucnosti!
Pište SMS ve tvaru 63LBJ a vaše datum narození na číslo 904 30 55 nebo volejte na 906 70 30 35

Astroložka
Margareta

	Beran 21/3–20/4 Na jaře se má začít s pořádným úklidem. Nepotřebujete doma totiž vnášet chaos i do vašeho života. Dnes popadněte smeták a do toho!		Váhy 23/9–23/10 Máte dobrou náladu, ale vaše dospívající ratolesti vás o ni dnes spolehlivě připraví. No, vzpomeňte si na sebe v jejich věku.
	Býk 21/4–21/5 Rozhodnete se zavolat dnes odborníkovi a zkontrolovat s ním úpravy vašeho domova, které vás nedávno napadly. Volte dobře!		Štír 24/10–22/11 Dnes budete marně hledat věc, kterou nutně potřebujete. Je to vaše chyba, která vás aspoň donutí naplánovat si pořádný úklid.
	Blíženci 22/5–21/6 I když se snažíte brát ohled na věk svých dětí a přidělovat jim úkoly, na které stačí, dnes se vám opět povede šlápnout vedle.		Střelec 23/11–21/12 Ze svého domova si můžete udělat úžasně místo. Abyste se tam cítili dobře, stačí někdy jen změnit dekorace. Dnes to zkuste!
	Rak 22/6–22/7 Žena ve vaší rodině je od počátku roku činitelem vyvolávajícím konflikty v širokém příbuzenstvu. Dnes přijde řada na vás.		Kozoroh 22/12–20/1 Nosíte-li v hlavě delší dobu nějaký nápad na zvelebení vašeho domova, pusťte se do něj hned dnes. Chce to jen fantazii!
	Lev 23/7–22/8 Vneste si jaro domů. Kupte si hrnkové květiny a vzdobte si jimi svůj domov. Pohled na jejich křehkou krásu vás zahřeje.		Vodnář 21/1–20/2 Večerní zpráva potěší celou vaši rodinu. Tak se pusťte do oslavování, ráno nemusíte vstávat do práce. Pořádně to rozjeďte.
	Panna 23/8–22/9 Pokud vás dnes navštíví řemeslník, je třeba se jim dívat pod prsty a sledovat, co dělají. V tomto měsíci je to důležité.		Ryby 21/2–20/3 Aby toho dnes všeho nebylo málo, váš domácí mazlíček nevypadá dobře. Jděte s ním raději hned na veterinu, aby ho prohlédli.

Řešení sudoku

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

Anketa Zmírnili byste takzvaný protikuřácký zákon?



Bohumila Tušková
Už ani ne. Zvykla jsem si na to, jak to je. A je to lepší.



Adam Křišťůfek
Každý podnik by si měl vybrat – kuřácky, nebo nekuřácky.



Ávina Stašina
Kde se nevaří, nevidím důvod, proč by se nemohlo kouřit.

Komiks. Divadlo S+H hraje zítra od 14.00 a od 16.30 představení Hurvínek mezi osly



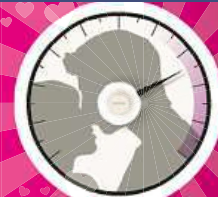
LÁSKOMĚŘ!

Ověřte si, jak se k sobě HODÍTE!

JEDINEČNÁ ŠANCE!

Pošlete SMS ve tvaru 85RZE a vaše data narození na 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



POMŮČKA: ETON LNICE MAKO,RCL	POSMRTNÁ SCHRÁNKA	NEPOTŘEBNÝ ZBYTEK	BÝV.SPZ MĚLNÍKA	ANGLICKÁ SPOJKA		TVÉ OSOBE	LIBERECKÁ ROZHLAS. STANICE	ANGLICKÉ ZAJMENO	1	LUČNÍ BYLINA		BÝV.SPZ SEMIL	LUNAR ORBITER (ZKR.)	SAMOČINNÉ PŘÍSTROJE	CHATA Z KLAD	TEŽ
HL.MĚSTO ITALIE (ORIGIN.)					KAPAVKA (LIDOVĚ)						LIBÝ POCIT					
JEMENSKÝ PŘÍSTAV					SŮL KYSEL. OCTOVĚ						JMÉNO KOCKY					
					ZNAČKA ZEHLÍČEK						LUDOLFOVO ČÍSLO					
INICIÁLY SPISOVAT. POLAČKA			SPORTOVNÍ ČTYRHRA					JIHOAMER. ZÁBA					MASTNOTA			
			PŘENEŠENÝ PRYT					1000 KG					OBILNINA			
ANGLICKY "UCHO"				TEBE									ŽENY (NÁŘECÍM)			
				INIC.HERCE MENSÍKA			TAKOVÍ						SLOV.UKAZ. ZAJMENO			
ŽENA, KTERÉ ZEMŘEL MANŽEL						BÁRVA V KARTÁCH						PRACOVNÍ KOLEKTIV			HON	ITALSKÁ ČÍSLOVKA
						ČESKÝ BÁSNÍK						VOLNÝ DO- MÁCÍ PLÁŠT				
	HÝŘENÍ (ZASTAR.)	DOVEDNOST			PODNIK V PEČKÁCH					2						
		JINDE			JEDNODUCHÝ STROJ					DRUH ŽRALOKA						
FREE ON BOARD (ZKR.)				TAJNĚ								ANGLICKÉ MĚSTO				
				NĚMECKÁ SOUKROMÁ TV STANICE								POBÍDKA				
CHEM.ZN. RADONU			RAMENO (KNÍŽNĚ)					SPOJOVACÍ ZAKOP					POLNÍ PLEVEL			
			INTERHOTEL (ZKR.)					PŘEDLOŽKA					ŠPANĚLSKÝ ČLEN			
DIVČÍ JMÉNO							NEPOCTIVĚ							MAMINKA SE PTÁ TRÍLETÉ ANIČKY: „COPAK JSI, ANIČKO, DNESKA VENKU DĚLALA?“ „TO, CO DĚLAJÍ PTÁČCI.“ „JO? TY JSI ZPÍVALA A PÍSKALA?“ „NE,“ (V TAJENCE)		
GEO- METRICKÉ TĚLESO							TRHAVINA									

Autorka: Hana Křížová

Tajenka: papala jsem zřádu

**MÓDA
PROSTĚJOV**

STOP!

OBLEK

**OD
ŠOKUJÍCÍCH
899,-Kč**

Vážení zákazníci! Připravili jsme pro Vás mimořádnou akci dámských bavlněných halenek se slevou 50 % (od 169,- Kč). Dále Vám nabízíme naprosto nepřekonatelný velikostní sortiment pánských obleků se slevou minimálně 30 % (obleky tedy od 899,- Kč). Dále si můžete vybrat z nové kolekce pánských opasků, košil, kravat a kalhot. Přijďte výhodně nakoupit. Akce platí do vyprodání zásob. Těšíme se na Vás!

www.modaprostejov.cz

PRAHA , Vinohradská 123	OLOMOUČ , Slovenská 3
PLZEŇ , Klatovská třída 5, č.p. 112	OSTRAVA 9 , Marián. Hory, 28. října 190/208
PARDUBICE , Smilova 566	NOVÝ JIČÍN , Masarykovo nám. 18
ČESKÉ BUDĚJOVICE 6 , Lannova třída 135/34	VSETÍN , Svárov 681
JINDŘICHŮV HRADEC , roh ul. Klášterská a Masaryk. nám.	ZLÍN , Štefánikova 151/19
JIHLAVA , Masarykovo náměstí 36	KROMĚŘÍŽ , Vodní 79
ZNOJMO , Zámečnická 290	STARÉ MĚSTO u Uh. Hradiště, Hradištská 618

S VZP k moři. Pro děti na tři týdny za tři tisíce



Černá Hora. Místo pobytu dětských klientů VZP.

VZP

Už sto tisíc dětí vyvezla Všeobecná zdravotní pojišťovna (VZP) k moři za pětadvacet let fungování projektu Mořský koník.

Léčebně-ozdravné pobyty mají podle lékařů nezpochybnitelný přínos pro nemocné s alergiemi či kožními a dýchacími problémy. Letos vůbec poprvé se jich mohou zúčastnit i děti s celiakií.

„Celkem v létě plánujeme vypravit k Černému a Jaderskému moři tři tisíce dětí od 7 do nedovršených 16 let. To je skoro dvakrát více než loni,“ upozornila náměstkyně ředitele VZP Petra Pevná. Třítýdenní turnusy začínají v červnu a končí v září. Tři týdny jsou podle odborníků naprosto ne-

zbytné k tomu, aby se příznivé vlivy pobytu u moře mohly u nemocných dětí projevit. Žádná jiná pojišťovna přitom tak dlouhé pobyty nezajišťuje.

Děti mají u moře, kam odletí letadlem, zajištěný kompletní servis, jídlo, kulturní i sportovní program, nepřetržitý dohled a lékařskou péči... Rodiče zaplatí jen třetinu ceny pobytu. Ta se liší podle termínu. Nejnižší spoluúčast jen 3400 korun.

Zájemce o léčebně-ozdravné pobyty musí splňovat indikační kritéria. Ta najdou spolu s dalšími informacemi na internetových stránkách VZP. Poradit se je samozřejmě možné i na kterékoliv pobočce VZP.

Kometa prohrála, musí jet do Plzně

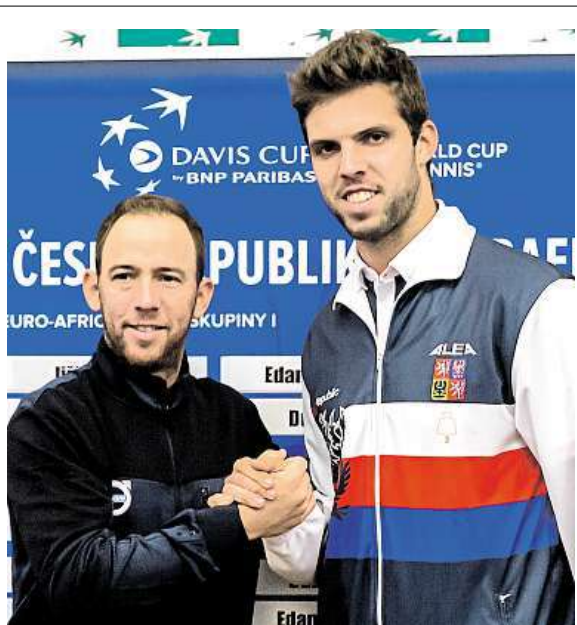
Vítězná šňůra Komety skončila.

Brněnští hokejisté zvítězili v extraligovém play-off třináctkrát za sebou, výhru s pořadovým číslem 14 ale nepřidali. Plzeň totiž zvítězila ve čtvrtém semifinále na brněnském ledě 2:1 a vynutila si prodloužení série. Kometa tak nevyužila první šanci postoupit znovu po roce do finále. Série pokračuje v sobotu na západě Čech.

Co nedokázali svěřenci kouče Martina Straky ve středu, kdy měli většinu zápasu navrch a stejně nakonec padli, zvládli o den později. V napínavé bitvě díky produktivnímu Kracíkovi a výbornému brankáři Miroslavu Svobodovi ukončili fantastickou sérii Komety, která započala loni 6. dubna na ledě hradeckého Mountfieldu. **IDNES.cz**



Brankář Brna Marek Čiliak právě inkasuje druhý gól. **ČTK**



Bojují o návrat mezi elitu

Týmová jednička Jiří Veselý (vpravo) zahájí utkáním s Edanem Lešemem zápas českých tenistů v druhé divizi Davisova poháru proti Izraeli v Ostravě. Na antuce v hale v Porubě se dnes začne hrát v 15.00. Poté nastoupí ke své premiéře ve dvouhře v soutěži Adam Pavlášek, proti němuž se postaví Dudi Sela (vlevo). Čeští tenisté začínají v soutěži o salátovou misu novou éru bez bývalých opor Tomáše Berdycha a Radka Štěpánka, s nimiž získali tituly v letech 2012 a 2013. Potřebují vyhrát, aby postoupili do zářijové baráže o návrat mezi elitu. **ČTK**

Zprávy krátce

Dopoval. Hned dostal padáka

Ostravský basketbalista Michael Medvecký měl pozitivní dopingový nále. Vedení desátého celku NBL mu proto vypovědělo smlouvu. Nedovolnou látku klub ani Česká basketbalová federace zveřejnit nemohou.

Poběží i Dafne

Dvojnásobná mistryně světa v běhu na 200 metrů Dafne Schippersová z Nizozemska bude jednou z hvězd mítinku Zlatá tretina. Do Ostravy 13. června zamíří k oštěpařskému souboji Česka proti světu i vynikající Němci – olympijský vítěz Thomas Röhler a mistr světa Johannes Vetter.

Pomohl soupeři

Fotbalový trenér Karel Brückner a tenisový kapitán Jiří Medonos obdrželi od Českého klubu fair play hlavní ceny za celoživotní postoje. Hlavní cenu za čin obdržel cyklista Michal Bubílek. Ten v etapovém závodu horských kol pomohl soupeři, ačkoli se tím připravil o celkové vítězství. **ČTK**

INZERCE

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

Cestování - nabídka

Hotel Radějov - Lučina 400 - Radějov u Strážnice - okres Hodonín - Jižní Morava

NABÍDKA SENIORI 50+
 pobyt pro stále aktivní na Jižní Moravě
TÝDENNÍ POBYT S POLOPENZÍ
 sedmá noc ZDARMA, večere ZDARMA,
 odpolední káva ZDARMA, neobsazené lůžko ZDARMA

JEDNORÁZOVÝ VSTUP DO WELLNESS ZDARMA
 19.5. - 26.5., 26.5. - 2.6., 2.6. - 9.6.

~~4 620,-~~ po slevě **3 300,- Kč**
 pokoj kategorie standard***

~~5 670,-~~ po slevě **4 200,- Kč**
 pokoj kategorie superior****

snídaně - švédské stoly, tříhodové večere - výběr ze čtyř jídel.

rezervace: 602 582 462 www.hotel-radejov.cz
 recepce: 518 337 533

LÁZNĚ BÜKFÜRDÖ, MAĎARSKO

12. 4. - 15. 4., 28. 4. - 1. 5.

5.390 Kč

Hotel RÉPCE***
 3x ubytování s polopenzí
 3x vstupné do lázní
 hotelové wellness
 vypůjčení županu
 doprava autobusem
 delegátský servis

Tel.: 321 712 313 www.ckcesta.cz

Práce - nabídka

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

Starozitnosti

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

Finance - nabídka

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



Intimní

E.M.A. Europes.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, tech. zajišťuje Materna, jen pro starší 18let, 15sm/50Kč, 1min/90Kč v DPH, max. délka hovoru 13 minut, www.ema.bz, www.platmobilem.cz



• Najdi si vdanou ženu z Prahy! 100% diskrétní! Piš SMS ve tvaru 95XDB a text na 909 15 50

• Dostanu poslední šanci a zažiju ještě krásy kvalitního SEXU? Dúchodkyně Jarmila 67. Volej mi na 909 90 99 25 nebo pošli SMS na 909 15 40 s kódem 40CCX a tvůj text!

• Muž je často na cestách. Zaspásujeme si? K.(33). Tel: 909 801 801 kód FPF84



• Ženská obličej tvarů! Prozkoumej zákoutí mého smyslného těla! Kypré boky, velké poprsí... vše je ti k dispozici! Jana (44)! Volej 909 80 50 40 nebo mi napiš SMS na 909 15 45 s kódem 15CZP a tvůj text!





Way of Life!

4x4
ALLGRIP

IGNIS

Nový úhel pohledu



Kompaktní crossover 4x4

- pohon ALLGRIP Auto 4x4
- asistent prokluzu kol Grip Control
- asistent rozjezdu do kopce HHC
- asistent sjíždění svahu HDC
- autonomní brzdění RBS
- LED světlomety
- SUZUKI Smartphone audio s navigací a parkovací kamerou

www.suzuki.cz

od **253.300 Kč**

Suzuki Ignis 1.2 DUALJET: emise CO₂ 104 g/km, kombinovaná spotřeba 4,6 l/100 km. Fotografie je pouze ilustrativní.