

ROZDÁVÁME iPHONE KAŽDOU HODINU



**Nejnovější
iPhone SE**

Akce platí od 1. 6. do 25. 6. 2016.
Více na www.alza.cz/letnivanocce

Letní vánoce na  **alza.cz**

SRB DJOKOVIČ POPRVÉ VYHRÁL FRENCH OPEN

JE OSMÝ TENISTA, KTERÝ ZDOLAL VŠECHNY ČTYŘI GRANDSLAMY STRANA 17

metro

PRAHA

Pondělí, 6. června 2016

Č. 109, www.metro.cz
Svátek slaví: Norbert

Min. 20°
Max. 24°

Nejčtenější noviny v Praze

Hackeři útočí. Rozjeli tiše válku proti státu

Přichází internetová bouře. Virtuální útočníci jsou proti státním úřadům. **Regulace.** Hackerům vadí zákon omezující svobodu internetu. **Očekávejte nás.** Hrozí další útoky. **Hesla.** Nemáme je bezpečná STRANA 8



Přes jedenáct tisíc lidí prožilo v Praze barevné šílenství

V sobotu se v metropoli běžel druhý ročník ve světě populární akce The Color Run. Nad očekávání byla naplněna kapacita a dorazilo přes 11 tisíc milovníků barev a zábavy, kteří vyběhli z holešovického Výstaviště na nejbarevnějších a nejšťastnějších pět kilometrů tohoto roku. The Color Run má kořeny ve Spojených státech. Zcela první barevný běh se konal v roce 2011 a probíhá každý rok ve stovkách měst v asi 40 zemích světa. „Lidé prostě milují, když mohou zahodit starosti za hlavu a alespoň jeden den v roce si prostě trochu hrát,“ říká organizátor běhu Petr Manich.

THE COLOUR RUN

Český autobus zasáhly střely

Cestující, kteří se vraceli v sobotu večer ze Španělska, spali a odpočívali. Projížděli jižní Francií, když do skla autobusu cosi udeřilo. Nebyl to kámen, ale výstřely, byl prý cítit i střílný prach. Policisté se domnívají, že neznámý střelec páčil z lovecké zbraně. STRANA 9

Dětský ostrov čeká proměna

Je to velká ostuda uprostřed Prahy. Dětský ostrov dnes připomíná spíš džungli než místo pro radovánky dětí, jak napovídá jeho název. Ale to by se za rok mělo změnit. Zpustošený ostrov bude rozdělen na tři části, kde si na své přijdou nejmenší děti, ty starší i teenageři. STRANA 2

Ivan Mládek bude hvězda Kašpárkohraní

Koncerty Ivana Mládka či Jaroslava Uhlíře, průvody na chůdách či divadelní představení. To je rodinný festival Kašpárkohraní, který proběhne v neděli na pražské Letné. STRANA 10

Džungle na ostrově za rok zmizí

Ostuda uprostřed Prahy – Dětský ostrov – nabídne místo na hraní pro všechny.

Na tři části má být rozdělen dnes zrušený Dětský ostrov – bude tu hřiště pro nejmenší nejbliž u vchodu, prostor pro starší děti o kus dál a pak hřiště pro teenagery. „Podle nového návrhu, který jsme teď veřejnosti předložili, bude dětské hřiště ještě větší, než bylo původní, jeho rozloha by měla být cca. 2600 metrů čtverečních,“ doplnil informace o dlouho očekávané rekonstrukci hřiště starosta Prahy 5 Radek Klíma. Děti si na ostrově hrály naposledy na jaře 2013, pak se Prahou přehnala velká voda. Na ostrově si tak už více než tři roky hrají na hřištích zarostlých křovisky maximálně kočky.

Nekonečné průtahy s opravou nenechaly chladné místní občany. Ti sepsali petici. „Chtěli jsme upozornit na to, že se s ostrovem dlouho nic neděje. Je to již několik let a hřiště je stále zavřené,“ říká

Jakub Suchel, který je se zhruba tisíci dalšími lidmi pod peticí podepsaný.

Průtahy ale nejsou to jediné, co se místním nelíbilo. Radnice Prahy 5 v dubnu představila studii budoucí podoby ostrova. Ta se ale s nadšením nesetkala. Lidé k ní měli přes 50 připomínek. „Na ostrově bychom chtěli umístit pískoviště, dětské hrací prvky, sportoviště a odpočinková místa s lavičkami a dále si přejeme, aby hřiště nesloužilo jiným účelům než odpočinku a sportu, a aby na hřišti nebyly jakékoliv placené aktivity dětí a rodičů,“ shrnul požadavky Suchel.

Nyní to konečně vypadá, že se radnice a lidé shodli. „Oproti minulé studii se například veřejný prostor rozšiřuje až k břehům ostrova, víc ho napojuje na vodu. Bude tu například sociální zázemí, přebalovací prostory či možnost občerstvení,“ uvedl Klíma. Studie počítá i s povodněmi. Pokud někdy ostrov opět zmizí pod hladinou Vltavy, o herní prvky nepřijde. Ty totiž půjdou odmontovat.



MAREK HYŘ
marek.hyř@metro.cz



Fotografie najdete na WWW.METRO.CZ

Dětský ostrov zarůstá keři. Děti se na něj vrátí až příští jaro.

2x METRO, MČS

Ostrov hrůzy

V ošklivé místo se proměnil během tří let.

- **Červen 2013.** Ostrov poničila povodeň. Poté se začalo s přípravou revitalizace ostrova.
- **V roce 2014** se do výběrového řízení na rekonstrukci ostrova nikdo nepřihlásil. Podle radni-

ce Prahy 5 byl na vině špatně nastavený projekt rekonstrukce, který připravilo předchozí vedení. V projektu byla předpokládána nereálně nízká cena.

- **Duben 2016.** Radnice představila nový projekt. Na ten se snesla od místních vlna kritiky.

- **Květen 2016.** Byl představen přepracovaný návrh rekonstrukce.

- První úpravy by na Dětském ostrově měly začít na podzim a během jara příštího roku se hřiště otevře veřejnosti. Na obnovu ostrova vyhradila radnice z rozpočtu pro letošní rok 21,5 milionu korun.

INZERCE

Hlavní město Praha

vyhlašuje výzvu k předkládání žádostí o podporu do Operačního programu Praha – pól růstu ČR.

Žádosti o finanční podporu lze podávat v rámci prioritní osy 1 Posílení výzkumu, technologického rozvoje a inovací:

Výzva č. 8: 1.1.2 Zadávání veřejných zakázek v předobchodní fázi

Podporované aktivity:

Realizace veřejných zakázek v předobchodní fázi (pre-commercial public procurement – PCP) na služby v oblasti výzkumu a vývoje, jejichž cílem je vyvinout nová řešení odpovídající potřebám veřejného sektoru

Oprávněnými žadateli pro výzvu č. 8 jsou hlavní město Praha, městské části hl. m. Prahy a organizace zřízené a založené hl. m. Prahou a městskými částmi hl. m. Prahy.

Konzultace projektových záměrů do této výzvy probíhají do 28. 2. 2017.

Příjem žádostí o podporu do těchto výzev bude probíhat od 1. 7. 2016 do 31. 3. 2017 prostřednictvím monitorovacího systému MS2014+.

Veškeré informace o vyhlášených výzvách naleznete na: www.prahafondy.eu.

Kypr • Řecko
řecké ostrovy

26 let
spolupráce

1990
–2016

Slevy až 30 %

Katalog zasíláme ZDARMA

LAST MINUTE – Pobytové zájezdy u moře. Děti od 6 990 Kč

Zajišťujeme svozy až z 88 míst ČR na/z letiště v Praze. Komplexní cestovní pojištění v ceně.

	Termín	Dny	Ubytování	Strava	Cena (Kč)
Zakynthos	→ 08.06. - 18.06.	11	ST	BS	6 990
Zakynthos	→ 08.06. - 18.06.	11	H3*	ALL	9 990
Chania	→ 08.06. - 18.06.	11	H3*	PP	9 990
Chania	→ 08.06. - 18.06.	11	H3*	ALL	12 990
Rhodos	→ 09.06. - 20.06.	12	H2+*	PP+	8 990
Rhodos	→ 09.06. - 20.06.	12	H3*	ALL	9 990
Korfu	→ 09.06. - 20.06.	12	ST	BS	6 990
Korfu	→ 09.06. - 20.06.	12	H2+*	PP	7 990
Kypr	→ 09.06. - 20.06.	12	H3*	PP	12 990
Kypr	→ 09.06. - 20.06.	12	H3*	ALL	16 990
Limnos	→ 10.06. - 21.06.	12	H4*	ALL	13 990
Thassos	→ 16.06. - 27.06.	12	H3*	PP	14 990
Chalkidiki	→ 16.06. - 27.06.	12	H3*	ALL	16 990
Peloponés	→ 16.06. - 27.06.	12	ST	BS	10 490
Peloponés	→ 16.06. - 27.06.	12	H3+*	PP	13 490
Zakynthos z Brna	→ 17.06. - 28.06.	12	H3*	PP	14 990

H – hotel, ST – studio, BS – bez stravy, PP – polopenze, PP+ – s nápojem u večere, ALL – all inclusive, VE – večere

Kupón 300 Kč /dospělá osoba Sleva platí na nákup jakéhokoliv zájezdu z nabídky CKVTT. Slevu je možné uplatnit při nákupu zájezdu přímo v CKVTT nebo u kteréhokoliv prodejce. Tato sleva je slučitelná s jinými slevami či akcemi.

platí do
20. 6. 2016

VTT – Praha 2, Ječná 10, tel.: 224 920 177, info@vtt.cz, Brno – Josefská 8, tel.: 542 210 736, brno@vtt.cz
zelená linka: 800 100 130 - www.vtt.cz - www.facebook.com/ck.vtt

V Liboci se bojí, že zastaví Šárku

O všech návrzích se bude ještě jednat.

Na konci května odevzdali urbanisté a architekti z Institutu plánování a rozvoje Prahy (IPR) nový metropolitní územní plán. Ten teď budí velké emoce.

Například lidé v Liboci se obávají, že chce magistrát podle plánu vytvořit novou dominantu Prahy – výškovou, až desetipodlažní zástav-

bu v těsné blízkosti rezervace Divoká Šárka. Vyplývá to z návrhu plánu a informací z radnice Prahy 6, na které upozornil server Liboc.info. Podle něj autoři plánu chtějí otevřít výškové zástavbě úzký pás území lemující Divokou Šárku od McDonald's až po pražský okruh, tedy v délce zhruba 1,5 kilometru.

Institut ale obavy mírní. „Rozumíme tomu, že tento návrh budí vášně,“ uvedl mluvčí IPR Adam Švejda. Podle něj se jedná pouze o návrh, následo-

vat budou čtyři roky projednávání a hledání konsenzu o tom, jak má území vypadat.

„Vstupujeme do diskuse s myšlenkou, že by se Evropská spojovací letiště s centrem měla stát jakousi branou Prahy,“ uvedl Švejda. Bulvárem, který všem jasně ukáže, že právě vjíždí do evropsky významné metropole. „Rádi bychom se vedle toho ujistili, že Divokou Šárku jako takovou vedeme jako jedno z přísně chráněných nezastavitelných území,“ dodal Švejda. **ROW**

Územní plán. Týká se všech

Co to je a jak metropolitní územní plán změní město vysvětluje ředitel Institutu plánování a rozvoje Petr Hlaváček.



Petr Hlaváček

MAFRA

Co je to metropolitní územní plán?

Metropolitní plán říká, kde se může stavět a jaké plochy naopak musí zůstat nezastavitelné. Zároveň určuje základní pravidla, jak mají být nové budovy velké nebo určuje, kde má být park. Přípravovat se začal v roce 2012.

Proč vzniká?

Ten současný platí už od roku 1999 a neodpovídá současným nárokům na město. Praze přinese klíčovou novinku – výškovou regulaci pro budovy na celém území měs-

ta. To znamená, že bude jasné, kolik pater může kde vzniknout. To Praha doteď neměla, takže mohly výškové budovy vznikat nahodile.

Další inovací bude, že plán bude poprvé v historii dostupný v přehledné webové aplikaci, takže si každý bude moci zobrazit jen to území a infor-

mace, které ho zajímají.

Týká se i Pražanů nebo jen radnic a developerů?

Týká se všech. Majitelům pozemků dává jasná pravidla, co mohou a co nemohou postavit a jak to má na své okolí působit. Takže neřeší, jestli má v budově být cukrárna nebo ordinace. Pro náš příjemný dojem z města je totiž důležitější, jestli nová výstavba respektuje okolí, aby nevznikaly pětipatrové bytovky ve vilové čtvrti nebo obří neprůchodní areály v blokovém městě jako je třeba Smíchov. **ROW**

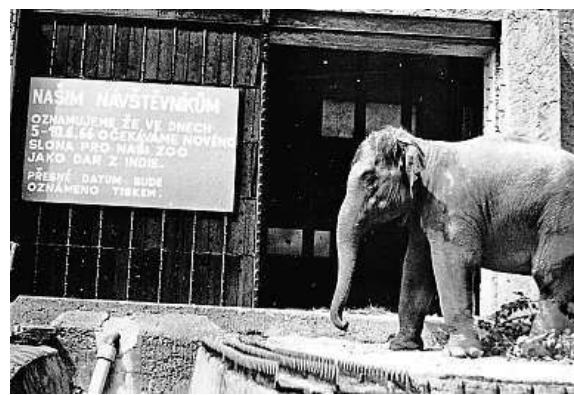
Více najdete na

WWW.METRO.CZ



Slonice slaví padesátku

Druhá nejstarší obyvatelka pražské zoo, slonice Gulab včera oslavila padesáté výročí příjezdu do zahrady. Byla darem od indického obchodníka, jenž zavítal do Česka. Pouze jedna samička plameňáka kubánského, žije v zahradě déle než ona. Gulab přicestovala v sedmi letech z Bombaje. Její získání bylo tehdy podle ředitele zoo Miroslava Bobka až překvapivě jednoduché. Když obchodník odjížděl, tak se ptal, co by pro svou pražskou hostitelku mohl udělat. Ta prý v nadsázce řekla: „Dejte nám do zoo slona,“ popsal ředitel. Obchodník přání splnil. Gulab byla převezena na obchodní lodi Jiskra z Bombaje do Říjky a pak jela na nákladním autě do Prahy. **ČTK, ZOO PRAHA**



INZERCE

Den otevřených dveří

Sobota 11.6. od 10:00 do 16:00

TĚŠTE SE NA:

- Dobré jídlo a pití
- Hudební doprovod a zábavný program pro celou rodinu
- Prohlídky servisního zázemí, klempírní a lakovny
- Předváděcí jízdy s nejnovějšími modely
- Stánek pracovních příležitostí
- Stánek firemních lékařů - měření tlaku a zraku, BMI...



AUTOJAROV®

Osiková 2, Praha 3
www.autojarov.cz

Fanoušek skládaček: Češi na kolech – někteří jako blázni

Ondřej Brunecký je jeden z největších propagátorů skládacích kol u nás. Poté, co několik let pobýval v Anglii, kde na skládačkách prováděl prohlídky uliček Londýna a podílel se na tvorbě britských mezinárodních závodů jen pro tato kola, se opět vrátil do Čech, aby tento způsob dopravy propagoval i tady. Sám ale netušil, jakým bude průkopníkem. Skládačky má totiž téměř každý Čech spojené spíš s minulostí. „Nejsou to ale skládačky z minulé éry. Tyhle se dají opravdu složit a suprově se na nich jezdí,“ říká cyklista Brunecký.

Jak se liší tuzemští cyklisté od těch zahraničních? Jsou něčím specifičtí?

Lišíme se poměrem pohodových a těch rádoby sportovních cyklistů. U nás má každý druhý cyklista potřebu se navléct do sportovního dresu počmáraného reklamou

a koupit si kolo i za desítky tisíc a pak jezdí po cyklostezkách kolem Vltavy. Samozřejmě nechci křivdit i těm opravdu sportovním cyklistům, ale je to takový náš kolorit, hrát si na sportovce pod vlajkou nějaké značky či týmu.

A jak vypadají cyklisté jinde?

Venku je daleko větší podíl cyklistů - nesportovců v civilních a společenských šatech. Lidí, co se na kolech přemisťují, rekreačně pojíždějí a nehoní sportovní výkony. Souvisí to i s mentalitou - díky tomu jsou kola například ve Španělsku či Itálii úplně jiná, s daleko menším zastoupením kol sportovních.

Vozíte do Čech skládačky, tedy typicky městská kola. Nemají k nim Češi občas předsudky?

Tahle otázka mi jde z duše.



„Budte k sobě ohleduplnější,“ říká Brunecký. ARCHIV OB

Ano mají, a přitom úplně zbytečně. Setkáváme se s tím denně, že lidé říkají, skládačka, malá kola, to se člověk strašně nadře. Ale ono je to s tou fyzikou trošku složitější a řada dnešních skládaček má větší odpich a menší valivý odpor než většina hor-

ských kol! Tedy je to opravdu už jen zažitá kliše.

Je něco, co vás na cyklistice občas štve?

Takové to zbytečné kolonování, škatulkování a rozbroje mezi motoristy, cyklisty a chodci. Všichni jsme lidé,

někdy jdeme pěšky někdy jedeme autem někdy na kole. Netřeba se nějak vyhroňovat proti ostatním. Důležitá je obecná forma vzájemné tolerance a neřítit se jako blázen, ať už na kole nebo za volantem. Cyklista také nemusí být nutně exot v elastákách, ale je to jen normální člověk, který měl to štěstí, že zažil radost z aktivního přesunu po městě na kole.

Jste propagátor dovolené na kole. Může si na ní člověk opravdu odpočinout?

Obecně jsem spíše zastáncem aktivní dovolené než té „na pupku“. Náramně si s celou rodinou užívám pravidelně cyklistickou dovolenou v jižních Čechách - ráji cyklistů. Máme menší děti a ty to moc baví, a je jedno jestli jedou zrovna ve vozíku nebo na svém kole. Není přece potřeba hltat desítky kilometrů. FILIP JAROŠEVSKÝ

INZERCE

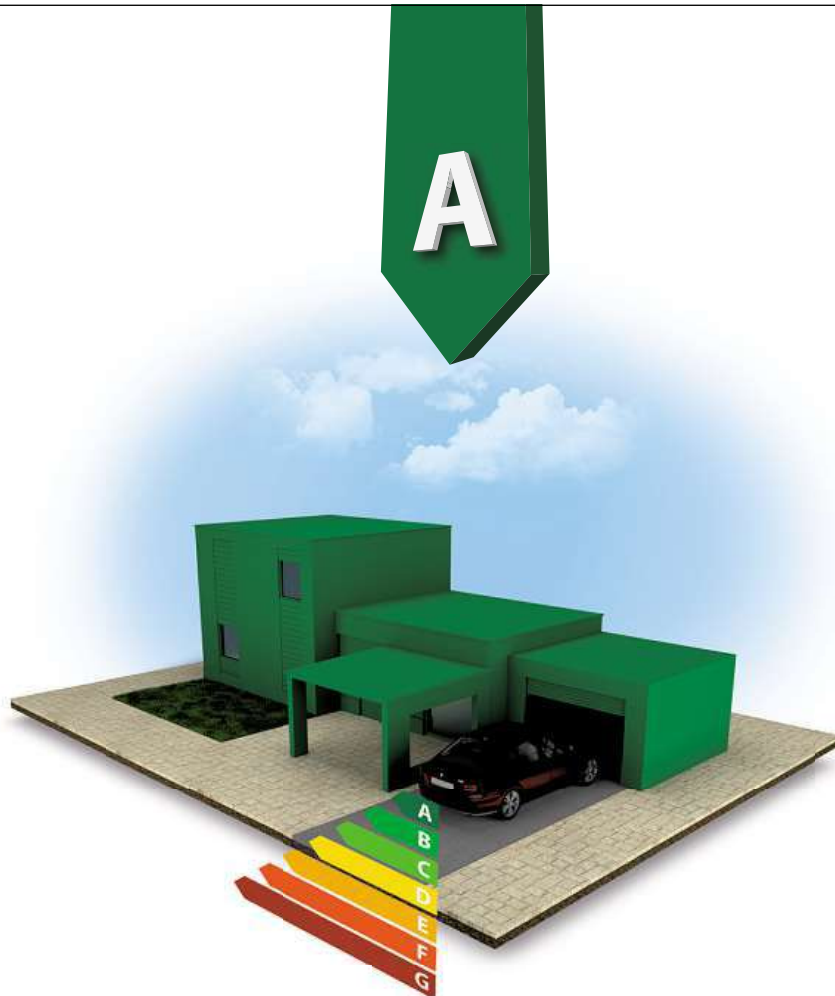
NA PRVNÍ POHLED VIDÍTE, KOLIK UŠETŘÍTE



Díky průkazu energetické náročnosti budov snadno poznáte náklady na energetický provoz daného objektu a vyhnete se skrytým nebo zbytečným výdajům. Například u rodinného domu jsou u energetické třídy **A** průměrné náklady **8 000 až 28 000 Kč ročně**, zatímco u třídy **C** mohou průměrné náklady dosáhnout **56 000 Kč ročně**.



MINISTERSTVO
PRŮMYSLU A OBCHODU



www.vitekolikusetrite.cz

Jak čisto je v metru?

V bílých rukavičkách vyrazili do MHD redaktoři serveru Expres.cz.

Zamířili do metra, tramvaje i autobusu a tam všude otestovali, jak dopadne kontakt bílých rukaviček se sedačkami a madly. Pro pokus si zvolili vlak na lince B. Osahali nejprve látkové sedačky, poté madla. Zatímco sedačky vyvázly se ctí, od madla se bílá rukavice pěkně zamazala.

Autobus byl při testování naopak velkým překvapením. Ve většině vozů jsou kožené sedačky, redaktoři očekávali, že budou nejčistší. Opak byl ale pravdou, záhyby červených sedáků byly opravdovou „chuťovkou“. A tyče na držení také nic moc.

Podobně dopadly v testu tramvaje. Textilní sedačky do-

padly dobře, totéž se ale nedalo říct o držadlech. Bílá rukavice po přejetí madla už nebyla bílá.

Jak často se uklízí v MHD? Každá souprava metra prochází denně úklidem, připraví totiž milion a půl cestujících. Denně se zametá, vytírá, odstraňují graffiti, otírají rámy, madla. Zhruba každé tři dny se pak souprava mechanicky omývá zvenku. Dopravní podnik má v depu speciální myčku na soupravy. Každé tři až čtyři týdny se dělá úklid větší.

Znečištěné sedáky se mění okamžitě. Ušpiněný nahradí čistý. To platí v případě, že je nejen znečištěný, potrhaný ale že se na něm najdou jakékoliv známky poškození či vblednutí. Každých šest až osm měsíců probíhá kompletní výměna sedáků. Úklidová firma sundá všech 220 sedáků v soupravě, vypere je a poškozené vyřadí. **MET**



Traktory před Rudolfinem

Na náměstí Jana Palacha se včera ráno sjely historické traktory Václava Svobody vyráběné v Kosmonosech u Mladé Boleslavi. Na výstavu veteránů přivezli své unikátní stroje členové Svoboda Traktor Klubu ČR. Důvodem bylo připomenutí, že poprvé byl traktor představen na Hospodářské výstavě v Praze. **JARMILA KOSTKANOVÁ**

Zprávy krátce

Je to kluk, hrdě hlásí ředitel zoo

Gorilí mládě, které se koncem dubna nečekaně narodilo v trojské zoo, je sameček. Na svém twitterovém účtu o tom včera informoval ředitel zahrady Miroslav Bobek. Ode dneška pak může veřejnost zasílat návrhy na pojmenování gorilího kluka. Křtiny se uskuteční v neděli 19. června.

Vlaky na jih už jezdí normálně

Včera v poledne byl obnoven plný provoz na trati mezi hlavním nádražím a Vršovicemi, kde mimořádně část spojů končila. Spojení bylo omezené od minulého pátku, kdy trať ve vinohradském tunelu poškodil vykolejený vlak. Drážní inspekce vyčíslila škodu na vlaku na 430 tisíc korun a na trati na 450 tisíc Kč. **ROW**

ADVERTORIAL

Jak strávit volný večer? Uspořádejte grilovačku!

Léto už se jasně hlásí o slovo a s ním přicházejí i teplé večery. Ty jsou jako stvořené pro oblíbené grilování. Když navíc zvolíte správné suroviny a kombinace chutí, povýšíte vaši party na jedinečný gurmánský zážitek. V obchodech Albert je zákazníkům vždy k dispozici široká nabídka masa, zeleniny, bylinek a koření.

Češi jsou svým kladným vztahem k jídlu známi, proto není divu, že grilování je jednou z našich nejoblíbenějších aktivit. Například obchodní řetězec Albert do své sezónní nabídky zařadil pestrou škálu produktů, které všichni milovníci venkovního kulinářství jistě ocení.

Patří k nim zejména speciálně kořeněná a upravená masa do burgerů - stačí je jen hodit na gril. Můžete také vybírat z mnoha druhů marinovaných výrobků, s jejichž přípravou si ne-

musíte dělat vůbec žádné starosti.

Pokud před plavkovou sezónou hlídáte kalorie, jistě vám přijde vhod zajímavá nabídka kuřecího masa. Na pultech prodejen Albert najdete české výrobky od značky Vodňanská drůbež, která je zárukou kvality a čerstvosti. Ke grilování se hodí kuřecí řízky, které se dají připravit na nespočet způsobů. Pokud chcete jen tak na chuť užít bovat, sáhněte po kuřecích křídlech nebo lahodných kuřecích paličkách.



Přihodte na gril zeleninu

Nejen kvůli štíhlé linii, ale především skvělé chuti nesmí vedle masa či burgerů na grilu chybět zelenina. Tu oceníte především v horukém počasí, protože je lehká, a navíc vám příprava zabere pouze pár minut. Stačí ji osolit, posypat kořením a pokapat olivovým olejem. Perfektně budou z grilu chutnat lilky, cukety, papriky nebo rajčata. Chybu neuděláte ani s absolutní klasikou - pečenými bramborami nebo aromatickou cibulí. Pokud navíc zeleninu připravíte rychle a sníte hned po sundání z grilu, neztratí vitamíny a prospěšné látky.

Russell James: K syrové stravě mě přivedl půst v Thajsku

Britský kuchař Russell James patří v současnosti ke světové špičce v takzvané živé gastronomii. O co jde? Podstatou rawfood, tedy syrové nebo živé stravy, je způsob přípravy a výběr surovin. Tepelná úprava jinak chemicky zpracované zeleniny, ovoce, semen, oříšků, bylin, koření či řas nesmí překročit 42 °C. Své kuchařské umění předvedl Russell James, kterého časopis The Times označil za nejlepšího raw šéfkuchaře na ostrovech, o víkendů na RawFestu na Štvanici.

Kdy jste pro sebe objevil raw kuchyni a jak na vás tehdy zapůsobila?

Popravdě, když jsem se s ní poprvé setkal, přišla mi příliš extrémní. Představa, že nebudu jíst nic jiného než ovoce, zeleninu, ořechy a semena, mě nijak nenadchla. Vše se změnilo až na thajském ostrově Koh Samui, kde jsem se rozhodl držet půst. Vyzkoušel jsem, co to obnáší, a zamiloval jsem se do té myšlenky. Pátý den bez jídla jsem si po-

prvé v životě četl raw kuchařku a vše, co se v ní psalo, mi najednou dávalo smysl.

Vy jste raw kuchyni propadl po pěti dnech bez jídla?

Jasně, když si čtete recepty pátý den, co nejíte, bude se vám jakékoli jídlo zdát úžasné (smích). Ale nadchlo mě i to, že by mi tento způsob stravování mohl pomoci zbavit se akné, které mě do té doby trápilo sedm let.

Jak populární je živá gastronomie v Británii?

Jsou lidé, kteří si k ní cestu našli, jsou i tací, kteří ji ignorují. Asi jako všude na světě. Mě ale spíš zajímá, jak pomoci lidem, kteří se pro ni nadchli, než se snažit přesvědčit někoho, kdo nechce.

Jak se to má s rawfood a tradiční britskou kuchyní, je na co navazovat?

Upřímně? Spíš ne. Když si představím britskou kuchyni, vybaví se mi pečená domácí nebo hospodská jídla. Ale jako národ už asi víme, že ze-



Russell James v sobotu připravoval raw sendviče. LIFEFOOD.CZ

lenina, třeba i vařená, je pro naše zdraví velmi důležitá.

Co je podle vás na syrové kuchyni nejpřírodnější?

Asi to, že je to skutečné jídlo a že si ho připravujete sami. Dokonce i když někdo nejí jen raw, tak určité zastoupení rawfood v jídelníčku zvyšuje podíl zkonsumovaného čerstvého jídla, což se pozitivně projevuje na zdraví. Když si na to zvyknete, začnete se zbavovat věcí, které vám neprospívají. Ať už jde o některé potraviny nebo je-

Recepty Russella Jamese

Russell James nyní chystá svoji první knižní raw kuchařku.

- Pokud umíte anglicky, najdete recepty na raw pokrmy od Russella Jamese zdarma na webu therawchef.com

doovat látky, které už máte v těle, až po některé aktivity, se kterými už nechcete ztrácet čas. Ani vypadat zdravěji, mladě a vitálně není úplně k zahzení.

Jaké je vaše nejoblíbenější raw jídlo?

Miluju raw tacos a nemůžu se jich nabažit. Vždycky, když nějaké udělám, tak se pak sám sebe ptám, proč je nedělám častěji.

Je pro vás maso v syrové podobě tabu?

Ne, to není, malý počet lidí, co se takto stravují, ho jí. Ale já ne, a to z vícero důvodů. I když vám nedělá problém konzumovat maso z etických důvodů, je zde problém s parazity, kterému bych se osobně radši vyhnul.

Jaké jsou aktuální trendy v raw kuchyni?

Velmi populární je teď kurkuma. Lidé si ji dávají do ovocných šťáv a dělají si z ní čaj. Mnoho lidí začíná s živým stravováním ze zdravotních důvodů a také kvůli tomu, že se ptají, odkud pochází jídlo, které dříve normálně jedli. Což znamená, že se zajímají o to, jaký dopad má jejich způsob stravování na naši planetu. **ALEŠ MEČÍŘ**

INZERCE

ZEMAN[®]ovy ceny:

od 6. 6. do 12. 6. 2016

SLEVA VEPŘOVÉHO MASA

NA VYBRANÉ DRUHY AŽ 30%

ČESKÉ MASA, Z ČESKÝCH FAREM, Z ČESKÝCH JATEK, OD ČESKÉHO ŘEZNÍKA

<p>Uzený bok s kostí</p> <div style="background-color: #e91e63; color: white; padding: 5px; display: inline-block;"> <p style="font-size: 2em; margin: 0;">85,-</p> <p style="font-size: small; margin: 0;">/ 1 kg</p> <p style="font-size: x-small; margin: 0;">94,-</p> </div>	<p>Vysočina</p> <div style="background-color: #e91e63; color: white; padding: 5px; display: inline-block;"> <p style="font-size: 2em; margin: 0;">13,50</p> <p style="font-size: small; margin: 0;">/ 100 g</p> <p style="font-size: x-small; margin: 0;">14,20</p> </div>
<p>Zauzená šunka Delikates</p> <div style="background-color: #e91e63; color: white; padding: 5px; display: inline-block;"> <p style="font-size: 2em; margin: 0;">13,90</p> <p style="font-size: small; margin: 0;">/ 100 g</p> <p style="font-size: x-small; margin: 0;">15,90</p> </div> <p style="font-size: x-small;">(tř. jakosti standard)</p>	<p>Vídeňské párky se sýrem</p> <div style="background-color: #e91e63; color: white; padding: 5px; display: inline-block;"> <p style="font-size: 2em; margin: 0;">12,90</p> <p style="font-size: small; margin: 0;">/ 100 g</p> <p style="font-size: x-small; margin: 0;">14,90</p> </div>
<p>Špekáčky výběrové</p> <div style="background-color: #e91e63; color: white; padding: 5px; display: inline-block;"> <p style="font-size: 2em; margin: 0;">7,90</p> <p style="font-size: small; margin: 0;">/ 100 g</p> <p style="font-size: x-small; margin: 0;">SLEVA 20%</p> </div>	<p>Vinná klobása</p> <div style="background-color: #e91e63; color: white; padding: 5px; display: inline-block;"> <p style="font-size: 2em; margin: 0;">9,90</p> <p style="font-size: small; margin: 0;">/ 100 g</p> <p style="font-size: x-small; margin: 0;">11,90</p> </div>

SMS soutěž: [více na: www.prodejnyzeman.cz](http://www.prodejnyzeman.cz)

GRILOVÁNÍ SE ZEMANEM

hleďte symbol a VYHRAJTE

partner soutěže: **penzo.cz** (rahařada národního bazény)

VÍCE JAK 1.600 CEN!

Číslo dne

123

Tolik bylo loni v Praze uspořádáno kongresů. To z ní dělá 11. nejoblíbenější místo.

VLASY i ve stáří

Již delší dobu sleduji v médiích prezentaci vlasové kosmetiky THERMAL proti vypadávání vlasů. Vesměs všichni v rodině výrobky používají a jsou s nimi velmi spokojeni, prostě super. Jedná se však o mé děti a vnoučata, která jsou cirká o 30 let mladší než já. Chtěl bych vědět, zda tyto přípravky mohou pomoci člověku, kterému je 76 let.

pan Olin z Mělníka

Přírodní vlasová kosmetika THERMAL se těší velké oblibě u lidí, kteří se potýkají s problémy nadměrného vypadávání vlasů, jelikož opravdu pomáhá. Jedna vlasová kúra stojí cca 990 Kč a jak jistě víte, lze si zboží objednat včetně návodu i na dobírku. Co se týče vašeho věku, doporučujeme vám obrátit se přímo na firmu, která výrobky v ČR prodává.

KONTAKT: SENS, Komenského 606, Kyjov, 697 01, tel.: 518 615 091

www.thermal-sens.cz



Řeka patřila Primátorkám

Nadvláda osmiveslic Dukly Praha na Primátorkách pokračuje, 103. ročník vyhrála kombinovaná posádka Dukly a ČVK před elitní lodí Dukly. Zástupci klubu se tak radovali na slavné regatě na Vltavě už z 37. vítězství v řadě. V ženské kategorii vyhrála osma Slavie. Mezi skifařkami byla v boji o Stuhu Podolí nejlepší Kristýna Fleissnerová z klubu Bohemians (na snímku).

ČTK

Tipy na dnešní den

KONCERT

Pod vedením hudebníků jako zpěvačka Jana Koubková se uskuteční na Náměstí míru, Karlově náměstí, Andělu, Jungmannově náměstí a Vítězném náměstí mezi 14.30 až 18.00 akce Zpěvomat. Ta vyvrcholí na Náměstí Míru po 18. hodině společ-

ným jamování všech účastníků včetně lektorů.

FILM

Organizátoři ceny Pavla Kouteckého promítnou nominované filmy v rámci Kina Ceny Pavla Kouteckého dnes a zítra v kině Světozor. Ceny budou vyhlášeny ve čtvrtek. **MET**



Bitva pěti armád u Máchova jezera

Les v Doksech zaplavili v sobotu fanoušci Pána prstenů. A odehrála se tu velkolepá bitva. Své síly v ní poměřili fanoušci hollywoodské trilogie Hobit, kteří oblékli autentické kostýmy skřetů, elfů a trpaslíků. Nechyběla ani postava Gandalfa zachyceného při procházce lesem. AP – PETR DAVID JOSEK

Kuba. Největší dlužník Česka

**Kdyby nám všechny stá-
ty zaplatily dluhy, bylo
by Česko bohatší o 37 mi-
liard korun.**

Česká republika měla ke konci loňského roku u ostatních zemí celkové pohledávky za 37,1 miliardy korun, o rok dříve to bylo téměř 35 miliard korun. Nejvyšší dluh má Kuba. Vyplývá to ze zprávy ministerstva financí o stavu a vývoji zahraničních pohledávek ČR, kterou pozítří dostane vláda pro informaci. „Meziroční nárůst pohledávek byl zapříčiněn jednak navýšením o úroky 580,2 milionu korun, především však vlivem kurzových změn

o zhruba 1766,2 milionu korun, neboť většina pohledávek je vedena v amerických dolarech,“ uvedl ministerstvo.

Dluhy vzniklé z civilních úvěrů činily zhruba 18 miliard korun, předloni to bylo necelých 17 miliard korun. Například Irák loni v souladu s dohodou o vypořádání dluhu Česku zaplatil téměř 176 milionů korun. V případě Kuby MF informovalo, že zástupci Česka s představiteli Kuby jednali loni v říjnu. Země dluh uznala a požaduje odpuštění jeho části, zbytek je ochotna při dlouhodobých splátkách hradit v eurech. Kuba dluží Česku v civilních úvěrech přes 6,9 miliardy korun. Pohledávky ze speciálních úvěrů, které podléhají režimu utajení, činily loni přes osm miliard korun, o rok dříve to bylo 7,3 miliardy. **čtk**

Zprávy krátce

Hasiče nikam posílat nebudeme

„Na české hranice kvůli migraci hasiče posílat nebudeme,“ vzkázal prezident Miloš Zemanovi premiér Bohuslav Sobotka. Prezidentův námět je podle něho improvizace, která je hodně vzdálená od reality, a krizi neřeší.

Na Zlínsku hořel autobus se seniory

Na Zlínsku včera před polednem hořel autobus převážející čtyři desítky seniorů. Oheň zasáhl motorovou část, nikoho z cestujících však

neohrozil. Před příjezdem hasičů se požár pokusil uhasit řidič, ale bez úspěchu. Oheň zlikvidovali až hasiči. Seniorský autobus z lázeňského zařízení v Pozlovicích převezl jejich evakuační autobus.

Aplikace pomůže se strachem z létání

Olomoučtí odborníci vytvořili novou mobilní aplikaci, která má pomoci lidem odbourat stres a strach z létání. Vznikla na základě dlouhodobě používaných terapeutických postupů. K odbourání strachu lidem stačí mít po ruce sluchátka a chytrý telefon. Aplikace je provedena jako nácvik relaxačních technik a dýchání. **čtk**



Oznamuji tímto svoji kandidaturu na funkci prezidenta České republiky v roce 2018

Téma: **Naše zdravotnictví**



Vážení čtenáři mého nového seriálu na pokračování:

Dnes vás trochu zklam, protože si tu moc nepočítete. Potřebuji trochu více času a informací na zpracování tohoto důležitého tématu. Proto taky toto téma přeřazuji o týden později, a to na pondělí 13. 6. v MF DNES, Lidových novinách a Metru (Ne, nebojte, není to pátek 13tého!) a 17. 6. v týdeníku 5plus2. ☺

Pokud byste se teď právě začali nudit, protože jste si určitě vyhradili spoustu vašeho času na poklidné čtení mých dlouhých a duchaplných textů (a to jako textař opravdu dovedu, vidíte pane Ovčáčku? ☺....., nebo jsem snad maskovaný pan Horáček?), tak vás místo toho požádám o chvíli přemýšlení o tom, jak byste vy sami přispěli k vylepšení našeho zdravotnictví. Žádný nápad není špatný nápad. Jsou jen nápady, které si já vyberu a použiji, a pak ty, které zůstanou navždy v propadlých dějin. Ty vaše můžete již nyní zasílat na info@scno.cz, což je email připravovaného Sládkova Centra Nespokojených Občanů. Předem již teď děkuji za vaše podněty.

No, a protože mi ještě zbylo trochu prosto-

ru, tak se s vámi podělím o to, co jsem provedl dnes ráno:

Přestože nikdy nesázím a do amerických velkých kasin (včetně kasin pana Trumpa) se chodím čas od času jen podívat na ty lidi, co tam tráví svoji celou dovolenou u herních automatů (hlavně v Las Vegas, Atlantic City, atd.), tak jsem dnes podlehl sázkařskému pokušení (že bych nakonec přece jen byl maskovaný pan Horáček?). Vsadil jsem se s mým partnerem panem Brzoněm o auto. Já jsem mu nabídl svého (veterána) – Ford Mondeo, najeto 400,000 km, on mně zase svého – VW Jetta, najeto cca 250 000 km. To vypadá jako docela vyvážená a férová transakce.

No a vsadili jsme se o to, kolik já vyberu na podporu své kandidatury od vás, občanů České republiky. Já sázím, že to bude 100 mil Kč, on 10. Ten, kdo bude blíže pravdě 31. 5. 2017, ten bere vůz toho druhého. No, a protože já vyhrát chci každou hru, do které se pustím, tak chci vyhrát i tuto. Doufám, že mne v tom podpoříte! I když vyhra jednoho z těchto aut bude dvanáctým darem pro toho více úspěšného. Výherce totiž bude muset na své náklady ekologicky likvidovat dva vraky, ne jen jeden... ☺

Číslo transparentního účtu pro příspěvek na kampaň: 921922923/0600

Zajímá vás osud našeho světa?

Zajímá vás možné elegantní řešení pro naši krásnou a v poslední době i šťastnou a usměvavou zemi? Zajímá vás budoucnost našich dětí a jejich dětí?

Pak čtete moje vlastní možné řešení dopadu utečenecké krize na nás a naši krásnou zemi. Není to ale pouze NUTNÉ ŘEŠENÍ, je to i VELKÁ PŘÍLEŽITOST pro nás všechny, včetně (a hlavně) našich politiků. Příležitost, abychom sebrali důležitou roli v sebeurčení velké části Evropy, ve které žijeme.

Nepromarněme tuto příležitost, kterou vám ve čtvrtek odprezentuji!...

A proto, všichni moji dobří rodáci, čtete mé řešení ve čtvrtek 9. června k pochopení současné migrační krize.

Pokud se vám budou líbit některá z mých řešení, pak mne můžete podpořit v mé placené reklamní činnosti. Můžete poslat váš dar na transparentní účet 921922923/0600 u ReiffaisenBank. Předem vám děkuji a slibuji, že až budu prezidentem v roce 2018 (a dalších 10. letech), tak vás nezklam. A všechny nevyčerpané prostředky budou nakonec použity na charitativní účely.

Důležité: Nechci příspěvky žádných politických stran, samotných politiků, politických uskupení nebo podobných organizací. Nechci příspěvky od žádných radikálních skupin ani skupin aktivistů. Chci zůstat nezávislým. Děkuji předem za pochopení a vaši podporu!

Igor Sládek 3. 6. 2016

Útoků hackerů přibude. Proti státu se rozjíždí tichá válka

Hackeri jdou po státních úřadech. Chtějí upozornit na omezení internetu.

Web Senátu napadli hackeri. V ohrožení byly i stránky policie a ČSSD. Útoky hackerů čelila také Česká tisková kancelář. Všechny útoky se staly za posledních pět týdnů. V anglicky psaném e-mailu oznámili hackeri, hlásící se k mezinárodní hackerské skupině Anonymous, že internetové stránky Senátu shodili, protože byl podle nich schválen zákon omezující svobodu internetu. Senát 26. května posvětil přísnější regulaci hazardu, která umožňuje ministerstvu financí blokovat webové stránky s nepovoleným hazardem. Hackerům vadí celý princip regulace. Bojí se, že ministerstvo bude blokování využívat pro omezení i dalších stránek, a to i s neškodným obsahem. Jestli se hackerské útoky množí, to nikdo nedokáže odhadnout. „Přesné statistiky těchto útoků nejsou k dispozici. Tyto kauzy se však v poslední době dostávají více do médií.“ uvedl pro deník Metro Miroslav Dvořák, technický ředitel společnosti zabývající se počítačovou bezpečností ESET. Právě pozornost je to, co útočníci chtějí. „Tato forma útoku je méně náročná, méně nákladná a útočníci jsou zároveň obtížně dohledatelní. Jedná se o relativně snadno dostupnou službu a mnozí

Největší hackerský útok odnesla síť MySpace

Uživatelům sociální sítě MySpace ukradli hesla. Ohroženo je 400 milionů uživatelů.

- Na černém trhu jsou od konce května nabízena hesla uživatelů sociální sítě MySpace.
- Tato síť dnes sice již nepatří mezi ty nejpobulárnější, nebezpečí útoku ale spočívá v tom, že řada uživatelů používá stej-

né přístupové údaje i k dalším službám.

- Útok na MySpace měl být zahájen už v roce 2013. Že se hackerovi nebo neznámé skupině hackerů podařilo odcizit stovky milionů přístupových údajů, se však ukázalo až před několika dny. Poté, co se na internetu objevila hesla uživatelů, síť útok potvrdila.

- Hacker s přezdívkou Peace hesla nabídl k prodeji za šest bitcoinů, tedy v přepočtu za bezmála 70 tisíc korun.

- V posledních týdnech jde už o třetí velký únik hesel. Na černém trhu se nejprve v květnu objevil balík 167 milionů hesel z profesní sítě LinkedIn, pak 65 milionů přihlašovacích údajů ze sítě Tumblr.



Útokům hackerů už nečelí jen velké instituce. PROFIMEDIA.CZ

toho využívají,“ říká Dvořák. Útokům hackerů však běžně čelí nejen velké instituce. V dubnu se neznámá hackerská skupina zaměřila na jedno z nejstarších českých diskuzních fór Lapiduch.cz. Údajně z tohoto webu odcizili hesla uživatelů. „Server je mo-

mentálně mimo provoz z důvodu narušení bezpečnosti. Domníváme se, že útočník získal databázi uživatelů, obsahující e-mailové adresy a přístupová hesla,“ stojí v prohlášení provozovatelů fóra. Problém je také v tom, že celá řada uživatelů fóra používá stejné nebo podobné přihlašovací údaje i na dalších internetových službách. Proto mohou být ohroženi i jejich další účty. Podobnému útoku čelila i síť MySpace. (viz box).

Útoků v nejbližší době nejspíš přibude. Na své další kroky například upozorňuje sama mezinárodní skupina Anonymous. „Budeme shazovat mnohem více. Jsme legie. Neodpouštíme. Nezapomínáme. Očekávejte nás,“ avizova-

li hackeri ve svém mailovém prohlášení poté, co napadli web Senátu. **MAREK HÝŘ**

Aréna pro boj s hackery

V Řitce u Prahy staví izraelská společnost CyberGym první komerční centrum v Evropě.

- Boj proti hackerům si tam vyzkouší zaměstnanci bank, energetických firem a dopravních či telekomunikačních společností.
- Trénink týmů zaměstnanců zabere pět dní. Výcvik dvaceti lidí z podniku vyjde zhruba na pět milionů korun.

Útočí statisíce počítačů

Stránky Senátu byly na konci května vyřazeny takzvaným DDoS útokem.

- Jedná se o typ útoku, při kterém hackeri naměrují stovky tisíc počítačů na jednu stránku - v tomto případě na web ČSSD. Při takovém množství se pak stránka zhroutí.
- Hackeri také zaútočili na e-mailovou schránku premiéra Bohuslava Sobotky.

INZERCE

MODA Prostějov KONČÍME SLEVNĚ

NAPROSTO VŠE MUSÍ PRYČ!!!

OBLEKY LIKVIDUJEME OD ŠOKUJÍCÍCH 509,- Kč

Absolutně bez kompromisu likvidujeme vybrané druhy pánských obleků již od 509,- Kč! Při nákupu jakéhokoliv obleku (A pozor! Platí i pro novou kolekci Létá 2016), Vám odečteme skvělých 500,- Kč. Stačí při placení odevzdat tento kupon! To znamená, že některé vybrané obleky jsou pak jen pro Vás za super cenu 509,- Kč. A to se vyplatí! Čtete prosím dál! Super akce navíc! Vyprodáváme pánské kalhoty od 97,- Kč za kus! Ceny jsou uvedeny již na slevněných kalhotách! A to ještě není vše! Všechny, ano naprosto všechny košile, likvidujeme od 99,- Kč! Všechny ceny slevněných košil jsou již na nich uvedené. Platí do vyprodání zásob. Platnost kuponu je 7 dnů. Nabízíme velký výběr obleků, košil, kalhot, kravat...! Přijďte si vybrat, těšíme se na Vás!

www.modaprostejov.cz

KDE? PRAHA, Vinohradská 123

5 minut chůze od zastávky metra "FLÓRA" směrem k centru, zastávka tramvaje "Radhošská", vedle Všeobecné zdravotní pojišťovny, naproti restaurace Apetit. Parkování doporučujeme v PALÁCI FLÓRA.

REPORTÁŽE ■ ROZHOVORY
■ INFORMACE ZE ZÁKULISÍ

EURO 2016

PŘEDPLATNÉ JEN ZA 399 Kč

MĚSÍC FOTBALU SE BLÍŽÍ!
Nenechte si ujít rozšířené zpravodajství ze šampionátu ve Francii od 9. 6. v MF DNES.

Předplatné na období 9. 6. - 11. 7. 2016 objednávejte na **225 555 522** nebo na **www.mfdnes.cz/metro**

DNES

Střelec pálil po českém autobusu

Útočník zasáhl ve Francii český autobus zřepu i zezadu, pět zraněných.

Byla sobota půl jedenácté večer, když dvoupatrový český autobus vracející se ze Španělska zasáhly na jihu Francie dva výstřely. Výstřely prošly předním i zadním sklem.

Střepy lehce poranily pět lidí, ošetřili je lékaři, jeden zůstal v nemocnici. Mezi cestujícími byli i školáci ze Stodu na Plzeňsku.

„Stalo se to na trase autobusu ze Španělska do České republiky. Naše ambasáda se spojila s francouzskou policií, která jí sdělila, že zhruba třicet kilometrů od města Valence někdo prostřelil přední okno autobusu,“ potvrdila mluvčí ministerstva zahraničí Irena Valentová.

Podle původních zpráv na autobus někdo vystřelil z přemostění dálnice A7 v Saulce-sur-Rhone u města Montélimar. Balistická měření však ukázala, že střelec nejspíš stál na svahu u dálnice.

Reportérka francouzské stanice FranceBleu Nathalie De Keyzerová pro iDNES.cz upřesnila, že autobus jel z Barcelony. Zatímco první projektil podle ní prošel čelním sklem v horním patře, před druhým výstřelem střelec chvíli počkal a vypálil na zadní sklo autobusu.

Vyšetřovatelé už v autobuse našli první střelu, uvedl deník Le Parisien. Střelec zřejmě použil loveckou zbraň.

Stanice FranceBleu uvedla, že v autobuse cestovali školáci, kteří se vraceli ze školního výletu ve Španělsku. Podle zjištění MF DNES mezi nimi bylo i 35 devětááků a tři pedagogové ze základní školy ve Stodu na Plzeňsku. Škola už

na svých webových stránkách informovala, že všichni účastníci výletu jsou zdraví.

Ředitelka školy Martina Macánová upřesnila, že jeden ze žáků utrpěl od střepu poranění na hlavě. Ve Francii byl proto ošetřen a za doprovodu učitelky odjel domů později. Ostatní děti dorazily včera po 14. hodině.

Podle francouzských médií střepu poranily celkově šest lidí. Čtyřiapadesátiletá žena prý byla zraněna vážněji, střep ji totiž zasáhl do oka. Zranění cestujících způsobil zřejmě až druhý výstřel do zadního skla. Střepy poranily ty, kteří seděli nejbliž.

Důvod incidentu zatím zůstává nejasný, neznámý je i střelec. „Bližší okolnosti případu neznáme, policie jej stále vyšetřuje,“ uvedla Valentová. Ministerstvo zahraničí ani policisté nemají zprávy o tom, že by útok byl úmyslný. **ČTK a iDNES.cz**



Selfie s prezidentkou?

Bývalá šéfka americké diplomacie Hillary Clintonová zaznamenala jasné vítězství v sobotních stranických primárkách na Amerických Panenských ostrovech. Získala všech sedm delegátů. Bez podpory superdelegátů se ovšem na konventu demokratů, z něj vzejde prezidentský kandidát, neobejde.

AP - JOHN LOCHER

INZERCE

MĚSÍC DĚTÍ

Nekončící zábava

Majda z Kouzelné školky
11. 6.

Michal Nesvadba
12. 6.

24 hodin pro Kuře
18.-19. 6.

Sférické kino
22.-26. 6.

Star Wars
30. 6.

WWW.OCLETNANY.CZ

Změna programu vyhrazena.

V létě bez mlhavého vidění

OPERACE ŠEDÉHO ZÁKALU:

Vyšetření bez objednání. Nejmodernější operační technologie. Operační tým s mnohaletými zkušenostmi. Minimální objednací lhůty.

Kompletní brýle po operaci šedého zákalu

100 Kč

Obchodní 2694/2, Praha 9 www.ocniklinikahp.cz
tel.: 281 865 664, 602 105 355 email: info@ocniklinikahp.cz

Kašpárek Ivana Mládka přemlouvávat nemusel

Největší rodinná akce se vrátí na Letnou.

Jožin z Bažin. Není nutno... a spousta dalších slavných písničků se rozezná na festivalu plném dětí – Kašpárkohraní. Na největší rodinný festival přijedou Jaroslav Uhlíř a také Ivan Mládek se svým Banjo Bandem! „Byl jsem u zrodu Ivanova porevolučního comebacku, po kterém se strhla „mládkománie“, vznikly revivaly, prostě davové šílenství. Ivan Mládek je malíř, autor stolních a kostkových her, v minulosti sběratel amerických automobilů a v neposlední řadě byl spolu-

žákem mého tatínka,“ říká pro deník Metro za pořádající agenturu Riff Raff Viktor Souček. Takže kumštýře, aby přijel na Kašpárkohraní hrát, nebylo ani nutné přemlouvávat.

Mládek má obrovský úspěch i v zahraničí. „Například německá hardcore metalová skupina BERNY & KIESE se natolik nadchla, že vznikl videoklip Jožin z bažin samozřejmě zpívaný v češtině a o pobláznění Poláků ani nemluvě,“ usmívá se Souček, podle něhož je Mládek něco jako učitel národů a šířitel českého jazyka v zahraničí.

Festival Kašpárkohraní má další rozměr, než jen bavit především děti, ale i jejich rodiče. „Marketing a business okolo dětí je velmi často ne soudný, předražené dětské

produkty, oblečení, hračky, ale podporovat kreativní zábavu našich dětí zdarma se tuzemskému trhu nechce,“ vysvětluje Souček. Proto už po osmé pořádá festival, který v dětech rozvíjí kreativitu, hraní, myšlení. A je zdarma.

Součástí festivalu je samozřejmě koncert samotného krále – Kašpárka v rohlíku, tedy kapely, která bývá často složená z muzikantů dalších kapel. Na Letné se v této divoké bejby pankové partičce představí například již stálý člen Jirka Zemánek ze skupiny Wahnout, Jura Hradil z Tata Bojs a Kašpárek, který neumí na nic hrát a proto si založil vlastní skupinu. Pochopitelně budou znít punkové hity jako Čurej sem a čurej tam a další fláky. **MAREK PEŠKA**



Na Letné bude legrace!

2x RIFF RAFF

INZERCE

!!! Výkup všech pohledávek !!!

VYMAHÁME

Bez záloh,
rychle a důrazně!

DLUHÝ

774 910 910

NAHANĚT a VYMAHAT .cz

J.P.L. LEŠENÍ s.r.o.

PŘIJME IHNED pro regiony Čechy střední, západní, Praha, Plzeň a okolí:

ŘIDIČE sk. C do 18 t
- profesní oprávnění podmínkou

LEŠENÁŘE
- praxe se stavěním

DĚLNÍKA
- závozník nebo k čtětě lešenářů

- vzdělání - min. vyučen
- zdr. způs. - práce ve výškách
- výpis z rejstř. trestů
- RO „B“ výhodou

e-mail: info@jplleseni.cz
tel: 353 997 081, mob: 739 490 885

Poosmé a opět zdarma. Kašpárkohraní své brány otevře 12. června od 11 hodin

Oprašte kašpárkovské punkové čepice a připravte se na strhující show.

- O nevidanou podívanou se po-

starají akrobatické průvody na chůdách Long Vehicle Circus, chybět nebudou klaunská představení pod taktovkou Circusu Sacra a Divadla Mimos.

- Jak pejsek s kočičkou hospodáři zahraje v novém podání Divadlo Tondy Novotného a bubliny všemožných tvarů a barev vám vyčaruje Václav Strasser, který letos pro fanoušky připraví i bublinový workshop.



Ivan Mládek a Banjo Band tu bude hrát poprvé.

- Součástí Kašpárkohraní bude letos výstava fotek ze života aktivních handicapovaných sportovců. Festival také podporuje činnost spolku předčasně narozených dětí Nedoklubko, který v rámci festivalu pořádá sbírku dětského oblečení.

TÝDENÍK **TÉMA** UŽ ZÍTRA

JEN
25 Kč

(NE)ZDRAVÁ
ANTIKONCEPCE

- Jak ovlivňuje propuknutí rakoviny?
- Jaké má další skryté účinky?
- Která je nejlepší?
- A jak menstruace ničí zdraví žen?



Sudoku

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

Napište svou bublinu



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



Počasí

DNES Min. 20 Max. 24	ZÍTRA Min. 22 Max. 26	STŘEDA Min. 24 Max. 28	ČTVRTEK Min. 20 Max. 24
---------------------------------------	--	---	--

Stupeň zátěže pro dnešek: bio 1

Mírná zátěž. Stupeň zátěže umožňuje běžný denní režim bez omezení, pouze s přihlednutím k aktuálnímu zdravotnímu stavu.
Teplotní rekord: 34,0 °C
Rok výskytu: 1998

Kvíz

- Mezi syny českého krále a římského císaře Karla IV. nepatří jedno z těchto jmen:
a) Zikmund Lucemburský
b) Jan Zhořelecký
c) Jan Lucemburský
- Sydney je nejlidnatější město v Austrálii, jde zároveň o hlavní město části:
a) Queenslandu
b) Nový Jižní Wales
c) Západní Austrálie
- Matrix je americký kultovní sci-fi film s Keanu Reevesem, který pochází z roku:
a) 1989
b) 1994
c) 1999
- Bílá skála je přírodní památka známá z knihy Lovci mamutů. Leží v pražské čtvrti:
a) Libeň
b) Hlubočepy
c) Dubeč
- Tympanon je plocha ve štítu antického chrámu mezi hlavní římsou a střechou, tvaru:
a) trojúhelníku
b) čtverce
c) pětiúhelníku

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

ČT1

- 12:30 Sama doma
- 14:00 Doktorka Quinová III
- 14:45 Viktorka
- 15:00 Kojak IV
- 15:50 Tlusňoch
- 16:45 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



20:00 Panoptikum města pražského
Krimiseriál (ČR, 1987).
Policejní rada Korejs spolu s pány detektivy z pražské „čtyřky“ řeší malé i velké zločiny. Hrají: J. Adamíra, J. Vinklář, J. Bláha a další

- 21:05 Reportáže ČT
- 21:44 Výsledky losování šťastných 10
- 21:45 Sráči
- 23:15 Na stopě
- 23:45 Kriminálka Paříž
- 00:30 AZ-kvíz
- 01:00 Banánové rybičky
- 01:25 Z metropole, Události v regionech plus
- 01:50 Lehkou chůzi
- 02:45 Dobré ráno
- 05:15 Kalendárium

ČT2

- 12:40 Věda na vlastní kůži
- 13:35 Stroje - to je moje!
- 13:45 Dobrodružství vědy a techniky
- 14:10 Nulová gravitace
- 15:10 Židé (1/5)
- 16:05 Tajemství 2. světové války
- 16:55 Na plovárně s P. Zunou
- 17:25 Divoká Arábie
- 18:15 Na cestě po Zenevském jezeře
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Letecké katastrofy
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



20:00 Invaze 1944 (1/4)
Utah, Omaha, Gold, Juno, Sword. Co zaživali vojáci, kteří 6. června 1944 bojovali na těchto plážích?

- 20:55 Megastadiony
- 21:50 Cestující v dešti
- 23:45 Apač
- 01:10 Queer: Zasněnc
- 01:40 České stopy na břehu bájněho jezera Titicaca
- 02:30 Stroje - to je moje!
- 02:40 Škoda facky, která padne vedle
- 03:05 Pešky a na křídlech
- 03:20 Na hranici tradic
- 03:50 Příběhy železné opony
- 04:05 Hranice dokořán - Rozmůvky polsko-české
- 04:30 Babylon

NOVA

- 2:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:30 Tescoma s chutí
- 12:35 Sue Thomas: Agentka FBI II (18)
- 13:35 Dr. House V (9)
- 14:40 Dr. House V (10)
- 15:35 Ordinace v růžové zahradě 2 (537)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Co na to Češi
- 18:25 Ulice (3051)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



20:20 Doktor od jezera hrochů
Komedie (ČR, 2010).
Nesmělý lékař Čeněk by vedl poměrně klidný život, nebyť jeho chamtivé ženy Zuzany a intrikánské tchyně Marie. Obě by totiž chtěly mít doma vlivného a bohatého doktora, který by je zahrnul luxusem.
Hrají: J. Šmíd, T. Bebarová, E. Holubová, J. Langmajer, J. Smutná, A. Stanková

- 22:35 Kriminálka Las Vegas XIII (11)
- 23:40 Zákon a pořádek: Útvar pro zvláštní oběti XIV (6)
- 00:35 Dr. House V (9)
- 01:30 Sřepiny
- 04:55 Novashopping

PRIMA

- 12:25 Policie Hamburg VI (29)
- 13:25 Komisař Rex (6)
- Krimiseriál (N, 1993)
- 14:35 Castle na zabítí II (10)
- Poklad mrtvého muže.
- Krimiseriál (USA, 2009)
- 15:35 Rosamunde Pilcherová: Zeptej se srdce
- Romantický film (N, 2010)
- 17:30 Odpolední zprávy
- 17:50 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimi zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 TOP STAR



20:15 Oheňivý kuře (30)
Seriál (ČR, 2016). Mike dostává od Macátka předvolání k soudu za porušení podmínek. Burák se pokouší s právníkem Mikea zprostit obžaloby. Trébl sdělí rodině, že o hotel má zájem mezinárodní řetězec.
Hrají: J. Prachař, J. Dolanský, K. Leichtová, L. Polišenská, P. Štěpánek, S. Babčáková, J. Polásek, D. Gránský, B. Seidlová, P. Batěk, L. Krobotová

- 21:30 TOP STAR magazin
- 22:45 Jste to, co jíte
- 23:50 Prostřeno!
- 00:50 Místo činu: Kolín (6)
- Krimiseriál (N, 2006)
- 02:35 Policie Hamburg VI (29)
- Krimiseriál (N, 2011)

PRIMA COOL

- 12:20 Top Gear II (9)
- 13:25 Simpsonovi XII (19-21)
- 14:55 Simpsonovi XIII (1)
- 15:25 Aplikace
- 15:55 Futurama X (13)
- Mezitím. Anim. seriál (USA, 2013)
- 16:25 Hvězdná brána V (1)
- Nepřítel. Seriál (USA, 2001)
- 17:20 Alias II (3)
- 18:20 Simpsonovi XIII (2)
- 18:50 Simpsonovi XIII (3)
- 19:20 Simpsonovi XIII (4)
- 19:50 Simpsonovi XIII (5)



20:15 Grimm V (7)
Fantasy seriál (USA, 2015).
Hrají: D. Giuntoli, R. Hornsby, S. W. Mitchell a další

- 21:25 Teorie velkého třesku VIII (14)
- Sitcom (USA, 2014)
- 22:00 Agresivní virus (12)
- Horor. seriál (USA, 2014)
- 22:55 Mouloué
- Komedie (USA, 2012)
- 00:50 Grimm V (7)
- Fantasy seriál (USA, 2015)
- 01:30 Agresivní virus (12)
- Horor. seriál (USA, 2014)
- 02:15 Lovci duchů VI (1)
- Horor. seriál (USA, 2010)
- 02:55 American Horror Story: Freak Show (2)
- Horor. seriál (USA, 2014)

ÓČKO

- 06:00 Pařák
- 06:05 Ranní fresh
- 09:00 Zpátečka
- 10:00 Óčko hity
- 12:00 Óčko news
- 12:05 Óčko hity
- 13:30 Pařák
- 13:35 Óčko hity
- 14:00 Óčko news
- 14:05 Óčko hity
- 15:00 Pařák
- 15:05 Óčko hity
- 15:30 Óčko news
- 15:35 Óčko hity
- 16:00 Aquababes 2016



16:05 Óčko hity
Klipy nonstop

- 16:30 Mejkap
- Tvoje klipy a tvoje proměny s Josiem
- 16:45 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 17:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neutuče
- 17:05 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 18:00 Playtvak.cz: Ukaž káru
- V čem se vozi celebrity?
- 18:10 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 19:00 Óčko news
- 19:05 Moje desítka
- 20:00 CZ & SK
- 21:00 Zpátečka
- 21:50 Playtvak.cz: Ukaž káru
- 22:00 Óčko flirt

Sloupek

MARDOŠA

ČLEN KAPELY TATA BOJS



PROSTŘEDEK NA KRAJNICI

Právě píšou sloupek v autě. A musím říct, že je to zajímavá zkušenost. Tedy, nepíší ho za jízdy. Nejsm tak dobrý řidič, ani tak dobrý sloupkař. Dokonce ani spolujezdec nejsem tak dobrý. Dělat dvě věci najednou zkrátka nezvládám. Píší ho v zaparkovaném autě, v Kachně (kterou tedy ne každý za auto považuje). A je to zajímavý pocit, když nějakou věc nepoužíváte k tomu, k čemu je určena výrobcem, ale k čemu ji potřebujete

Citát

Interiéry vozů vždy kromě přemísťování sloužily k nejrůznějšímu účelům.

momentálně vy. Motor, volant, řadicí páka, to všechno je teď pro mě naprosto nepodstatné. Pro mě je důležitá jen střecha nade mnou a sedačka pode mnou. (Když už jsem u té střechy, na počátku tohoto sloupku ještě byla stažená, ale pak se začala blížit nějaká přehánka a střecha šla hned zase zpátky. S první kapkou na monitoru – byl jsem hnedka na pozoru. Nebudu nic riskovat – radši se hned schovat!) Ted pro mě totiž není důležité, někam se tímto prostředkem dostat, ale naopak zůstat na místě a posunovat se pouze v textu. Kabina vozu se pro mě proměnila v kancelář. Což není nic neobvyklého. Interiéry vozů vždy kromě přemísťování sloužily k nejrůznějšímu účelům. Dle potřeby to byla koupelna (muži – holení, ženy – líčení), ložnice, kinosedačka, jídelna. Jedno z nejtípnějších využití automobilu měl francouzský zpěvák Serge Gainsbourg. Po dosažení úspěchu si sice splnil svůj velký sen a pořídil krásného Rollse, ale mělo to jeden háček: neuměl řídit. Tak si do něj prostě chodil občas posedět. Říkal, že ho používá jako popelník. Serge, to je ale nejvyšší liga, samozřejmě. Mně k bohémskému pocitu dosyta postačilo, že jsem si tu teď snědl čokoládu.

Dopisy a vzkazy

Úsměv, co potěší

Jsem pravidelnou čtenářkou Metra a ráda bych se podělila o zážitek, který mne provází každé ráno. Cestuji na trase A, kde začínám ve stanici Flora a končím ve stanici Nádraží Veveslavín. Noviny si bohužel vyzvedávám v počáteční stanici Flora, ale kamelot, který má na starosti stanici Nádraží Veveslavín, si mě vždy najde, a přesto mi Metro nabízí. Já vždy s díky odmítnu, on se usměje a ukloní. Pozorují ho již několik měsíců. On nejen, že distribuuje Metro mezi nás potenciální čtenáře, on lidem rozdává úsměvy a dobrou náladu. Už z dálky vidím, jak se lidé na eskalátorech při pohledu na něj usmívají, vezmou si noviny a spokojeně odchází. Chtěla bych touto cestou tomuto kamelotovi poděkovat. V dnešní uspěchané době, kdy se lidé spíše mračí, jelikož jsou ve stresu a neustále někam spěchají a pomalu nevnímají okolí, se najednou objevila alespoň jedna bytost, která rozdává radost a nic za to neočekává.

LENKA SLEPIČKOVÁ, PRAHA

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

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

Výrok dne



„Hasiče kvůli uprchlíkům na hranice posílat nebudeme.“

BOHUSLAV SOBOTKA, PREMIÉR

Reagoval tím na výrok prezidenta Miloše Zemana o možném nasazení hasičů na ochranu českých hranic v případě zvýšeného náporu migrantů.

Slovo dne

POTENCIÁLNÍ

(Z dopisu čtenářky na této straně)

Možný, eventuální, uskutečnitelný,

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



INZERCE

HOROSKOP

na pondělí 6. 6.

Znám odpovědi na vaše **TRÁPENÍ!**

Dluhy, osamělost, nevěra, nemoc – ze všeho je cesta ven! Zkušená vědma Lada

Poslete mi SMS ve tvaru **20ZMU** a svoji otázku na číslo **904 30 55** nebo volejte na **906 70 30 35**

	Beran 21/3–20/4		Váhy 23/9–23/10
	Býk 21/4–21/5		Štír 24/10–22/11
	Blíženci 22/5–21/6		Střelec 23/11–21/12
	Rak 22/6–22/7		Kozoroh 22/12–20/1
	Lev 23/7–22/8		Vodňář 21/1–20/2
	Panna 23/8–22/9		Ryby 21/2–20/3

Beran 21/3–20/4
Hlupák je ten, pro koho majetek, bohatství, moc a velikost mají větší cenu než poklad, jimž je věrný přítel. Myslete dnes na to.

Váhy 23/9–23/10
Dnes si budete říkat, že když vám bylo dvacet, rodiče jste nechápali, a teď si celkem moudrý nápad a někdy i poměrně úžasný.

Býk 21/4–21/5
Dopřejte si více volna – člověk nežije na zemi proto, aby nabyl bohatství, ale proto, aby našel štěstí – a to vás čeká doma.

Štír 24/10–22/11
Když budete pozitivně naladěni, budete si konečně myslet, že život byl celkem moudrý nápad a někdy i poměrně úžasný.

Blíženci 22/5–21/6
Jak věčně jednotvárná a neměnná jsou slova lásky – a jak bohatá je naproti tomu stupnice nadávek! Dnes se v nich zdokonalíte.

Střelec 23/11–21/12
Bude vám chybět někdo, kdo je již delší dobu v cizině, a vy si budete říkat: Kdyby tu tak byl a poradil mi! Zkuste Skype.

Rak 22/6–22/7
Poznej sám sebe, abys mohl poznat nové lidi, říká jeden moudrý muž, ale tím poznáním dnes netravte celý den. Kombinujte.

Kozoroh 22/12–20/1
Než se nadějete, budou tu prázdniny, takže není divu, že vaše ratolesti jsou už dnes jako z divokých vajec. Plánujte s nimi.

Lev 23/7–22/8
Upřímný přítel je ten, kdo tě napomene, kdo ti řekne pravdu do očí. Místo poznáním si toho proto spíše při dnešku važte!

Vodňář 21/1–20/2
Pravdivá slova nebyvají příjemná. Příjemná slova nebyvají pravdivá. Zkuste to proto dnes zlatou střední cestou – diplomaticky.

Panna 23/8–22/9
I dnes žijeme ve zvláštních časech, kdy jsme vzdělávání ve lži a ten, který se odváží říkat pravdu, je často bláznem.

Ryby 21/2–20/3
Mluvit pravdu má neobvyčejné výhody. Člověk si nemusí pamatovat, co kdy řekl. A zvláště komu, takže s pravdou dnes radši ven.

Řešení sudoku

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

Anketa Jak často si měníte heslo svého e-mailu?



Štěpán Wenke
Když mi Google oznámí, že se mi tam někdo přihlásil.



Filip Filda Hercík
Ani jednou jsem ho neměnil.



Pavel Fišpa
Dřív jsem měnil, až jsem zapomněl, už neměním...

Komiks



BUDOUCNOST a VY!

Nahlédněte dopředu!
Zjistěte, co vás čeká!

Posílejte SMS ve tvaru **19ZSA** a svůj dotaz 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, tmin/70Kč vč. DPH, www.ema.biz, www.platmobilem.cz



Rakouský Zugspitz rozzáří plameny. Horské ohně jsou v UNESCO

Od 14. století se na horách v tyrolské oblasti o svatojánské noci zapalují na horách ohně, aby zahaly demony a zlé duchy. Tradiční ohně se chystají i letos na 18. června – bude se také slavit nejdelší den a nejkratší noc roku. Lidé mají jedinečnou možnost vidět ohně v různých tvarech – obrazy kříže, Ježíše nebo tyrolského orla. V údolí poblíž míst Ehrwald, Lermoos a Biberwier mohou celou krásu sledovat v panoramatickém pohledu. Ohně byly v roce 2010 vyhlášeny za nehmotné kulturní dědictví seznamu UNESCO.

2x TIROLER ZUGSPITZ ARENA

Korsika je teď z Prahy blíž

Od 15. června se na jihofrancouzský ostrov začne létat přímo z Prahy.

Milovníci jižní Evropy mají další snazší cestu, jak se pohodlně dostat k moři. Už ve středu 15. června se poprvé z ružňského letiště odlepí první

letadlo směr letiště Ajaccio na jihofrancouzské Korsice. Novou linku tam zavede společnost Travel Service, která ohlásila další novinku – od 26. května také létá čtrnáctkrát týdně na největší baleárský ostrov Mallorca.

Jméno ostrovu dali už staří Řekové, jejich „Kalliste“ znamená krásná nebo nádherná. Dnes se mu také říká „Ostrov vůně“. Lidé, kteří si Korsiku

zamilovali ještě před vámi, říkají, že jen těžko můžete najít kus takové země v Evropě jako právě tady.

Nad průzračným mořem se tyčí mohutné hory. Nejen příroda je to, co sem hosty láká. Jsou tu velmi přátelští a pohostinní lidé, ochutnat tu můžete spoustu dobrot. Právě gastronomie je pro středoevropana dalším lákadlem. Více v boxu. **MAP**

Na čem si tu pochutnáte

K plavkám přibalte připravené chuťové pohárky.

- Užijí si tu pochopitelně milovníci ryb. Samostatnou kapitolou je maso. Třeba vepřové! Místní prasátka se v přírodě žíví kaštaný nebo kořínky středomořských bylinek, a to všechno je pak v mase na talíři cítit. Navíc místní kuchaři

používají dřevo místních stromů, které maso v udirnách ještě pěkně provoní. Samozřejmě musíte ochutnat i jídla, která milují samotní Korsičané, tedy jehněčí nebo kůzlečí.

- A pochopitelně nesmí chybět místní vyhlášené víno! To se tu pěstuje asi od roku 570 před Kristem.

INZERCE

Tipy na výlety

Za antikou do Duchcova

Zámek v Duchcově otevřel novou stálou expozici – 150 replik známých antických soch, jejichž originály jsou roztroušeny po velkých evropských muzeích. Do Duchcova doposud lidé jezdili hlavně za příběhem spisovatele a svůdníka Giacoma Casanovy, který na zámku prožil poslední léta svého života jako knihovník.

Karel IV. v Plzni

Až do 11metrové výšky se tyčící loutka krále Karla IV. bude v Plzni provázet tradiční červnovou akci Historický víkend. Slavnost pro celou rodinu plnou historického šermu, tanců, koncertů, tržišť i dobových ležení s nočním výšlapem plzeňských strašidel bude letos 10. až 12. června. **ČTK**



Týdenní pobyty autobusem
MAĎARSKO – Bükfürdő – hotel Répce***

TERMÍNY: 12. 7.–20. 7., 19. 7.–27. 7., 2. 8.–10. 8.,
9. 8.–17. 8., 16. 8.–24. 8., 23. 8.–31. 8.

8 990 Kč osoba/pobyt

V ceně: doprava, 7x ubytování s polopenzí formou bufetu, vstup do termálních lázní (hotel propojen krytou chodbou), zapůjčení županu, sl. delegáta.

CK Hungariatour, Praha
Dlouhá tř. 38 tel. 224 828 205, 736 485 865

Info o trasách a dalších termínech najdete na
www.hungariatour.cz

www.msene.cz



Relaxujte

Přijďte do Lázní Mšené a nechte se hýčkat od hlavy až k patě.

Bylinkový víkend splněných přání

Délka pobytu: 3 dny – 2 noci
Ubytování: jedno- a dvoulůžkové pokoje s TV
Strava: polopenze, včetně salátového bufetu, moučníků a příloh

Lázeňská péče

- bylinková koupel z Lázní Mšené
- calmonalová koupel
- masáž zad bylinnými razítky
- zábal dolních končetin se zeleným čajem
- levandulový parafínový zábal na ruce

Bonus:

- balíček bylinkové koupele pro domácí použití

Cena pobytu již od 2.800,- Kč/osoba*

*Uvedená cena je včetně zákonné sazby DPH.

Lázeňský resort nedaleko Prahy.

Lázně Mšené, a. s. • Lázeňská 62 • 411 19 Mšené-lázně
tel.: +420 416 866 007, 009 • e-mail: lazne@msene.cz

Open Gate. Kellnerova škola má skluz

Výstavba soukromé školy Open Gate Praha v dolní části areálu po bývalém hotelu Praha v pražských Dejvicích se pravděpodobně zpozdí. Investor, kterým je skupina PPF nejbohatšího Čecha Petra Kellnera, stále vyřizuje nezbytná povolení. Podle mluvčího Prahy 6 Martina Churavého kancelář architektka vydala k projektu kladné stanovisko a radniční odbor výstavby je nyní ve fázi před vydáním územních rozhodnutí. Objekt bude vybudován u ulice Evropská, kde byly zchátralé garáže. **ČTK**

Školy v Dejvicích

Open Gate nabídne základní školu, gymnázium, školní kuchyni a jídelnu, ale také například knihovnu s multifunkčním sálem nebo dílny pro výtvarné obory.

- Stavět se mělo začít v lednu 2017, hotovo mělo být v červnu 2018. Tyto termíny se zřejmě nepodaří dodržet.

Závěrečky na učilištích nově také elektronicky

Takzvané e-zkoušky zavedli na třiceti čtyřech učilištích. Písemky na počítačích žáky baví víc než ty na papíře.

Závěrečné zkoušky jsou již druhým rokem pro žáky učebních oborů ve stejném duchu. Aby žák získal výuční list, musí složit celkem tři různé zkoušky. Písemnou, ústní a praktickou. Tu první z nich má nyní zjednodušit speciální softwarová aplikace „e-zkouška“. Tu vyzkouší na 34 školách, které se k tomuto způsobu zkoušky přihlásily. Zkoušky probíhají po celý červen.

„Písemky dělané na počítači žáky baví mnohem víc než ty na papíře. Tato forma zkoušení také víc motivuje k při-

pravě,“ říká Dana Kočková, která má v Národním ústavu pro vzdělávání novou závěrečnou zkoušku na starost.

Učeň u počítače

Podle mluvčí ústavu pro vzdělávání Markéty Růžičkové měly školy pro přípravu na elektronickou zkoušku dostatek času. Půběh zkoušky, která naostro proběhne v osmi různých oborech, trvá 240 minut. Počítačová zkouška je ale již připravena pro všechny učební obory, které jsou v Česku vyučová-

ny. „Kadeřník, zemědělec, farmář, každý dostane jiné příklady související s oborem. Někdo má v písemné části test, propočty nebo tabulku, jiný zase musí okótovat výkres,“ vysvětluje variabilitu testů napříč obory Růžičková.

Podvádět se nebude

Elektronická zkouška má pro školy ještě jednu podstat-

nou výhodu. Tím, že se záci připravují na množství možných variant testu, nemůže dojít k úniku tajemství v podobě pevně daného zadání. „V minulosti to byla noční můra každého kantora,“ doplňuje gestorka zkoušek Kočková.



FILIP
JAROŠEVSKÝ
dopisy@metro.cz

Jednotné zkoušky

Podporují je zaměstnavatelé.

- Závěrečné zkoušky se od roku 2014/2015 vykonávají podle jednotného zadání připraveného v Národním ústavu vzdělávání.
- Tuto povinnost uložila středním školám novela školského zákona přijatá na jaře 2015.
- Díky předcházející desetileté

přípravě, do níž se dobrovolně zapojila většina škol, byly jednotné zkoušky spuštěny bez komplikací.

- Zavedení jednotné závěrečné zkoušky podporují od samého začátku také zaměstnavatelé.
- Ti často zasahují do tvorby jednotných zadání a tak si zaručují příliv lidí s potřebnými znalostmi.

Učeň u zkoušek

28

Závěrečné zkoušky, takzvané závěrečky letos proběhnou na celkem 497 školách a bude je skládat celkem 28 755 žáků.

INZERCE


WWW.VSO.CZ

VYSOKÁ ŠKOLA OBCHODNÍ V PRAZE

DENNÍ I KOMBINOVANÁ FORMA STUDIA
KARIÉRNÍ CENTRUM
CESTOVNÍ RUCH
LETECKÁ DOPRAVA
PERSONALISTIKA A DALŠÍ
BC. / ING. NOVINKA!

Dny otevřených dveří:
8. a 15. 6. 2016
Spálená 14, Praha 1

Nově na VŠO:
Studujte personalistiku!

„Jsem ráda tam, kde se něco děje. Proto studuji VŠO.“

SABINA KADERKOVÁ
STUDENTKA VŠO



Diplomky o bezpilotním létání

Městské centrum pro podporu průmyslu bezpilotních letadel Dronet vypisuje pro studenty vysokých škol diplomové a bakalářské práce na akademický rok 2016/2017. Studenti mohou své práce psát na několik témat. Více na dronet.sitmp.cz. Snímek je z Dronfestu, který centrum pořádalo o víkendu v plzeňském DEPO2015. ČTK



Karlínské gymnázium, Praha 8, Pernerova 25

Nabízíme dálkovou formu vzdělávání!
Studujte ZDARMA! Přijímáme bez přijímacích zkoušek!
Výuka probíhá 1x týdně v odpoledních hodinách.
Přihlášky můžete podávat do 17. 6. 2016.

Škola je velmi dobře dostupná! (nedaleko stanic Křižíkova a Florenc, metro B, C)
Blíže informace: www.gyperner.cz
e-mail: gymnazium@gyperner.cz, telefon: 221 871 414, 778 488 466

České školy pomáhají počítat model tlukoucího srdce

Vzniká počítačový model nemocného srdce. Ukáže každou vadu.

Na začátku projektu stojí příběh malé Emily, která měla srdeční obtíže. Její otec Steve Levine byl překvapený, kolik je odborníků na jednotlivé části srdce, ale jak málo spolu komunikují a většina přístrojů, které lékaři používají, není testována. Založil tak mezinárodní projekt Living Heart (Žijící srdce), ve kterém spojil znalosti ze simulace leteckého provozu své společnosti Dassault Systems s doktorem a vědci z celého světově uznávaného českého týmu.

„V Americe tento projekt využívají ve vzdělávání mladých lékařů a pacientů před zákrokem, kteří mají obavy a potřebují názornou ukázk

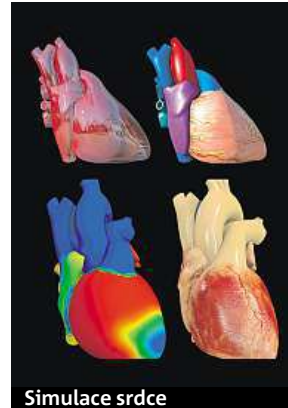


Jan Veselý (zleva), Zdeněk Horák a Tereza Voňavková METRO

toho, co podstupují,“ uvedl Jan Veselý z Českého vysokého učení technického v Praze, které se také podílí na projektu Living Heart.

V současné chvíli mají vytvořený model srdce zdravého muže, jehož jednotlivé části jsou popsány matematickými vzorci. Díky tomu mohou do vzorečků zanášet

jednotlivé vrozené vady, nemoci či případné zákroky. Zatímco 2D scany a rentgeny nikdy nemají kompletní náhled, ve 3D je vše v těle viditelné v pohybu. Díky helmě pro virtuální realitu anebo speciální 3D místnosti mohou lékaři přímo vstoupit do srdce a podívat se na detaily a virtuálně testovat zákroky.



Simulace srdce

„Projekt je unikátní, protože všichni sdílejí informace se všemi. A zkouší se různé modelové situace od infarktového srdce až po bypass,“ uvedl Zdeněk Horák z Vysoké školy polytechnické v Jihlavě, který se podílí na výpočtových simulacích.

V současné chvíli českému týmu končí zkušební třímě-

Budoucnost projektu

Na Living Heart spolupracuje desítky vědců z USA, Švýcarska a dalších zemí.

- Cílem projektu je z magnetické rezonance a CT tvořit modely konkrétních pacientů. V počítači by pak mohli propočítat chování srdce při různých operacích i s vrozenými vadami.
- Dalším krokem je model srdce prasete pro další testy.

síční doba a očekává se, že budou do projektu plně nasazeni. „Rádi bychom navázali spolupráci s klinikami a doktorem v Česku, abychom mohli propojit projekt s reálnými případy,“ dodává Horák.



LUCIE POŠTOLKOVÁ
lucie.postolkova@metro.cz

INZERCE

AD ART & DESIGN INSTITUT

ZAKREDITOVANÁ 1. soukromá VŠ uměleckého výtvarného zaměření v ČR
STUDIUM kreativních předmětů DLE VLASTNÍHO VÝBĚRU
UMĚNÍ pro PRAXI směřující k bezproblémovému uplatnění na pracovním trhu
MEZINÁRODNĚ uznávaný BcA. s mezinárodními kontakty

MODERNÍ ŠKOLA * S MODERNÍ KONCEPCÍ
* PRO MODERNÍ UMĚLCE
STUDIJ * CO TĚ SKUTEČNĚ * BAVÍ A ZAJÍMÁ
STUDIJ UMĚNÍ * SE ŠPIČKOVÝMI UMĚLCI
* A RENOMOVANÝMI PROFESORY

- **Kreativní předměty (student si individuálně vybere 2)**
 - MALBA
 - GRAFIKA
 - FOTOGRAFIE
 - UMĚLECKÉ DÍLO V PROSTORU
 - INTERMEDIÁLNÍ ATELIÉR
 - MULTIMÉDIA
- **Teoretické předměty (povinně všechny)**
 - DĚJINY UMĚNÍ
 - MARKETING A OBCHOD UMĚL. DĚL
 - MUZEJNICTVÍ A GALERIJNICTVÍ
 - FILOZOFIE UMĚL. PROJEVU
 - PSYCHOLOGIE UMĚNÍ
 - KULTURNÍ ANTROPOLOGIE A UMĚNÍ

Profil absolventa je profilem umělce 21. století – filozofie výuky je koncipována moderně, s reflexí aktuální společenské situace, aniž by přitom byla potlačena umělecká licence každého individua. Škola přitom vytváří možnost volby každému studentovi, zda se chce věnovat „profesionálnímu umění“, či zda zvolí některou z dalších možností uplatnění svého rozhledu a schopnosti přesahů svých kreativních vizí do každodenní praxe v oblasti reklamy, marketingu, grafických studií, designu, muzeí a galerií, vnitřní či státní sféry, etc..

V KAŽDÉM Z NÁS JE KUS UMĚLCE
S NÁMI HO NAJDETE!



DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ
17. ČERVNA 2016
10:00

PŘIJÍMACÍ ZKOUŠKY
19. ZÁŘÍ 2016

AD ART & DESIGN
INSTITUT

1. SOUKROMÁ VŠ UMĚLECKÉHO VÝTVARNÉHO ZAMĚŘENÍ V ČR
www.artdesigninstitut.cz @ADinstitutCZ

Generálka. Fotbalisté prohráli s Koreou

Čeští fotbalisté prohráli v generálce na mistrovství Evropy ve Francii s Jižní Koreou 1:2. Hosté vedli v Edenu po gólech Jun Pit-karama a Suk Hjon-čuna v poločase 2:0 a ve 46. minutě už jen snížil tečovanou střelou Marek Suchý. Poslední půlhodinu hrál národní tým bez vyloučeného Theodora Gebre Selassieho.

„Pro mě je cenná zkušenost první poločas, než hra v oslabení, která podle mě v přípravných zápasech nemá smysl. Opakovali jsme výkon z prvního poločasu ze zápasu s Ruskem. To mě zklamalo,“ sdělil po zápase tre-

nér Pavel Vrba. „Výsledkově se to nepovedlo, ale zápas to byl od začátku otevřený. Korejci ukázali svou sílu. My se pak tlačili za vyrovnáním, ale nepomohla nám červená karta. Korejci už drželi míč. A nám se v této fázi nehodilo běhat v deseti. Při gólové střele jsem to chtěl zkusit na bránu, protože jsem měl místo. Někdo to ale tečoval a zapadlo to tam. Šťastný gól,“ řekl pro Českou televizi gólový střelec Marek Suchý.

Na šampionát Češi odletí ve středu a do turnaje vstoupí 13. června zápasem s obhájcem titulu Španělskem. **ČTK**

Djoković konečně uspěl i v Paříži

Jako osmý muž v historii Srb dokázal vyhrát všechny čtyři grandslamy.

Srbský tenista Novak Djoković poprvé ovládl French Open. Ve finále porazil Brita Andyho Murrayho 3:6, 6:1, 6:2 a 6:4 a završil kariérní grandslam. Jako osmému muži v historii se mu podařilo vyhrát všechny čtyři grandslamy na tenisovém okruhu a zároveň se mu podařilo vyhrát je všechny po sobě, i když ne v jedné sezoně.

V Paříži uspěl Djoković ve svém čtvrtém finále až při dvanácté účasti. „Pro mě je to výjimečná chvíle, možná i nejlepší v kariéře. Doufám, že jste si dnešní zápas užili,“ řekl hned po zápase na kurtu dojatý vítěz.



Srb s Pohárem mušketýrů pro vítěze mužské dvouhry AP

Už v sobotu se radovala z titulu španělská tenistka Garbiñe Muguruzaová. Ve finále porazila 7:5, 6:4 světovou jedničku Serenu Williamsovou. Dvaadvacetiletá rodačka z venezuelského Caracasu na pařížské antuce oplátila o dvaadvacet let starší Američance

loňskou porážku z wimbledonského finále a získala první grandslamový titul. „Na antuce jsem vyrůstala. Pro Španělsko a pro mě je to něco úžasného,“ dodala vítězka, která se v novém žebříčku stane světovou dvojkou. **IBE, ČTK**

Zprávy krátce

Atleti v Anglii

Výškař Jaroslav Bába obsadil páté místo na mítinku Diamantové ligy v Birminghamu, Denisa Rosolová byla osmá v běhu na 400 metrů překážek.

Plánovaný pohřeb

Boxer Muhammad Ali, jenž v pátek zemřel ve věku 74 let na celkové selhání organismu, se přísti-

týden vrátí do rodného Louisville jako světoobčan. Pohřeb, který si sportovní ikona osobně naplánovala už před mnoha lety, se uskuteční v pátek.

Vítězná voda

Čtyřkajak ve složení Daniel Havel, Lukáš Trefil, Josef Dostál a Jan Štěrba deklasoval konkurenty na Světovém poháru v rychlostní kanoistice v portugalském Montemor. **ČTK**



Na evropském písku se stříbrem

Beachvolejbalistky Markéta Sluková a Barbora Hermannová získaly na mistrovství Evropy ve švýcarském Bielu stříbrné medaile. V boji o titul nestačily na německé obhájkyňe zlatu Lauru Ludwigovou a Kíru Walkenhorstovou a s favoritkami prohrály jasně 14:21 a 15:21. Pro český plážový volejbal se jedná o medaili po 14 letech. **ČTK**

INZERCE

Velká cena České spořitelny, Memoriál Roberta Bakaláře

PRAŽSKÉ SCHODY

23. ročník mezinárodního cyklistického závodu
Oficiální prolog MS MTB Nové Město na Moravě 2016

7.6.2016
HRADČANSKÉ NÁMĚSTÍ

PROGRAM OD 15:00 VSTUP ZDARMA

PRAZSKESCHODY.CZ

Generální partner: ČESKÁ SPOŘITELNA

Hlavní partneři: Kooperativa, SKODA, Evropské hlavní město sportu 2016

Záštita a spolupřítel: MTB, kudyznudy.cz

Generální mediální partner: Česká televize

Hlavní mediální partner: Radiožurnál

Oficiální partneři: SPECIALIZED, CATERING coloseum, NITREND, Nilfisk, BIRELL, HOCHTIEF, allivictus

Letní vánoce

na  **alza.cz**



Rozdáváme
e-obchod v hodnotě
1 500 Kč

více na www.alza.cz/letnivanocce

HUAWEI P9

CO-ENGINEERED WITH 

14 990,-

objednací kódy: HU2890a1d, HU2890a1c



Zaostři na úspěch



MAKE IT POSSIBLE

Nástupce bestselleru



HUAWEI P9 Lite White

Vybavený smartphone s hliníkovým rámem
5,2" IPS Full HD displej, 8jádrový procesor
Čtečka otisků prstů nové generace, Dual SIM
Fotoaparát 13 Mpx + 8 Mpx, RAM 2 GB
Google Android 6.0 Marshmallow



7 490,-

objednací kód: HU2890a3d

Dostupný smartphone s Windows 10



Microsoft Lumia 550

Chytrý telefon s novým Windows 10
4,7" HD displej (1 280 x 720)
Čtyřjádrový procesor, RAM 1 GB
Paměť 8 GB + microSD až 200 GB
Fotoaparát 5 Mpx + 2 Mpx, 4G/LTE



-15 %

~~3 499,-~~
2 990,-

objednací kódy:

NOK5550a2d ● NOK5550a2e ○

Špičkový OLED displej



Microsoft Lumia 650

5" OLED HD displej (1 280 x 720)
Čtyřjádrový procesor, RAM 1 GB
Paměť 16 GB + microSD až 200 GB
Fotoaparát 8 Mpx a 5 Mpx, 4G/LTE, NFC
Windows 10



5 990,-

objednací kódy:

NOK5650d4d ● NOK5650d4e ○

Design i výkon na jedničku

 HTC Desire 620 dual sim

HTC Desire 620G (A31MG) Dual SIM

Smartphone s 5" HD displejem
Vysoký výkon osmijádrového procesoru
Přední 5Mpx fotoaparát pro parádní selfies
Dual SIM, zadní fotoaparát 8 Mpx
Google Android 4.4 KitKat



-31 %

~~6 490,-~~
4 490,-

objednací kód: HT1620d4nx

Vytvořte si chytrou TV



experience
what's inside™



-10 %

Intel Compute Stick Sterling City Atom 32GB Windows

Miniaturní počítač velikosti flashdisku
HDMI konektor pro propojení s monitorem či TV
Konektor USB, slot microSD pro karty až 32 GB
Bezdrátové technologie WiFi a Bluetooth
Windows 10

~~4 190,-~~

3 790,-

objednací kód: NR201p3c

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

