

# RECEPT NA VEDRO: TŘI LITRY DENNĚ

TIPY LÉKAŘŮ, JAK PŘEŽÍT TROPY A NEUHNAT SI ÚŽEH STRANA 4



# metro



Úterý, 8. července

Č. 129, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)  
Svátek slaví: Nora

 Min. 24°  
Max. 29°

Největší deník v ČR

# Utrácíme víc, konec krize to být nemusí

**Luxus.** Utrácíme za lepší zájezdy, kupujeme dražší elektroniku, prodalo se více aut. **Práce.** Firmy už tolik nepropouštějí. **Daří se nám lépe?** Je třeba počkat na údaje, kolik dáváme za běžné zboží STRANA 2



## Český jezdec vedl 148 kilometrů, dostihli ho až v londýnských ulicích

Jan Bárta byl v centru pozornosti v průběhu třetí etapy Tour de France, která včera vyvrcholila v Londýně. Český cyklista strávil 148 ze 155 kilometrů etapy v úniku, v němž šlapal společně s Francouzem Bideauem. Teprve šest kilometrů před cílem jej peloton v čele s nažhavenými spurtery dostihl. Deštivý závěr na londýnském Mallu ovládl po perfektní práci svého týmu Marcel Kittel. Slovenský cyklista Sagan obsadil druhou příčku. Více na straně 12 AP

# Luxus jde na odbyt, je to už konec krize?

**Útraty rostou, ale ekonomové před přílišným optimismem varují.**

Zatímco před třemi lety byla cena průměrného zájezdu 11 350 korun, letos je to už o tisícovku více. „Zvyšuje se zájem o kvalitnější služby, o ubytování v hotelech vyšší kategorie se stravováním formou all inclusive a tím i o dražší zájezdy,“ říká Kateřina Petříčková z Asociace českých cestovních kanceláří a agentur.

Také někteří prodejci elektroniky si mnou ruce, konec dlouhé a dusivé ekonomické krize se začíná promítat do zvýšených prodejů. „Zatímco tehdy byli lidé více obezřetní, nakupovali spíše menší spo-

## Auta táhnou

Průmysl rostl v květnu nejslabším tempem od začátku roku, meziročně jen o 2,5 %.

- Tahounem byla výroba motorových vozidel, stoupla také produkce pryžových a plastových výrobků.
- Naopak klesla výroba a rozvod energií, pokles zaznamenala i těžba nerostných surovin a výroba potravin.

třebiče a větší jen v nutné míře, dnes se už neobávají investovat do dražších a větších spotřebičů,“ říká Robin Weintritt ze sítě prodejen Expert Elektro.

Roste také zájem o bydlení v novostavbách, a to především v hlavních městě. „Důvodem jsou jednoznačně rekordně nízké úrokové sazby

u hypoték a také ceny bytů, které se dostaly do roviny, jež je pro kupující zajímavá,“ sdělil deníku Metro Jan Zachystal ze společnosti RE/MAX. Jenže usuzovat podle toho, že jsme z nejhroššího venku a krize skončila, se nedá. Například pozitivní zprávy o prodeji nových osobních vozů (meziroční nárůst o 14 procent) je třeba brát s rezervou. Dvě třetiny kupujících totiž byly firmy, které začaly s obměnou svých autoparků. „Ekonomika začala růst, je z krize venku, některým podnikům se daří, ale není jich zase tolik, aby si lajzly masově nabírat,“ říká pro deník Metro ekonomka Markéta Šichtařová. Auta ani letecké zájezdy nejsou podle ní ukazatelem, že by se měly domácnosti lépe. Budeme si prý muset počkat na čísla z maloobchodu, než bude

možné opravdu říct, že lidé začali skutečně více utrácet. „Ano, rostou prodeje luxusního zboží, ale to nekupují všechny skupiny lidí,“ říká Šichtařová a dodává, že se ukazuje, jak se rozevírají nůžky mezi bohatými a chudými.

Že mnozí lidé s většími útratami stále váhají, souvisí také s nejistotou v zaměstnání. Sice se už tolik nepropouští a některá odvětví začínají nabírat nové zaměstnance, ale o žádné masové náborové nejdě. Také podle některých obchodních řetězců nelze jednoznačně usoudit, jak se změnilo nákupní chování. Jsou totiž zákazníci, kteří se orientují výhradně na cenu, jiní zase na dražší kvalitu.



**TOMÁŠ BELICA**

s přispěním FILIPA JAROŠEVSKÉHO



## Modely

Na výstavišti Černá louka v Ostravě byla otevřena expozice pro fanoušky vlaků a železniční dopravy. Kromě ní tu také na dalších výstavách můžete vidět americké veterány nebo modely evropských hradů a zámků. **MAFRA**

## Počasí. Do Česka přicházejí bouřky

Vedro vystřídá chlad, bouřky a přeháňky. Do Česka totiž míří studená fronta. Včera bouřilo na západě Čech, nicméně dnes si už budeme muset vzít deštníky v celém Česku. Meteorologové varují před velmi silnými bouřkami. Očekává se oblačno, přechodně až zataženo. Teplotěry naměří od 24 do 29 stupňů Celsia.

Zítřka bude počasí podobné. Denní teploty spadnou na 16, maximálně 22 stupňů. Výhled počasí na celý týden najdete v boxu. **MAP**

## Jak bude?

Na koupáčku zapomeňte, slunce z oblohy zmizí a bude pršet.

- **Čtvrtek** bude oblačný až zatažený, místy občasný déšť a přeháňky. Noční teploty: 9 až 13 stupňů, nejvyšší denní 18 až 22 stupňů.
- Podobně bude i **v pátek a o víkendu**, teploty postoupí o pár stupínek výš. Denní teploty se budou pohybovat od 18 do 24 stupňů.



## Filmové Vary plné hvězd, módy i kontrol

V hotelu Thermal funguje parfumerie a kadeřnictví, jež diváky nalíčí i ostříhají tak, že září jako hvězdy filmových pláten (foto nahoře). Do karlovarských stánků kromě žiznivců a hladových, kteří jidlo z fast foodu zdláblí u fontány (vlevo dole), zamířili i inspektoři z České obchodní inspekce. Úspěšný scenárista Petr Jarchovský (vpravo dole) včera získal za svůj scénář s názvem Dezertér v soutěži 300 tisíc korun. **MAFRA**



## Zprávy krátce

### Potratová pilulka je bezpečná

Potratovou pilulku, která je v Česku dostupná od června, lékaři vítají jako bezpečnou alternativu operačního potratu. Boom potratů podle gynekologa Petra Křepelky pilulka nezpůsobí – více než polovina Čechů v plodném věku se chrání antikoncepčními pilulkami, počty potratů jsou velmi nízké. Podle Hnutí pro život, které potraty odmítá, zvyšuje pilulka riziko komplikací. **ČTK**

### Taxikář ho zmlátil obuškem

Plzeňský taxikář zbil teleskopickým obuškem spolujezdce z fabie, která mu překážela v jízdě. Ve chvíli, kdy taxi škodovku předjíždělo, totiž spolujezdce ukázal na taxikáře zdvižený prostředník. Ten se rozzuřil, donutil řidičku fabie zastavit a muže udeřil do hlavy a do zad. Útočník se bude zpovídat z pokusu o ublížení na zdraví a výtržnictví. Hrozí mu až tři roky vězení. **IDNES.cz**

**FOKUS**<sup>®</sup>  
OPTIK

... a uvidíte!



# 40%

**SLEVA NA VŠECHNY  
SLUNEČNÍ BRÝLE  
A DIOPTRICKÉ OBRUBY**

[www.fokusoptik.cz](http://www.fokusoptik.cz)

Slevy se nesčítají.

Akce trvá od 7. 7. do 24. 8. 2014.

Sleva na dioptrické obruby platí při kompletní zakázce.

Sleva neplatí v outletech Štěrboholy a Hlavní nádraží, Praha.



## Zkrotili písek a stavějí hrad Bludoveček

Profesionální sochaři z písku Jakub Zimáček a Jan Zelinka pokračovali včera ve stavbě obřího pískového hradu v Bludovečku, místní části Bludova na Šumpersku. Hrad doplňuje socha markraběcího úředníka Bluda z Bludova, který Bludov patrně založil. ČTK

# Dejte si tři litry vody

**Jak zvládnout horké dny na slunci ve zdraví?**

### Rizika

Poznáte rozdíl mezi úpalem a úžehem?

- Úpal je nemoc z přehřátí. Nemusí být důsledkem působení přímých slunečních paprsků.
- Úžeh vzniká při pobytu na přímém slunci. Organismus se přehřeje kvůli působení slunečního záření.

Letní horké počasí, které letos zažíváme, bývá pro mnohé z nás obdobím rizik. Není proto od věci mít na paměti rady lékařů, jak se při extrémně vysokých teplotách chovat, abychom předešli zdravotním komplikacím a léto si užili co nejlépe.

„Je nutno dbát na dostatečný pitný režim. Denně bychom měli vypít kolem tří litrů tekutin, nejlépe v podobě nesyčené minerální vody nebo mírně oslazeného ovocného čaje,“ radí primář interního oddělení pražské Nemocnice Na Homolce Milan Čech.

„Dále je nutno omezit pobyt na slunci na nezbytně nutnou dobu. Nemůžeme-li se

pobytu na slunci vyhnout, je nutné během něj používat opalovací krém s vysokým ochranným faktorem a zejména při delším pobytu také pokrývku hlavy,“ radí Milan Čech. „Je rovněž lepší plánovat větší fyzickou aktivitu na ranní či podvečerní hodinu, kdy teploty a sluneční záření nedosahují svých maxim,“ dodává primář nemocnice Milan Čech. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

INZERCE

## LÉTO V LÁZNÍCH PODĚBRADY

**Víkend  
pro ženu a muže!**

Tři dny v hotelu Zámeček\*\*\*\*, plná penze  
a 4 lázeňské procedury **již od 3.500 Kč**

**Léto, lázně, Poděbrady**

Osm dní v hotelu Zámeček\*\*\*\*, plná penze  
a 8 lázeňských procedur  
**již od 9.320 Kč**

Rezervace a informace na:

[www.lazne-podebrady.cz](http://www.lazne-podebrady.cz)

[ck@lazne-podebrady.cz](mailto:ck@lazne-podebrady.cz)

nebo tel.: **325 606 500**

  
**LÁZNĚ PODEBRADY**  
AKČIOVÁ SPOLEČNOST

### Zprávy krátce

#### Prezidenti se seznámí

Nový slovenský prezident Andrej Kiska dnes přijíždí na svou první oficiální návštěvu Česka. Zítra ho s vojenskými poctami na Pražském hradě přijme Miloš Zeman, poté také premiér Bohuslav Sobotka. **ČTK**

#### Dalík. K soudu jde Topolánek

Pražský městský soud včera pokračoval v projednávání kauzy lobbisty Marka Dalíka, který podle obžaloby požadoval téměř půlmiliardový úplatek při vyjednávání o nákupu transportérů Pandur.

K soudu nedorazil žádný zahraniční svědek, a tak vypovídal pouze novinář Jan Kroupa, který kauzu odhalil. Soud bude pokračovat 21. srpna, kdy by měl k výpovědi přijít bývalý premiér Mirek Topolánek nebo tehdejší náměstek ministryně obrany Martin Barták. **ČTK**



#### Muž Beáty Rajské

Módní návrhářka Beata Rajská a podnikatel Libor Rajský jsou manželé už čtvrt století. Mají dva syny, jednu vnučku. Rajská pro iDNES.cz prozradila, že když Libora poznala, byl ženatý. „Můj muž vnímá módu jako spotřební věc a nebere ji tak vážně jako já,“ prozradila něco z jejich soukromí módní návrhářka. **MAFRA**

# Odtajněné spisy KGB popisují i pražské jaro

**Cenný archiv, který odmítly USA, ale Britové jej přijali, je teď dostupný také veřejnosti.**

Británie včera v archivu Univerzity v Cambridgeji zpřístupnila veřejnosti první část rozsáhlého souboru dokumentů, které před dvěma desítkami

let propašoval z Ruska někdejší agent sovětské tajné služby KGB Vasilij Mitrochin. Takzvaný Mitrochinův archiv, který je podle britských historiků vůbec nejdůležitějším vyneseným zdrojem zpravodajských informací, podrobně popisuje aktivity KGB a přináší seznam jejich agentů. Soubor obsahuje například informace o akci s krycím názvem Progres, kterou tehdejší šéf KGB Jurij Andropov namířil proti hnutí směřujícímu k demokracii

## Mitrochinův archiv

Jeden z nejcennějších zdrojů informací o praktikách KGB.

- Británie zpřístupnila 19 z 33 složek. Ručně psané poznámky v sešitech zůstávají tajné.

v Československu na jaře 1968. Podle listu The Guardian hovoří archiv o 15 „zkušebních agentech rozvědky“, kteří měli za úkol zaměřit se na

řadu lidí v Praze, zejména na redaktory médií a studentské vůdce, s cílem potlačit protisovětské hnutí. Mitrochin se materiály během rozpadu Sovětského svazu v roce 1991 snažil nabídnout americkému velvyslanci v jedné z pobaltských zemí, byl však odmítnut. Při pokusu na britské ambasádě mu však prý jeden diplomat po krátkém rozvažování řekl: „Dal byste si šálek čaje?“, zatímco nechal dokumenty prozkoumat experty. **ČTK**

## Ševardnadze. Zemřel politik sovětské éry

Zemřel čelný představitel demokratizačních reforem v Sovětském svazu, jeho někdejší ministr zahraničí a bývalý gruzínský prezident Eduard Ševardnadze. Politik zesnul včera po dlouhé nemoci ve věku 86 let. Do mezinárodního povědomí se zapsal jako blízký spolupracovník Michaila Gorbačova, který ve funkci generálního tajemníka sovětských komunistů a později coby první prezident Sovětského svazu prosazoval demokratizační reformy v zemi, známé jako „perestrojka“ a „glasnost“. Ševardnadzeovo jméno je mimo jiné spojováno s pádem Berlínské zdi a s ukončením takzvané studené války. „Byl upřímným zastáncem nového myšlení ve světě,“ ocenil včera 83letý Gorbačov svého zemřelého druha. **ČTK**

## Češka. Po dálnici se řítila 260 km/h

Rychlostí 256 kilometrů za hodinu se v noci na neděli řítila po dálnici ke Splitu jednačtyřicetiletá česká řidička. Jak včera informoval server 24sata.hr, policisté jejím vozem Audi naměřili závodní rychlost 41 minut po půlnoci v úseku, kde lze plyn sešlápnout maximálně na 130 kilometrů za hodinu. „Adrenalinová“ Češka si teď na chorvatských silnicích a dálnicích do příštího léta nezajezdí, aspoň ne za volantem. Kromě ročního zákazu řízení v Chorvatsku dostala pokutu. Jak vysokou, server neuvědl. **ČTK**

nout maximálně na 130 kilometrů za hodinu. „Adrenalinová“ Češka si teď na chorvatských silnicích a dálnicích do příštího léta nezajezdí, aspoň ne za volantem. Kromě ročního zákazu řízení v Chorvatsku dostala pokutu. Jak vysokou, server neuvědl. **ČTK**

## Jak je to v Česku

Kdyby se stal podobný incident v Česku, jak by dopadl neukázněný řidič?

- Řidiče na tuzemských silnicích čeká při překročení povolené rychlosti mimo obec o více než 50 kilometrů za hodinu zákaz řízení od šesti do dvanácti měsíců. A navíc pokuta od 5 do 10 tisíc korun a ztráta pěti bodů z 12.

rychlosti mimo obec o více než 50 kilometrů za hodinu zákaz řízení od šesti do dvanácti měsíců. A navíc pokuta od 5 do 10 tisíc korun a ztráta pěti bodů z 12.



Politik v roce 2009 AP

## Zprávy krátce

### Talibové si holi vousy, bojí se

Stovky bojovníků hnutí Taliban si údajně nechaly ostříhat vlasy a oholit vousy, aby unikly před ofenzivou pákistánské armády na pákistánském kmenovém území Severní Vazíristán. Leteckou ofenzivu tam zahájila armáda v polovině června po atentátu, který Taliban provedl na letišti v Karáči. „Před začátkem operace jsem zkrátil vlasy a bradku více než 700 místních a uzbeckých bojovníků,“ řekl jeden holič.

### Na Majdanu došlo ke střetu

Nejméně čtyři lidé byli hospitalizováni, když v noci na včerejšek utrpěli zranění při střetu v centru Kyjeva na náměstí Nezávislosti přezdívaném Majdan. Podle listu Ukrajinska pravda asi 40 maskovaných útočníků vtrhlo do majdanského tábora ve dvou skupinách. Údajně přitom honili lidi neslovanského vzhledu. Vyzbrojeni byli boxery, řetězy a baseballovými pákami. Motiv útočníků není zatím zřejmý. **ČTK**



### Začaly běhy s býky

Čtyři lidé se zranili při včerejším běhu s býky, kteří byli letos poprvé vypuštěni do ulic španělské Pamplony v rámci oslav svátku svatého Fermína. Jednoho z odvážlivců nabral býk na rohy, ale zranění žádného běžce nejsou vážná. Letošní oslavy potrvají do 14. července a na programu mají dalších sedm běhů. AP



INZERCE

INSPIROVÁNO SKOTÉČNÝM PŘÍBĚHEM NEWYORSKÉHO POLICISTY HALPRA SARGHEHO

PRODUCED BY JERRY BRUCKHEIMER

ERIC BANA EDGAR RAMÍREZ

CHRAŇ NÁS OD ZLEHO

OPRAVDOVÉ ZLO VÁS TEPRVE ČEKÁ

SCREENPLAY BY SCOTT DERICKSON. FILMS PRESENT. IN ASSOCIATION WITH LSTAR CAPITAL. A FILM BY SCOTT DERICKSON. ERIC BANA EDGAR RAMÍREZ DELIVER US FROM EVIL OLIVIA WENDE SEAN HARRIS AND JILL McGRATH CHRISTOPHER YOUNG HENRIK STENSON ERIC WALKER PAUL HERRICK BRADYBROOK GLENN H. BRADEN BEN MASTROEN MICHAEL SARGENT AND LISA COLLIER COOL

#INVOCAMVS

V KINECH OD 3. ČERVENCE

COOL STYLE IMPULS metrom Esquire falcon.cz

# Francouz projel Evropu na kole, jedl jen odpadky

**S hlavou zabořenou do popelnice** chtěl upozornit na masivní plýtvání potravinami. V Česku ho nechápali.

Pro většinu lidí znamená cesta po Evropě návštěvu nejvýznamnějších památek a ochutnávání místních specialit. Ne tak pro šestadvacetiletého Francouze Baptistu Dubancheta, který strávil část cesty Evropou s hlavou v různých popelnicích a kontejnerech. Posledních deset týdnů cestoval na kole z Francie do Polska a jedl pouze vyhozené jídlo, aby tak upozornil na plýtvání potravinami.

„Nevěřil jsem, že budu úspěšný,“ řekl Dubanchet zpravodaji CNN ve Varšavě, když dokončil svou 3000 kilometrů dlouhou cestu. „Myslel jsem, že budu mít čtyři nebo pět dní hlad a pak si něco budu muset koupit,“ dodal.



Největší pochopení pro jeho misi měli Němci.

B. DUBANCHET

Překvapila ho ale prý hojnost vyhozeného jídla, které dokázal nasbírat z odpadků supermarketů, pekáren a restaurací. Pohodlně se z nich uživil na celé cestě přes Lucembursko, Belgie, Nizozemsko, Německo a Česko až do Polska.

Cestou se držel přísného pravidla jíst jen to, co je vyhozené nebo k vyhození určené. Pokaždé se zeptal na dovolení v supermarketech nebo restauracích, než se ponořil do

jejich odpadků. V některých zemích pro jeho snažení měli větší pochopení než v jiných.

„V Česku to bylo hodně složitě,“ řekl. „Lidi nechápali, čeho se můj projekt týká. Mysleli si, že jsem bezdomovec. Nechápali cizince, který po nich chce jídlo z koše. A všechny supermarkety měly své odpadky velmi dobře uzamčené. Celé dny jsem jedl jen chléb.“ V Česku ale také zažil jeden z nejlepších okamžiků

na své cestě. „Dorazil jsem do veganské restaurace v Praze, kde měli tak plno, že museli zákazníkovi odmítnout,“ vzpomíná. „Vysvětlil jsem číšníkovi, co dělám, a on se za chvíli vrátil s nádherně naaranžovaným talířem jídla a zeptal se: Chcete tohle? Byla to špatně vyřízená objednávka a oni by to museli vyhodit. Byl jsem hladový a přijel jsem ve správný čas na správné místo,“ dodal. **ČTK**

## Hrozen vína. V Japonsku i za 5400 dolarů

Speciální lahůdku budou moci ochutnat páry japonských novomanželů v oddací síni ve městě Kanazawa v centrální části země. Provozovatel oddací síně pro ně totiž o víkend vydražil hrozen vína za rekordních 5400 dolarů (asi 108 tisíc korun). Informovala o tom agentura AFP. Hrozen se dražil v sobotu, v první den, kdy oficiálně začala sezona nákupu hroznů. Snítka s asi 30 kulčickami červeného vína vážila 800 gramů a jednotlivé kulčičky byly až tři centimetry velké. „Překvapilo mě, že cena vystoupala výš, než jsem čekal, ale chtěl jsem párům novomanželů nabídnout něco, co jim posílá vzpomínku na svatební den,“ řekl majitel svatební síně, jehož jméno zprávy neuvádějí. Japonci často dávají nejkvalitnější ovoce – například třešně či melouny – jako dárky. **ČTK**



Sladký luxus JAPANTIMES

# Letní čtení. Dnes o spokojené blbce

Ukázka z knihy Ilony Ondráčkové *Spokojená blbka*.

Intelligence se zbytečně přeceňuje. Ještě jsem nepotkala chlapa, který by měl jako prioritu: že chce chytroit! Nejdřív – štíhlo nebo hezkou nebo sportovní postavu nebo mladou anebo ti starší chtějí chalupářku. Chytří chlapi chtějí hezké a méně chytré baby. Oni vědí proč. Mají doma klid. Tam nepotřebují vést žádné hluboké diskuse. Ty vedou v zaměstnání, nebo v hospodě, nebo na fotbale. Proto mám Dušana :) Chodit můžu, s kým chci, a pokecám s Dušanem. O knížkách, o hudbě, o filmech, o ženských, o chlapech. Dušan je pyšnej, že má inteligentní kamarádku, a já jsem šťastná, že Dušanovi neperu a neuklízím. Přiznám se vám, že občas se dělám blbější, než ve skutečnosti jsem. Chlapi to milují. Pomáhat radou i službou slabšímu pohlaví. Třeba včera – ptala jsem se „výťahářů“, jestli už jezdí výtah. Jeden stál na kabině, druhý v kabině. Takže každému chlapovi, a i mým dcerám, kterým jsem potom

tlumočila svou příhodu, muselo být jasné, že výtah ještě nejede a pojede až 13. 11., jak je napsáno na letáku. Ale pánové mi vůbec neodseklí, ale měli se mnou trpělivost a rozpovídali se sami o tom, že momentálně nejede, co ještě musí udělat pro to, aby jel, a kdy pojede. Zkrátka milé ženy – přes ten feminismus nám to neklapne. Ale mohly bychom to prubnout přes tu slabost a menší blbost. Jinak ty chlapy nezmačkne. Roky utíkají, diety mě nebaví, v posilovně bych si mohla ublížit, hezčí už nebudu, plastikám nevěřím a s tím sexem už to taky nebude žádná sláva. Tak mi zbývá nějaký trpělivý ošetřovatel příležitostně slabomyšlné ženy. „To je von, jak mi napsal průmyslovka s měkkým i!“ ukazovala mi pohledem ráno při společné cestě přes most jednoho mladého muže Karolína. „Ale je docela hezkej.“ Okomentovala jsem chlape. A v duchu si vzpomněla: tvůj otec, drahá dcero, byl taky samá hrubka. „A taky už se celej rok nečešal.“ „Vypadá sympaticky.“ Tatínek se taky nečešal. Trpěl utkvělou představou, že česáním vlasy řídnou. „Je to pro-

**VÍTE, ŽE ELEKTRONICKÉ KNIHY JSOU LEVNĚJŠÍ O 30-40 % NEŽ TIŠTĚNÉ?**

- ▶ Tisíce titulů v češtině, desítky žánrů
- ▶ Pravidelné slevové akce
- ▶ Jednoduchý nákup
- ▶ www.knihy.idnes.cz



Povídky můžete číst též v elektronické podobě na e.metro.cz

**Knihy IDNES.cz**

padlák.“ „Ty děláš, jako bys byla jedničkářka.“ Její bývalý přítel měl taky problémy s češtinou a už je na vysoké. A nikdy si nepamatují, že by se zabývala jeho znalostmi vy-

menovaných slov. „Tssss.“ Jmenoval se Martin a chtěl pozvat Karolínu na rande. Telefonní číslo na ni dostal od její kamarádky. A napsal jí, že se společně potkali na maturitním plesu průmyslovky. S hrubkou. Jaké z toho plyne poučení? A) Že jablko může padnout daleko od stromu. B) Že se jí skutečně nelíbil. C) Že jsem si vzala za manžela muže, který neuměl jazyk český, nečešal se, a právě proto to dopadlo blbě. D) Kdo neumí češtinu – neměl by se ženit, měl by se češat a neměl by psát SMS. E) Škola je základ života. F) Karolína si může najít někoho, kdo bude znát jazyk český, a stejně to bude vůl. G) Karolína si žádnýhů vola nevybere, protože má představu, koho chce a koho ne. H) Celá naše rodina je blbě, protože zná vyjmenovaná slova po M. M jako mysllet! Hledej rozdílly:

Já to vím, že jsou lidi divní. A trochu v něčem jiní, než jste třeba zrovna vy. A určitě dlouho zkoušeli být stejní nebo normální. Přizpůsobit se. Ale to není zkrátka jejich přirozenost. A kdo je vlastně ten prototyp normálního? Nebo běžného člověka? A jak

### Vážení čtenáři,

po celé léto můžete v Metru najít letní povídku či čtení.

- Deník Metro včetně povídky si můžete přečíst též elektronicky na e.metro.cz.
- Povídky přinášíme spolu se serverem knihy.idnes.cz, kde lze tyto, ale i jiné knihy zakoupit.

by měl vypadat? A jak se má přesně chovat? A jaký by měl mít vlastnosti? Je to běžné chování, nebo slušné chování, nebo průměrné chování? A je mi divný, že když už teda víme, že se někdo odlišuje a nemůže se změnit, proč to nemůžeme přijmout? Jako holý fakt. Oni nám taky tolerují naši normálnost. Takže když vyžadujeme respekt k vlastní normální osobě – měli bychom poskytnout stejnou službu těm druhým. Je hrozně jednoduchý zjistit, co nás rozděluje a v čem se lišíme. Je to asi nějaká naučená disciplína škatulkovat si lidi: blběj, chytřej, hodí se, manuálně zručnej, blázen, hňup... já to dělám taky.

**Sudoku**

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

**Napište svou bublinu**



Napište bublinu a reagujte na sloupek na: [www.facebook.com/denikmetro](http://www.facebook.com/denikmetro)



Napadá vás vtipný popisek?

**Počasí**

<p><b>DNES</b></p> <p>Min. 24 Max. 29</p>	<p><b>ZÍTRA</b></p> <p>Min. 16 Max. 20</p>	<p><b>ČTVRTEK</b></p> <p>Min. 18 Max. 22</p>	<p><b>PÁTEK</b></p> <p>Min. 19 Max. 23</p>
---	--	--	--

**Stupeň zátěže pro dnešek: bio 3**  
**Vysoká zátěž.** Vyvarujte se zvýšené psychické zátěže a vykonávejte pouze lehké, nezbytné nutné práce a sledujte svůj zdravotní stav.  
**Teplotní rekord:** 35,0 °C  
**Rok výskytu:** 1845

**Kvíz**

- Jako královna soulu bývá označována americká zpěvačka a pianistka pocházející z Memphisu:  
**a) Aretha Franklin**  
**b) Erykah Badu**  
**c) Tracy Chapman**
- Severočeské město Děčín leží v Ústeckém kraji na soutoku dvou řek, je to Labe a:  
**a) Bílina**  
**b) Ohře**  
**c) Ploučnice**
- Forma tradičního japonského loutkového divadla vznikla na konci 16. století, jmenuje se:  
**a) kurogo**  
**b) kabuki**  
**c) bunraku**
- Postava, která se v komedii Marečku, podejte mi pero! odstěhovala do Humpolce, se jmenovala:  
**a) Kyslík**  
**b) Dusík**  
**c) Hliník**
- Na pomezí Javorníků a Moravskoslezských Beskyd je na vrchu Čarták rozhledna:  
**a) Súkenická**  
**b) Vartovna**  
**c) Jurkovičova**

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

**ČT1**

- 13:20 Horákoví
- 14:15 Okouzlení (7/20)
- 15:10 Zahrada je hra
- 15:30 Jsou hvězdy, které nehasnou
- 16:25 Vše o vaření
- 16:45 Cestománie
- 17:15 Všechnopárty
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 AZ-kvíz
- 18:55 Události za okamžik a počasí
- 19:00 Události
- 19:40 Festivalové vteřiny 2014
- 19:50 Branky, body, vteřiny



**20:00 Vínnetou**  
 Western (N/It./Jug., 1963). První setkání a velké dobrodružství legendárního indiánského náčelníka a jeho hrdičného přítele Old Shatterhanda. Na motivy románů Karla Maye. Hrají: P. Brice, L. Barker, M. Versinová, R. Wolter, M. Adorf a další. Režie H. Reinl

- 21:40 Hogo fogo Homolka
- 22:59 Losování Šťastných 10 a Šance milion
- 23:00 Hercule Poirot
- 23:55 M15 IV (6/10)
- 00:50 AZ-kvíz
- 01:15 Designtrend
- 01:30 Zajímavosti z regionů
- 01:55 Zahrada je hra
- 02:15 Dobré ráno

**ČT2**

- 16:25 Technické divy světa: Opera v Sydney
- 17:15 Jistě, pane premiére (12)
- 17:50 Směr rovník: Bitva o světlo
- 18:45 Večerníček
- 18:55 ABCD ekologie aneb Životabudí: PET láhve versus staré dobré skleněné a těžké láhve
- 19:00 Bratři a sestry V (21)
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy v českém znakovém jazyce
- 19:55 Cesty k úspěchu



**20:00 Dějiny světa (1/8)**  
 Dok. cyklus. Příběh sedmadesátit tisíc let lidské historie. Unikátní dokumentární cyklus BBC vznikl osm let

- 21:00 Letecké katastrofy: Požár na palubě
- 21:55 Evropa tančila válčí
- 23:35 Sestřička Jackie III (1/12)
- 00:05 Přezít!
- 00:55 Americké století očima Olivera Stonea (1/10)
- 01:55 Cestománie
- 02:25 Smrádek, bordýlek a globální teploučko
- 02:50 „Honiti je naše potěšení“
- 03:15 Ze zoo do zoo
- 03:40 Babylon

**NOVA**

- 12:25 Sue Thomas: Agentka FBI II (3)
- 13:25 Beze stopy VI (5)
- 14:20 Zákon a pořádek: Zločinné úmysly VI (10)
- 15:15 Ordinance v růžové zahradě 2 (64)
- 16:30 Krok za krokem VI (22)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 17:35 Hospoda (7)
- 18:15 Pojišťovna štěstí
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



**20:20 Krokodýl Dundee v Los Angeles**  
 Akční komedie (USA/Austr., 2001). Slavný Michael J. Krokodýl Dundee se spolu se synem a manželkou Sue Charleatonovou vydají do divočiny velkoměsta. A právě tady začíná to pravé dobrodružství... Hrají: P. Hogan, L. Kozlowski, S. Cockburn

- 22:10 Víkendové prázdniny
- 22:50 Lovci zločinců II (19)
- 23:40 Zákon a pořádek: Útvar pro zvláštní oběti XIII (2)
- 00:30 Kriminálka Anděl II
- 01:30 Novashopping
- 02:00 Zákon a pořádek: Zločinné úmysly VI (10)
- 02:45 Mike a Molly III (5)

**PRIMA**

- 13:35 Wolffův revír II
- 13:55 Siska V (8)
- 14:10 Zhroutil. Krimiseriál (N, 2003)
- 16:30 Komisař Rex VI (15)
- 17:30 Odpolední zprávy Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimi zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 VIP zprávy



**20:15 Po stopách krve**  
 Krimifilm (ČR, 1969). Major Kalaš pátrá po deviantním vrahovi dětí, u něhož pohled na krev probouzí skrývanou agresivitu. Hrají: R. Hrušínský, V. Ptáček, I. Prachař, K. Delapina, V. Huber a další. Režie P. Schulhoff

- 22:10 Přeslapy (3)
- 23:25 Myšlenky zločince VIII (20)
- 00:20 Spravedlnost v krvi III (2)
- 01:15 Vraždy v Kitzbühelu IV (2)
- 02:05 Siska V (8)
- 03:05 Wolffův revír II

**PRIMA COOL**

- 12:15 Akta X IV (24)
- 13:10 Dobývatele ztracené pravdy II (7)
- 14:10 Simpsonovi VI (9)
- 14:40 Simpsonovi VI (10)
- 15:10 Boříči mýtů VII (25)
- 16:15 Ztraceni (1)
- 17:10 Jmenuju se Earl II (6)
- 17:40 Námořní vyšetřovací služba L. A. III (22)
- 18:30 Simpsonovi VI (11)
- 18:55 Simpsonovi VI (12)
- 19:20 Kdo přežije: Návrat hvězd (15)



**20:15 Top Gear XIX (1)**  
 Magazin (VB, 2013). Nejslavnější motoristický magazin světa, který pravidelně sleduje tři sta milionů diváků. Vizualně působivé představení vozů je doprovázeno odlehčeným komentářem, který zaujme nejen technické nadšence

- 21:20 Teorie velkého třesku VII (11)
- 21:50 Partička
- 22:45 Legenda o Lilith
- 00:35 The Big Bang Theory VII (11)
- 01:00 Jmenuju se Earl II (6)
- 01:25 Partička
- 02:00 Akta X IV (16)
- 02:45 Legenda o Lilith
- 04:10 Wilfred (5)

**ÓČKO**

- 06:00 Ranní fresh
- 10:00 Letní mix
- 11:00 Óčko hity
- 12:00 Simply the best
- 13:00 Óčko hity
- 20:00 CZ & SK
- 21:00 Ibiza



**21:05 Devadesátky v devět**  
 Osmdesátky a devadesátky přinesly tolik hitů, že je opravdu z čeho vybírat. Toto tisíciletí je ještě mladé, ale začínalo také skvělou muzikou

- 22:00 Millennium
- 22:55 Vyletnuté léto
- 23:05 Love zone
- 23:30 Sexy game
- 01:30 Óčko flirt

## Sloupek

TEREZA  
BOUČKOVÁ

SCENÁŘISTKA A SPISOVATELKA

SLÁVA VÍTĚZCE,  
ČEST PORAŽENÝM

Je krásné sledovat mistrovství světa ve fotbale, i když jsou teď zápasy o dost opatrnější a skoupější na góly. Zažila jsem zahájení v Chorvatsku; Chorvaté hráli s Brazílci úplně první zápas. Svému národáku fandila snad celá země. Servírky, prodavačky zmrzliny, pinglovy, kapitáni na lodích, prodavačky v obchodech, všichni na sobě měli chorvatský dres. I sochy a auta. Jen náš lodní kuchař se oblékl do dresu brazilského a chvíli

## Cítát

Můj obdiv a díky patří i všem dalším Čechům, které také hrály výborně.

ledne. Koncert pro jednu skvělou hráčku, která v pravý čas překonala útrapy rozhoupané psychiky, jež jí bránila vyhrávat zápasy, na které měla. Petřino vítězství bylo rychlé, krátké a až zázračně jednoduché. Hrála skvěle. Bezchybně. Ohromně soustředěně. Zkušeno.

Před třemi lety, kdy Wimbledon vyhrála poprvé, si pak s tím vším, co náhlá sláva obnáší, nevěděla rady. Být celebritou ze dne na den není jen tak. Naštěstí nezpychla a nevyměnila své lidi za jiné. A tak vyhrála podruhé! Dojalo mě její dojetí, když po zápase, už dekorovaná, hovořila v krátkém interview ke stadionu a světu. Bylo to skromné a vřelé a líbilo se mi, jak do anglických odpovědí vsunula české přání tátovi k narozeninám. Můj obdiv a díky patří i všem dalším Čechům, které také hrály výborně. Českou vítězku nevidí Wimbledon naposledy!

## Dopisy a vzkazy

Protekční  
espézetky

Nevím, jak je to doopravdy. Prý za protekční registrační (dříve poznávací) značku na auto jsou snobové ochotni dát úplatek v průměru deset tisíc korun. Domněnce, že tomu tak je, nahrává fakt, že se značky s nápadným souborem číslic vyskytují prakticky výhradně na drahých vozech. Spočítáme-li počet takových souborů v jedné tisícovce vydávaných značek, je to docela velké číslo. Jde například o čtyři stejné číslice, dva páry číslic stejných nebo rozdílných se opakujícími a podobně. Možná, že to jsou pomluvy, ale proč ten nápadný výskyt takových značek? Proč také dávají lidé určitého druhu za nápadnou značku značný peněz, místo aby podarovali nějaké nemocné děčko? Snad je taková značka něco jako znak „zdravé“ arogance, jímž se honosí. Já bych se za ni styděl. Možná, že nějak ovlivní policisty (pozor, jede víajpík!), nevím. Možnost kupovat si značky na přání legálně pan ministr Prachař odsunul o rok. Ze by lobbisté zapracovali?

JAN ŠÍŠINKA, Brno

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

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

## Výrok dne



„Že mě nechtějí ve čtvrté lize? Nesmysl.“

MARTIN FENIN, ČESKÝ  
FOTBALISTA

Spekulace okolo jeho budoucího angažmá Martina Fenina vytáčeji. Podle svých slov nabídky má a počítá s tím, že bude hrát v zahraničí. Nejlépe v Německu, přál by si.

## Slovo dne

## DEKOROVAT

(ze sloupku Terezy Boučkové na této straně)

Ozdobit, vyzdobit;  
slavnostně odevzdat  
vyznamenání

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK  
CIZÍCH SLOV



## Zprávy v obrazech



## Pink Floyd. Chystá se nové album

Britská rocková skupina Pink Floyd v říjnu vydá po dvaceti letech nové album s názvem The Endless River. Obsahuje dosud nezveřejněné skladby, na kterých se před smrtí podílel klávesista skupiny Rick Wright. S odvoláním na manželku zpěváka a kytaristy skupiny Davida Gilmoura Polly Samsonovou (oba viz foto) o tom informují britská média. PROFIMEDIA.CZ



## Timber Timbre. Konečně i u nás

Do Česka poprvé zavítá kanadský folkový projekt Timber Timbre, představí se v pražském Chapeau Rouge 31. října. Vstupenky jsou k dostání od zítřka v prodeji v síti Ticketpro nebo skrze facebookové aplikace promotéra Fource Entertainment. Mezi poslední úspěchy této formace patří nominace asociací Nezávislé hudby v kategorii Best Live Act Award pro rok 2014. PROFIMEDIA.CZ

## Řešení sudoku

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

## Anketa Které pražské podchody jsou nejdopornější?



**Karolína  
Mrkvíčková**  
Nejdopornější je na  
Vltavské pod  
magistrálou.



**Jana  
Kůlová**  
Podchod u Štvanice  
je dost  
pršerýny.



**Martina  
Bovanová**  
Nechutný  
je podchod  
u Muzea.

## Komiks







The match between England and Sri Lanka at Lord's Cricket Ground in London

3 x PROFIMEDIA.CZ

# SEEING THE ACTION!

**Dear readers, this is the last English page before the summer break.**

Have a nice holiday and we'll be back with more English reading in September.

The United Kingdom is famous for sport. Many of the world's most famous sports draw their inspiration from the UK. Rugby, football and cricket all have their roots in British history. Many Britons spend their free time either actively playing sport in clubs and teams or watching, either on big 1) \_\_\_\_\_ in pubs or at home with their families.

But if you are travelling to the UK and want to see some of the action, where are the best places to go and how do you get tickets?

Strawberries and cream and Pimms, these are the traditional accompaniments to the two weeks of tennis and rain that take 2) \_\_\_\_\_

## Lesson No. 15

**BRITISH COUNCIL**



Golf in St Andrews

in June and July at Wimbledon. Tickets are hard to get, but if you're prepared to queue outside, even over night, you could be one of the lucky ones to see your heroes on the grass courts. Find out more here [www.wimbledon.com/en\\_GB/tickets/index.html](http://www.wimbledon.com/en_GB/tickets/index.html)

If football is your thing, then the UK is the place to go to. All four parts of the country have their own leagues and national teams. Clubs like Liverpool, Arsenal, Man-

### Activity 1

Put the words in the correct place in the text:

- a. place
- b. sound
- c. spaces
- d. known
- e. screens

### Activity 2

Put the two halves of the collocations together:

- 1. draw
- 2. spend
- 3. buy
- 4. find out
- 5. hard
- a. tickets
- b. more
- c. to get
- d. free time
- e. inspiration

chester City and Celtic are well 3) \_\_\_\_\_ all around the world. Wherever you find yourself in the UK, you can be sure that there's a game kicking off nearby. You can buy tickets from each club's website or try the Pre-

### Activity 3

Choose the correct meaning for the words and phrases in bold in the text.

- 1. **to have their roots means**  
a) to come from  
b) to be strong
- 2. **queue means**  
a) wait in a line  
b) sit down
- 3. **your thing means**  
a) something you like  
b) something you do every day
- 4. **sipping tea means**  
a) making tea  
b) drinking tea slowly
- 5. **package means**  
a) a present  
b) a trip with everything included

mier League's own site: [www.premierleague.com/en-gb.html](http://www.premierleague.com/en-gb.html)

The UK has lots of green 4) \_\_\_\_\_ and many of these have been turned into golf courses. The most famous is the Royal and Ancient Golf Club at St Andrews in Scotland. Known as the home of golf, many championships, including the world famous Open take place here. If you fancy a package with a great hotel, look here: [www.standrews2015open.com/](http://www.standrews2015open.com/)

If your idea of a great sporting experience is spending a day sipping tea, eating cucumber sandwiches and liste-

### Answers

#### Activity 1

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

#### Activity 2

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

#### Activity 3

1. a; 2. a; 3. a; 4. b; 5. b

ning to the 5) \_\_\_\_\_ of a ball on a bat, then you have to go to the Lord's cricket ground in London. Cricket, with its nineteenth century traditions, is very popular all over England. **TONY PEACHMENT**

## Impuls pro Metro

## Proč věříme tomu, co slyšíme?

Může za to systém stádo-  
vosti, který v nás vyvolá-  
vá od dětství rodina, ško-  
la, společnost. Svým cho-  
váním navíc ovlivňuje-  
me lidi kolem sebe a oni  
zase nás. Souvisí to  
nejen s nízkým sebevě-  
domím člověka obecně,  
ale i se sociální a emoční  
inteligencí, která se dá  
zvyšovat. Důležité je  
myslet na sebe, šířit dob-  
ré činy a nápady. Lidé je  
kopírují a vrátí se to  
zpět.



Pořad Zdraví poslouvejte  
každou neděli v 7.40  
a 15.45 na Rádiu Impuls.

# Na dovolené jezte to, co jíte doma

**Vyrazíte-li do zahraničí a budete se stravovat v místních restauracích, dodržujte zásady, abyste se vyhnuli zaživacím potížím.**

Různá omezení se týkají hlavně těch lidí, kteří již nějakými zdravotními indispozicemi trpí. „Část turistů občas zapomenou na své zdravotní problé-



Děti by měly jíst především vařené pokrmy.

PROFIMEDIA.CZ

## INZERCE

### Prodělal(a) jste srdeční infarkt nebo mozkovou příhodu? Trpíte nedokrvěním tepen dolních končetin (ICHDK)?

Hledáme zájemce o účast v klinickém hodnocení účinků přípravku snižujícího hladinu **LDL cholesterolu**, podávaného pacientům, kteří prodělali srdeční infarkt, mozkovou příhodu nebo trpí nedokrvěním tepen dolních končetin (ICHDK). Cílem tohoto klinického hodnocení je dokázat, že podání hodnoceného přípravku sníží riziko opakování srdečně-cévních příhod.



Klinické hodnocení je určeno pro pacienty ve věku 40 až 85 let, účast v tomto výzkumném hodnocení je dobrovolná a veškerá vyšetření i studovaný lék jsou poskytovány bezplatně.

Máte-li zájem, dozvědět se další informace, kontaktujte prosím, Zdravotnická zařízení CCBP v pracovní dny mezi 12 až 16 hod.  
Praha 3, Vínohradská 174 – tel.: 725 027 328 nebo 230 230 940  
Brno, Hybešova 20 – tel.: 734 574 598 nebo 515 550 902



www.ccbp.com

**CARBOSORB<sup>®</sup> imuna<sup>®</sup>**  
tablety  
PROTI HNAČCE  
PROTI PRŮJMU

Carbo aktivativ (aktívny uhlík)  
Pre deti od 3 rokov a dospelých.  
Pro deti od 3 let a dospelých.

20 tablete

www.strevnipotize.cz

✓ účinný lék proti průjmů  
✓ pro dospělé, děti od 3 let, těhotné i kojící

**PATŘÍ DO VAŠÍ LÉKÁRNIČKY, I NA CESTY**

Volně prodejný lék k vnitřnímu užití. Pozorně čtěte příbalový listek. O správném použití léčivého přípravku a případných nežádoucích účincích se poraďte se svým lékařem nebo lékárníkem.  
Carbosorb, 20 tbl. - Účinná látka aktivní uhlí /Carbo aktivativus 320 mg v jedné tabletě.

my, nebo někdy ani neví, že má žlučkové kameny nebo jiné zatím skryté onemocnění zaživacího traktu, a chce vyzkoušet v dané destinaci místní jídelniček. Nemusí to ale po každé dopadnout dobře,“ vysvětluje lékař internista Ladislav Krajčí z Polikliniky profesora Řeháka v Praze 5.

Někdy se zaživací obtíže objeví až po opakované dietní chybě nebo po vypití místního alkoholu. Obvykle to jsou žlučnickové koliky nebo podráždění slinivky, ale daleko častěji to bývá podráždění nebo až zánět žaludeční a střevní sliznice. Přitom projevy bývají podobné – kolikovitá bolest břicha, zvracení, průjem.

V hotelovém jídelničku je tedy lepší vybírat osvědčená jídla, na která jste zvyklí z domova. „Pokud víte, že tolerujete doma jen určitou vybranou dietu, tak raději nezkoušejte žádné experimenty s exotickými specialitami. Nemělo by být problémem pít balené vody, čaje, kávy, aperitivů, sklenice piva, vína nebo ředěného tvrdého alkoholu, stejně by neměla být problémová zmrzlina, čerstvé nebo kompotované ovoce nebo jogurty a sýry. Určitým rizikem může být v hotelu syrová zelenina, byť je jistě vždy umytá, raději ale volte vařenou zeleninu

### Přejedení, či otrava?

**První projevy zaživacích potíží přicházejí velice záhy po nestřídmém požití jídla či alkoholu.**

- Začínají pocitem na zvracení, plnosti v břiše nebo křečemi. Pak se dostaví opakované zvracení nejdříve kyselého, pak hořkého obsahu s úlevou, někdy ještě následně přichází řídká stolice.
- Pokud požijete zkažené nebo infikované jídlo, obtíže se objeví do několika hodin, záleží na stupni intoxikace, tedy množství požitého zkaženého jídla. K pocitu na zvracení a křečovitým bolestem břicha se může přidat teplota a průjem.
- Pokud zaživací obtíže spontánně neodezní do 2 až 3 hodin, je třeba vyhledat lékaře.

### Děti a jídlo na cestách

**Děti by měly jíst zásadně šetrná a neдрáždivá jídla.**

- Přednost by měly mít vařené, dušené pokrmy a polévky, starší děti mohou i grilované nebo pečené libové maso i ryby.
- Rodiče by měli dohlédnout, aby se děti nepřejídaly sladkostmi, a měli by hlídat jejich příjem tekutin. Před každým jídlem je také důležité, aby si děti umyly ruce.

ochutnání způsobí v ústech nepříjemnou pálivou chuť. „Preventivně bych se vyhýbal mletým pokrmům, často jde o zpracované zbytky jídla z předešlého dne. Také vynechte ostře kořeněná jídla,“ varuje lékař.

Vodu pijte zásadně balenou. Je jen málo států na světě, kde si můžete dovolit pít vodu z vodovodu bez následků. Někdy se stačí nechtěně napít vody z bazénu nebo v moři a zvracení či průjem se mohou objevit do několika hodin či do druhého dne. Obvykle se pak příčina hledá v jídle a pití v hotelu. Známým nebezpečím je také ledová tříšť přidávaná do nápojů, té se je třeba vyhnout vždy. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

nebo zeleninové polévky,“ radí lékař Krajčí.

I když na první pohled vypadá interiér restaurace v pořádku a příprava i servírování jídla a pití personálem jsou podle vašich představ, přesto jídlo nejprve ochutnejte. Zkažené jídlo lze často poznat už podle jeho vzhledu, bývá nevalné vůně a chuti a již první

## Kvitová. Večirek si užívala do noci



Zpět doma i s mísou pro vítězku Wimbledonu

ČTK

Mísa pro vítězku grandslamového turnaje z londýnského Wimbledonu je v Česku. Přivezla si ji včera Petra Kvitová, současná čtyřka ženských světových tabulek. Ta prožila náročnou nedělní noc. Zúčastnila se totiž tradičního bálu šampionů, na kterém byla až do dvou hodin do rána.

Na bále se stejně jako před třemi lety, kdy ve Wimbledonu vyhrála poprvé, potkala s vítězem mužské dvouhry Novakem Djokovičem. „Je to trochu kuriózní. Když jsme se vítali u stolu, řekl mi, že říkal svému týmu, že ho motivuje k vítězství. Když vyhraju

v sobotu, tak on vyhraje v neděli. Já jen doufám, že to takhle bude ještě párkrát,“ podotkla Kvitová s úsměvem.

Šaty na bál si vybírala až v neděli. „Vybrala jsem si je odpoledne. Bál začal docela pozdě, až v půl desáté. Už jen to, že tam můžete být, je samo o sobě speciální. Byla tam spousta wimbledonských šampionů a našťastí se netancovalo,“ smála se šampionka.

Oslavám určitě ještě není konec, nějak se prý chystají ve Fulneku. Teď se ale Kvitová těší především na týdenní odpočinek. **RB a ČTK**

### Zprávy krátce

#### Berdych je pátý

Po letošním Wimbledonu se ve světovém žebříčku neposunula pouze jeho vítězka Petra Kvitová (momentálně je 4.), ale také Tomáš Berdych. I přes porážku ve třetím kole v žebříčku stoupl z šestého na páté místo. Těžil hlavně ze čtvrtfinálové porážky loňského vítěze, Brita Andyho Murrayho.

#### Zemřel di Stéfano

Legendární fotbalista Alfredo di Stéfano včera v 88 letech zemřel. Bývalá hvězda Realu Madrid v sobotu, den po svých narozeninách, utrpěla infarkt. Od té doby rodák z Argentiny, který reprezentoval i Kolumbii, a především Španělsko, ležel na koronární jednotce nemocnice v Madridu. **ČTK**

# Brazilci budou hrát za Neymara

**V prvním semifinále se utkají Brazílie s Německem.** Podle Němců budou domácí bez Neymara ještě víc stmelení.

Na mistrovství světa ve fotbale se dnes začíná hrát o finále. O možnost bojovat o pohár pro vítěze usilují domácí Brazílie, Německo, Argentina a Nizozemsko.

Souboj Brazílie s Německem můžete sledovat dnes od 22 hodin. Brazilcům ale bude kvůli zranění v předchozím duelu chybět jejich hlavní hvězda Neymar.

Podle Němců může absence hráče Barcelony domácím naopak i pomoci. „Byl bych radši, kdyby hrál. Brazilci teď budou bojovat za něj a pro nás to tak bude velmi těžký zápas,“ prohlásil německý trenér Joachim Löw.

„Jeho spoluhráči se ještě víc semknou a budou chtít pro něj získat titul,“ myslí si



Brazilci si na domácím šampionátu stále užívají.

AP

jedna z německých hvězd Bastian Schweinsteiger.

Německý kouč se navíc obává ještě jedné věci, a to tvrdosti brazilské hry. „Viděl jsem čtvrtfinále Kolumbie-Brazílie a oba týmy udělaly asi milion faulů. Skákali si na záda jen proto, aby přerušili hru,“ konstatoval Löw.

Brazilcům bude vedle Neymara chybět také vykartovaný kapitán Thiago Silva. Neymara nejspíš nahradí zálož-

ník Willian, který při nedělním tréninkovém utkání nastoupil na místě barcelonské hvězdy. „Ale nemůžete nás srovnávat, protože hrajou úplně jinak. Neymar je spíš útočník a dává hodně gólů, zatímco já spíš připravuji šance pro spoluhráče,“ řekl Willian.

Německo se v semifinále světového šampionátu představí čtvrtě za sebou, napolevdy v něm však uspělo v roce 2002. **RB a ČTK**

## ZOH 2022. Ve hře jsou tři kandidáti



Zimní olympijské hry v roce 2022 se uskuteční v Pekingu, Oslu, nebo v Almaty. Mezinárodní olympijský výbor včera oznámil, že ve hře zůstávají všichni tři kandidáti, kteří po odstoupení ostatních adeptů z ZOH 2022 odstoupil jako poslední v minulém týdnu Lvov kvůli aktuální politické a ekonomické situaci na Ukrajině. Už dříve se kandidatury vzdal Stockholm i polsko-slovenský projekt pod hlavičkou Krakova. Mnichov po nesouhlasu občanů v referendu od záměru odstoupil ještě před podáním přihlášky. Oslo ponechal výkonný výbor MOV ve hře, i když budoucnost kandidatury je nejistá. O pořadatelce se rozhodne v květnu 2015 na zasedání MOV v Kuala Lumpur. **ČTK**

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, palác koruna, Praha 1, po-čt 8-18 hod., pá 8-17. Tel: 225 065 177, 178, fax: 225 066 653

### Práce - nabídka

• Hledáme spolupracovníky pro činnost ve volební komisi, celá ČR v rámci komunál. a senát. voleb. Odměna 1.300 Kč. Info t.: 608 304 952, www.jnds-sp.cz

### Finance - nabídka

• 1. platba až po vyplacení půjčky! AKompas.cz půjčky bez registru, peníze do 3 dnů. Kanc. Brno, vl. zdroje + zprostřed. pro 2 věřitele. 732744679 i SMS

### Služby - nabídka

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

### Oznámení - nabídka

• Tým AD Centra FN KV Praha zve osoby 50 let a více do výzkumu paměti na neuropsychol. vyšetření (zabýváme se Alzheimerovou nemocí). Podmínky: bez neurologického a psychiatrického onemocnění a léčby. Tel.: 267 162 344 (po zanechání vzkazu se ozve), e-mail: adcentrum12@gmail.com

### Intimní - nabídka

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

• Vezmi ho do ruky a zavolej mi na 844 844 005, 5Kč/min.

• Kontakty na sexy ženské přímo z Tvého okresu! Blondýnka nebo brunetka? Napiš SMS ve tvaru 77CTD a text na 909 15 50

• Exklusivní milenka Nataša (28)! Nonstop! Zavolej mi 909 80 50 40 nebo napiš SMS na 909 15 40 s kódem 33GXB a textem!

• Pěkná a zkušená babička Marie (59) Tě vysaje! NEVÁHEJ a zavolej! Kontakt: 909 801 801 kód HDD95



• **Bohatá Alice**, hledám výkonného milence! Ani na okamžik nezalutuješ! Chci tě! Cinkni mi 909 801 801 nebo pišni SMS na 909 15 45 s kódem 34PNB a textem!



O vítězství Marcela Kittela v poslední britské etapě rozhodl až závěrečný spurt. AP

## Bárta na Tour unikl pelotonu

**Český závodník Jan Bárta** dal o sobě na Tour de France vědět. Vyhrál ale Němec Kittel.

Debutant na Tour de France Jan Bárta se v 3. etapě slavného závodu blýskl dlouhým únikem, který skončil až šest kilometrů před cílem. Peloton českého jezdce, jenž zaútočil hned po startu s francouzským cyklistou Jeanem-Marie Bideauem, v deštivém Londýně pohltil a rozhodlo se až v hromadném spurtu. Nejrychlejší byl stejně jako v sobotu Němec Marcel Kittel.

Trojnásobný mistr republiky v časovce Jan Bárta z druhodivizního německého týmu NetApp-Endura odjel s Bideauem v úniku téměř 150 kilometrů. Jejich náskok

činil nejvíce čtyři a půl minuty. Když zbývalo do cíle osm kilometrů, Bárta odjel Bideauovi, ale nedlouho poté ho peloton dostihl.

Spurterské schopnosti potvrdil na cílové rovince před Buckinghamským palácem šestadvacetiletý Kittel a na Tour získal už šestý vavřík. Žlutý trikot lídra závodu uhájl italský spolufavorit Vincenzo Nibali.

Bártova ztráta v cíli na čelo činila 19 sekund, jeho kolega z NetAppu Leopold König na rovinaté etapě nabral nečekaně minutové manko. Českým závodníkům tak v cíli 3. etapy patřilo 85., respektive 10. místo. V celkovém pořadí je König na 40. a Bárta na 81. příčce.

Tour de France ještě včera po skončení etapy po třech dnech opustila britské území a přestěhovala se do Francie. Dnešní 4. etapa dlouhá 163,5 kilometru vede z Le Touquet-Paris-Plage do Lille. **črk**

INZERCE

**TISÍCE E-KNIH NA JEDNÉ ADRESE**

VÍCE NEŽ **9000** E-KNIH NA JEDNOM MÍSTĚ AŽ **O 30-40 % LEVNĚJI** NEŽ BĚŽNÉ KNIHY A NAVÍC **UKÁZKY E-KNIH ZDARMA**

[www.knihy.idnes.cz](http://www.knihy.idnes.cz)



**Knihy**  
iDNES.cz