

NAKUPTÉ DÁRKY UŽ TEĎ

Nejširší výběr na Alza.cz

**Garance výměny
nevhodného dárku**



**K nákupu dárkový koš
ZDARMA**

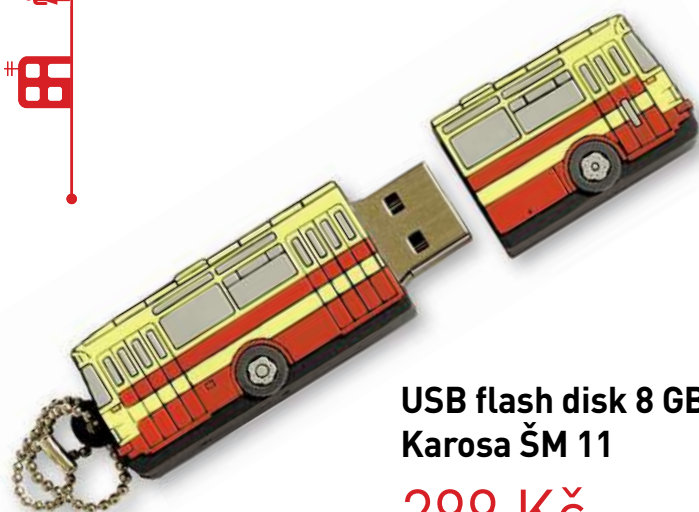


- ✓ **Prodejny otevřeny
i v sobotu a v neděli**
- ✓ **Doručení i o víkendu**



Všechny dárky vyřešíte na  alza.cz

Nové předměty v Infocentrech DPP



USB flash disk 8 GB
Karosa ŠM 11
299 Kč

Kravatové spony (různé druhy)

Kovové kravatové spony s vyobrazením jednotlivých typů vozidel.

199 Kč Sortiment se v jednotlivých Infocentrech může mírně lišit.



ČKD Tatra T3



Ikarus 280



ČKD Tatra T6A5



SOR City NB 12



Škoda 15T Alfa (facelift)



SOR City NB 18



Pantograf EM 475.1



Škoda 706 RTO



Šňůrky na krk

TRAMVAJE; AUTOBUSY / TROLEJBUSY

Modrá šňůrka na krk s motivy tramvají od nejstarších až po nejnovější.
Světle žlutá šňůrka na krk s motivy autobusů a trolejbusů.

90 Kč Šňůrky jsou v nabídce pouze v Infocentrech Anděl, Můstek, Nádraží Veveslavín a Hradčanská.



Více informací na: www.dpp.cz/infocentra



Dopravní podnik
hlavního města Prahy

SURFOVÁNÍ NA NETU NENÍ ZCELA BEZ RIZIKA

PRÁCE S TABLETEM MŮŽE VYVOLAT POHYBOVÉ PROBLÉMY STRANA 15



metro



PRAHA

Úterý, 8. listopadu

Č. 212, www.metro.cz
Svátek slaví: Bohumír

Min. 3°
Max. 7°

Nejčtenější noviny v Praze

Nezdravá strava mizí, více škol vaří moderně

Revolve. Přes dvě stě škol zapojených do inovativního projektu častěji nabízí ryby a zeleninu. **Takhle ne.** Cílem iniciativy je změna zastaralé vyhlášky, kterou se jídelny řídí. **Priority.** Sázejí na kvalitu potravin STRANA 6



Obamova éra končí, dnes si USA zvolí nového prezidenta

Američané už brzy rozhodnou, jakým směrem se bude jejich země ubírat. Bez ohledu na to, zda zvítězí demokratická kandidátka Hillary Clintonová, nebo kandidát republikánů Donald Trump, Spojené státy se hodně změní. Volit totiž tentokrát nebudou lepšího z kandidátů, ale toho, kdo je menším zlem. Poslední průzkumy mírně favorizovaly demokratickou kandidátku, ale to se i díky bouřlivé kampani může změnit. Na snímku z včerejšího dne stávající prezident USA Barack Obama mával před nástupem do prezidentské helikoptéry Marine One poblíž Bílého domu. Poslední den předvolební kampaně se snažil pomoci demokratické kandidátce v boji o křeslo v Bílém domě. Více na straně 10 AP - SUSAN WALSH

Autobusy brzdí kolony

Na rozdíl od tramvají nejsou zpožděné linky autobusů ničím výjimečným. A když navíc kýžený spoj dorazí, je přeplněný k prasknutí. Přičemž další spoj, který dorazí hned poté, je prázdný. Za sjíždění mohou kolony. STRANA 2

Kromě květin myslí také na návštěvníky

Botanická zahrada je trochu ve stínu té zoologické, nicméně i ona má plán budoucího rozvoje, na který dostala od města půl miliardy korun. Investovat se bude hodně do zázemí pro návštěvníky. STRANA 4

Reprezentace se chystá na Barbarians

Čeští ragbisté se dnes utkají s výběrovým týmem Barbarians, v němž hrají ti nejlepší z celého světa. Zápas, v němž jde spíše o prestiž než o výsledek, se uskuteční od 19 hodin na stadionu Markéta. Zápas je součástí oslav 90. výročí českého ragby. STRANA 17

Tipy na dnešní den

VÝSTAVA

V Galerii Tančící dům začíná výstava díla Jana Kaplického s názvem JKOK, která se koná u příležitosti 80. výročí narození tohoto významného českého architekta a vizionáře. Výstava potrvá až do 12. března příštího roku. Vstupné činí 190 korun a otevřeno je až do 18 hodin.

DIVADLO

Premiéru představení Hučící třpyt uvede od 20 hodin Studio Hrdinů. Dílo je inspirované souborem textů Petra Borkovce Berlínský sešit z knihy Zlodějček. Vstup stojí 300 korun.

VOLBY A DISKUSE

Pokud chcete sledovat postupné vyhlášení výsledků prezidentských voleb v USA, máte příležitost od 21 hodin v ROH družstevní kavárně. Součástí budou diskusní vstupy. **MET**

Zapomeňte na přesnost. Busy jezdí ve skupinách

Zpožděné linky většinou brázdí město napříč.

Marně čekáte na zpožděný autobus. Když ale konečně dorazí, je narvaný lidmi k prasknutí a v těsném závěsu za ním přijíždí tentýž spoj, téměř prázdný. Tento fenomén opakovaně zažívá čtenářka Lucie Krupičková.

„Na zastávku Lihovar, kousek od smíchovského nádraží, přijíždějí někdy hned dva busy 125 za sebou,“ říká Krupičková, která se na podivný jev, způsobený věčně ucpaným Barrandovským mostem, minulý týden optala řidiče. „Vysvětlil mi, že se kolega zdržel v koloně, a proto nestihl vyjet včas. Pauzu si ale dát nemohl, a tak jedou ve dvou,“ kroučí hlavou čtenářka. Podobné zkušenosti mají



Citát

Busy se sjíždějí na trasách s kolonami. Problémem je i nerespektování buspruhů automobilisty.

FILIP DRÁPAL, MLUVČÍ ROPIDU

také obyvatelé Proseka, kde se někdy sejdou i čtyři busy téže linky za sebou.

Podle mluvčího Ropidu Filipa Dráपालa je bohužel sjíždění autobusů v metropoli poměrně běžný jev. Náchylnější jsou k němu například linky 136, 177 nebo 195, tedy delší

Tady jezdí po dvou

Nejproblematičtější místa pro autobusy jsou podle Ropidu v těchto oblastech:

- okolí Barrandovského mostu, okolí uzavřené Vysočanské estakády, kruhová křižovatka u Globusu v Čakovcích + Tupolevova ulice, okolí podjezdu u Zahradiňho Města, okolí zastávky Spojovací, Bohdalecký kopec
- dlouhodobé problémy jsou ale také ve Strakonické, Českobrodské, Evropské a Plzeňské ulici

odjeli tím zpožděným, předchozím autobusem. Takhle se na trase dohánějí, až se doženou,“ popisuje vznik skupinkování Drápal.

Řešení problému v podstatě neexistuje. Plynulost dopravy sice částečně vylepšují buspruhy a preference pro autobusy na křižovatkách, pokud se ale začnou busy sjíždět, mohou dobu jízdy uměle natahovat. To ale podle Dráपालa přinese jen zbytečné čekání na zastávkách nebo pomalou jízdu v případě, že nejsou kolony. „Při extrémnějším sjetí více autobusů téže linky za sebou je možný jeden z nich zkrátit a otočit do druhého směru ještě před konečnou, aby zpoždění nepřenášel na další spoje. Je to však náročnější na dispečerskou práci dopravce,“ dodává Dráपाल.



FILIP JAROŠEVSKÝ
dopisy@metro.cz

INZERCE

*Preventivně
a od prvních příznaků*



Nyní za akční cenu
v lékárnách Alphega.

**AKCE
549 Kč**

BOIRON

alphega
lékárna

Čtěte pečlivě příbalovou informaci. Oscilloccinum, perorální granule. Volně prodejné homeopatické léčivé přípravky k vnitřnímu užití. Akce platí od 1. 11. do 30. 11. 2016 nebo do vyprodání zásob.

**VŽDY NĚCO NAVÍC
více výhod**



SLEVA až 35 % na nové CNG auto

Jeďte na **CNG za 1 Kč/km** a šetřete životní prostředí.

www.ppas.cz

800 134 134

**PRAŽSKÁ
PLYNÁRENSKÁ**

Spojení energií i služeb

Legionella straší na Novodvorské

Bakterii, která zabíjí, pijeme ve vodě běžně.

V domech v Novodvorské ulici se ve vodě přemnožila bakterie legionella. Již pátý den jsou zde dezinfikovány rozvody teplé vody, opatření potrvá jeden měsíc. Vodu je podle odborníků z Pražské teplárenské možné používat, nedoporučuje se ale sprchování hlavy a obličej. Bakterie totiž může způsobit zdravotní komplikace včetně těžkého zápalu plic.

„Legionella se objevuje, když uděláte rozbor, velmi často, protože je to bakterie, která žije v teplé vodě na nečistotách,“ uvedla ředitelka odboru hygieny obecné a komunální pražské hygienické stanice Vladimíra Zárubová. Nadměrné množství bakterie

bylo zjištěno ve vnitřních rozvodech teplé vody ve dvou objektech v Novodvorské ulici, které jsou napojené na předávací stanici v Jílovské ulici. Z té je zásobován blok objektů Jílovská, Novodvorská, Mariánská a U Koupadel.

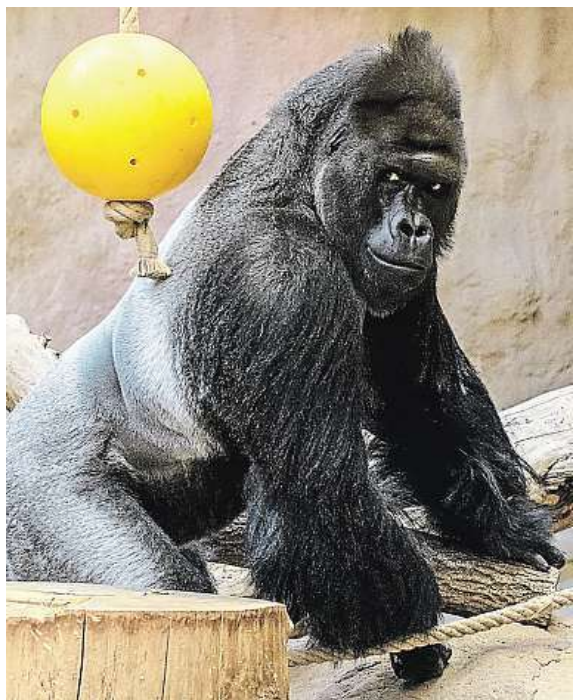
Samotní Pražané přitom její výskyt ve vodě neměli šanci poznat. „Infikovanou vodu nelze rozpoznat podle chuti ani podle vzhledu. Jediná možnost je odebrat vzorky a nechat je otestovat krajskou hygienickou stanicí,“ řekl deníku Metro Jaroslav Fránek z firmy Iwwa New ventures poskytující hygienický servis.

Policie kvůli legionelle loni obvinila z obecného ohrožení triatřicetiletého muže z Prahy, v jehož hotelu na Zlínsku se bakterie objevila. Po pobytu v hotelu totiž zemřel na nemoc způsobenou touto bakterií jeden cizinec a další muž touto vážnou chorobou onemocněl. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

Bakterie legionella

Vyskytuje se v prostředí, kde je teplá voda, a to při teplotách 25 až 50 stupňů Celsia.

- Najdeme ji ve stojatých částech potrubí, ve slepých ramenech, v usazeninách, na stěnách bojlerů a podobně.
- Většina lidí se legionelly nemusí výrazněji obávat, není pro ně vážnějším nebezpečím. Pokud má ale napadený jedinec sníženou imunitu, může nastat problém. Nebezpečí tedy hrozí zejména starším občanům, dětem nebo oslabeným lidem.
- Legionelle lze předcházet především zajištěním cirkulace vody v celém potrubí, teplota v něm by měla být 50–55 °C. Ideální by byla ještě vyšší, kolem 75 °C, kdy již bakterie hyne. To už ale nepovoluje norma, která dovoluje maximálně 55 stupňů.



Richard oslaví čtvrt století

Zítřejší oslaví stříbrňobřbetý goril samec Richard své 25. narozeniny. Oslava se uskuteční v pavilonu goril trojské zoo, kde chovatelé Richardovi ve 14.30 hodin předají narozeninový dort a k jeho jubileu mu pográtuluje multižánrový umělec Vladimír 518. Od 10 do 15 hodin bude u expozice připraven informační stánek o gorilách. P. HAMERNÍK

INZERCE

audioteka

Konec nudy u žehlení!
S životopisem Alberta Einsteina
tě to začne bavit!

Získej audioknihu za 199 Kč
na www.audioteka.cz

V KOŠÍKU DO POLÍČKA „POUŽÍT
SLEVOVÝ KÓD“ VEPIŠ KÓD

einstein20

KÓD JE PLATNÝ OD 8.11. DO 15.11.2016



Poslouchejte v mobilních aplikacích Audioteka



Botanická panda neexistuje

Nejen nové pandárium nebo gorilínek vyrostou v Troji. Město přislíbilo peníze také na rozvoj botanické zahrady. Co se za plánovanou půlmilardu vybuduje, popsal deníku Metro ředitel botanické zahrady Oldřich Vacek.

Není botanická trochu nezaslouženě ve stínu zoo?

K chlupatým a přítulným věcem asi budeme mít vždycky lepší vztah než k rostlinám, nicméně došlo ke schválení koncepce obou zahrad na příští roky. Můžeme začít intenzivněji rozvíjet i botanickou zahradu, od postavení skleníku Fata Morgana v roce 2004 a vybudování první etapy areálu Západ v roce 2007 nebyla v zahradě realizována žádná významná investice. Už příští rok otevřeme pro návštěvníky altán v Ornametální zahradě.

Na co se dál můžeme těšit?

Dostavíme západní část areálu, vylepšíme prostor pod Fatou Morganou, vybudujeme nový vstupní objekt s restaurací a pěstebním zázemím.



Oldřich Vacek 3x BOTANICKÁ

rací a pěstebním zázemím. To nám uvolní místo u severního vstupu od Bohnic, kde pak může vyrůst nový hlavní vstupní objekt do zahrady s restaurací, kavárnou, přednáškovým sálem, knihovnou, informačním centrem, skleníkem pro zimování mobilní zeleně a obchodem pro

návštěvníky, kde si budou moci koupit suvenýry nebo rostliny. To už návštěvníkům zahrady dlouho chybí.

Nebude pak botanická plná restaurací?

Nebude. Ač má zahrada dvacet šest hektarů a ročně sem přijde tři sta tisíc návštěvníků, má pouze tři kiosky a není tu žádná restaurace, to chceme změnit. Botanická zahrada nabízí unikátní výhledy na Prahu, vylepšíme je posezeními, kde budete moci posedět s kávou nebo sklenkou našeho vína. Postavíme i nová sociální zařízení. Přiblížíme se tak standardu evropských botanických zahrad.

Překvapilo mě, že na viničích svatých Kláry jsou jen mobilní toalety...

To je ostuda, ale i to se změní. Ve svahu na viniči u viničního domku vyrostou nové toalety, již dlouho o nich jednáme s trojskou radnicí.

Jaké je víno z vaší vinice svatých Kláry?

Překvapivě velmi dobré. Naše červené víno, Rulandské modré z roku 2012, letos získalo v soutěži Král vín hlavní cenu Vítěz kategorie a zlatou medaili.

Nový hlavní vstup tedy bude ze severu, z Bohnic?

Ano, je tudy lepší přístup, čtyři zastávky autobusem z Kobylis. Návštěvník bude v nejvyšší části botanické zahrady a pomalu a pohodlně může sejít dolů do Troje na autobus. Vylepšíme i třetí vstup, z jihu z Troje, chceme, aby návštěvníci vstupovali přímo ze zastávky autobusu.

Chodí k vám hodně rodičů s kočárkem, vylepšíte bezbariérovost zahrady?

Chceme, aby se i handicapovaní lidé v zahradě dostali skoro všude, snad jen s výjimkou některých expozic, kde jsou úzké chodníčky nebo jen šlapáky.

Na vizualizacích představujete i vodní prvky a různá oživení zahrady.

Plánujeme vybudovat vodo-

vod na užitkovou vodu přímo z Vltavy. Jednak ušetříme, dnes se v zahradě zalévá pitnou vodou, a dále nám to umožní vybudovat řadu vodních ploch. Zahrada bez vodních ploch by nebylo to pravé. Předpokládáme, že jako oživení zahrady vybudujeme stezku v korunách stromů. Chceme nabídnout lidem zážitek pohledu do korun stromů, aby se mohli podívat, jak stromy kvetou a plodí. Stezka bude umístěna tak, aby nerušila a přitom aby se do korun dostali i vozíčkáři a maminky s kočárky.

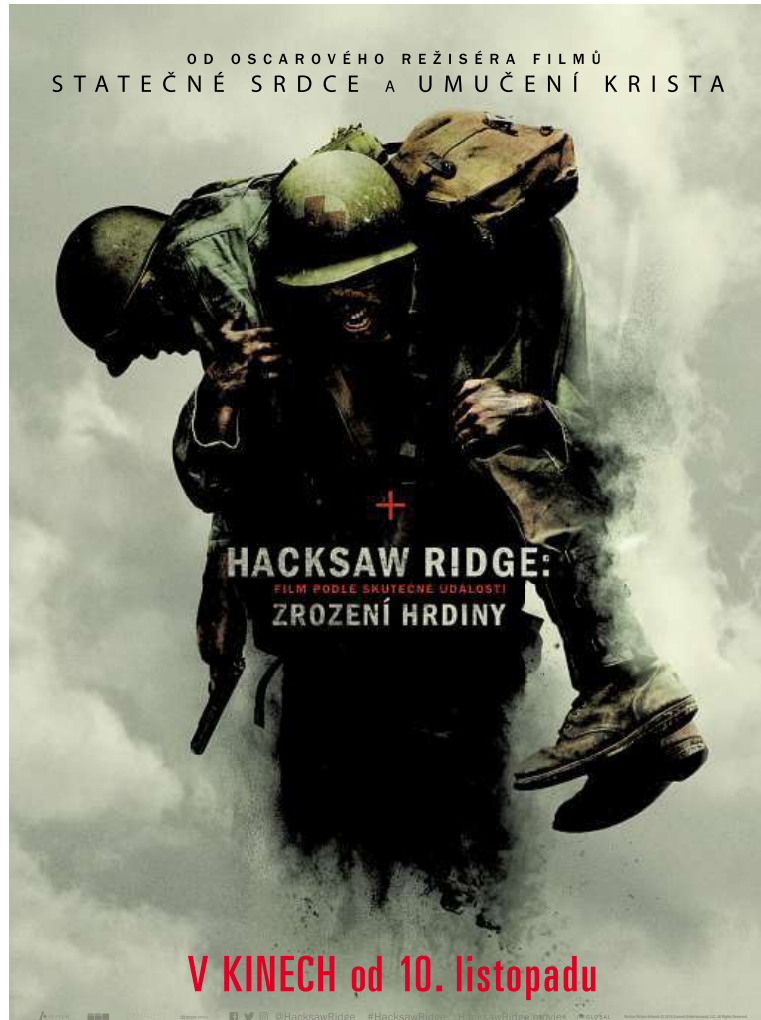
Zoo chce pandu, existuje něco takového ve světě botanických zahrad?

Máme vzácné orchideje, ale získat strom je snazší než chráněné zvíře. Toužili jsme po slavném baobabu z Madagaskaru a ten už ve Fátě Morganě máme. Vyměnit semínka s jinou zahradou je určitě snazší než sehnat pandu.



ROBERT OPPELT robert.oppelt@metro.cz

INZERCE



FOKUS[®]
OPTIK

1 + 1
zdarma

AKCE
PRODLOUŽENA DO
13.11.
2016

**na kompletní dioptrické brýle
a na všechny sluneční brýle**



**Poříd'te si nové dioptrické nebo sluneční brýle
a druhé pro vás nebo vaše blízké dostanete zcela zdarma!**

Zdarma jsou vždy druhé levnější brýle do max. hodnoty 5 000 Kč. Pokud budou druhé brýle dražší než 5 000 Kč, bude vám tato částka odečtena z celkové ceny. Sluneční brýle jsou zdarma v nižší nebo stejné hodnotě. Nevyčerpanou hodnotu slunečních nebo kompletních dioptrických brýlí nelze směnit za peníze ani další zboží. Kompletní dioptrické brýle = obruba + skla. Akce platí ve všech pobočkách FOKUS optik včetně Outletu FAOC Štěrboholy. Slevy se nesčítají, nelze kombinovat sluneční a dioptrické brýle.

Akce neplatí na objednávky v eshopu. Akce platí od 22. 8. 2016 do odvolání.

www.fokusoptik.cz

Servis lyží

Před zahájením zimní sezony je velký zájem o práci servisů lyžařského vybavení. Třeba v Hradci Králové (na snímku) lidé zaplatí v průměru okolo pěti set korun za velký servis. Nejčastěji se jedná o opravy skluznice, broušení hran a seřízení vázání. České areály se na sezonu pilně připravují. Na horách už padají první vločky. ČTK



Přes 200 jídelen už vaří moderně

Je to úspěch. Školy objevují exotická jídla.

jejich lokálnost a sezonnost, na chutné a atraktivní zpracování jídel," říká Václavík.

Školy, které se do programu zapojí, po čase získají certifikát. Ale aby iniciativa nerozdávala ocenění jen tak, jídelny kontroluje i nezávislá společnost Bureau Veritas. „Prověřujeme, nakolik jídelny dodržují svůj závazek a skutečně preferují při vaření kvalitní a čerstvé suroviny. Pokud takové jídelně udělíme náš certifikát, dáváme tím rodičům jasně na vědomí, že jejich děti jedí ve škole pokrmy připravené z čerstvých surovin," říká Kateřina Lacinová z Bureau Veritas. **MAREK HÝŘ**

Maso nebo mléko

„Spotřební koš“ stanovuje deset kategorií potravin a dávky, jež musí být každý měsíc splněny.

- Určuje závaznou spotřebu masa, ryb, mléka, mléčných výrobků, volných tuků, volného cukru, zeleniny, ovoce, brambor a luštěnin na žáka a den. Nedokáže ale zajistit pestrost a vyváženost stravy.

- Neříká, jak často a z jakých surovin se má vařit, ani jak se mají v kuchyni upravovat, aby v nich zůstaly vitamíny a živiny.

Dá se to považovat za revoluci. Školní jídelny přestávají nabízet univerzální hnědé omáčky. „Vaříme častěji ryby a bezmasá zeleninová jídla. Na jídelniček zařazujeme jáhly, pohanku, bulgur, kuskus a jiné netradiční potraviny," říká Marie Tinková, vedoucí školního stravování jihomoravské ZŠ Drásov. Je jedna z 216, které se zapojily do programu Skutečně zdravá škola, jenž se snaží změnit způsob vaření ve školách. Iniciativa tak reaguje na čtvrt století starou vyhlášku ministerstva školství, jež určuje, jaké výživové požadavky mají jídla splňovat. Problém je v tom, že vyhláška vznikala v době, kdy v Česku nebyly v takové míře dostupné polotovary, chemická aditiva, náhražky a dochucovadla. Nemůže tedy na tento nešvar nijak reagovat. „Současná podoba spotřebního koše neodpovídá výživovým požadavkům dnešních dětí. Jeho úpravu by si přála většina kuchařek, které jsme oslovili," tvrdí Tom Václavík z iniciativy Skutečně zdravá škola.

Ta mimo jiné usiluje o změnu vyhlášky, která by spotřební koš (více v boxu) upravila. Jelikož je to ale běh na dlouhou trať, snaží se iniciativa jídelnám pomáhat i jinak. „Navrhujeme nový koncept pravidel pro vaření. Namísto striktního určování počtů gramů jednotlivých potravinových skupin doporučujeme soustředit se na kvalitu potravin,

Místo müsli zeleninu. Radí vedoucí jídelny

Monika Křtěnská je vedoucí školní jídelny v ZŠ Chvaletická v Praze 9. Škola se do programu Skutečně zdravá škola zapojila loni.

Jak se za rok změnila vaše jídelna?

Postupně jsme opustili veškeré polotovary, zařazujeme mnohem více ovoce a zeleniny, polévky vaříme pouze z čerstvé zeleniny, dříve byla častěji mražená, vývary připravujeme sami z masa, müsli tyčinky jsme nahradili čerstvým ovocem. Často nabízíme ovocné či zeleninové samoobsluhy. Děti si mohou brát ze švédských stolů ovoce, oříšky, čerstvé zeleninové saláty a podobně. Také jsme objevili farmy a často vaříme jídla z jejich masa. Děti ochutnávají biomléko, mošty z ovoce. Nakupujeme

často kvalitní chlazené ryby, které mají u našich malých strávníků velký úspěch. Připravujeme čaje s minimálním obsahem cukru, nabízíme denně čerstvou čistou vodu. Používáme více olivového oleje, omezili jsme nejen cukr, ale také méně solíme.

Vyhovuje to všem?

Většina rodičů přijímá změny kladně. Spokojeni jsou také senioři, pro které také vaříme. Ale samozřejmě se najdou i odpůrci, kteří vyžadují více řízků a svíčkových a odmítají zeleninu.

Řídíte se programem Skutečně zdravá škola. Není to finančně náročné?

Novinka jídla nezdražila, spíše naopak. Více bezmasých jídel celkovou finanční bilanci zlevnilo. **MAH**

INZERCE

SBĚRATELSKÝ KABINET Michelská 12A, Praha 4, Michle VYKOUPI IHNEDE ZA HOTOVÉ:

Šavle, bodáky, přílby, uniformy atp., vše co se týče 1. a 2. světové války + četnictvo.



Až 3 000 Kč za jantarový náhrdelník či náramek. Také šperky z českých granátů, koralů, grandlů atp. Dále též veškeré vyznamenání, mince, sklo, porcelán, pohlednice, šicí a psací stroje, nábytek do r. 1970 Kč.



Obrazy, vánoční ozdoby, betlémy, rádia, lustry, lampy, žehličky, váhy, hmoždíře - bereme téměř vše. **Odznaky, housle, hudební nástroje, vše i poškozené.**

Hodinky Omega, Heuer, Schassen, Breitling, hodinky se stopkami, Prim, Orlik, Spartak, Doxa, Glashütte, kapesní hodinky + řetízky k nim. Vše může být i velmi silně poškozené. Máme zájem též o hodinářskou pozůstalost.

Naše orientační ceny:

Niklové cibule 500 - 2 000 Kč Zlaté kapesní hodinky 7 000 - 30 000 Kč 5 000 Kč a více 4 000 Kč a více



5 000 Kč a více 10 000 Kč a více 300 Kč a více 500 Kč a více 1 500 Kč a více

Přijedeme rádi kamkoliv v Čechách i na Moravě.

Návštěvy vždy po tel. domluvě.

Likvidujeme též celé pozůstalosti. Tel.: 602 229 348



Když **půjčku,**
tak **svobodnou**

Jen s naší půjčkou si můžete svobodně **snižovat splátky** – bez žádání nebo oznamování.

Volejte **800 261 818**

Více informací o podmínkách akce na www.homecredit.cz.

HOME CREDIT

Pro lepší příběhy

Originální parfémy za skvělé ceny



739,-

Calvin Klein Eternity
EdP 100 ml

Cena v Douglas **2 450,-**
Cena v Sephora **2 350,-**



929,-

DKNY Be Delicious
EdP 100 ml

Cena v Douglas **1 868,-**
Cena v Sephora **2 570,-**



1 199,-

Hugo Boss Ma Vie
EdP 75 ml

Cena v Douglas **2 699,-**
Cena v Sephora **2 690,-**



969,-

Versace Pour Homme
EdT 100 ml

Cena v Douglas **2 299,-**
Cena v Sephora **2 300,-**



1 399,-

Hugo Boss No. 6
EdT 200 ml

Cena v Douglas **3 329,-**
Cena v Sephora **3 330,-**



1 449,-

Giorgio Armani Acqua di Gio
EdT 100 ml

Cena v Douglas **2 220,-**
Cena v Sephora **2 300,-**

Všechny dárky vyřešíte na

alza.cz

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

Srovnávané ceny jsou platné k 7. 11. 2016 na www.douglas.cz a www.sephora.cz.

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 8. 11. 2016 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na www.alza.cz/reklama. Aktuální ceny najdete vždy na www.alza.cz/trendy.

Altner. Milionů se nedočkal

Advokát Zdeněk Altner, který ČSSD pomohl vysoudit jejich sídlo, Lidový dům, včera zemřel. Jeho jméno se stalo známé v jiné kauze – ČSSD mu za jeho práci odmítala zaplatit 338 milionů korun. Altner se peněz za zpronevěru 800 tisíc soud nestihl ve věci rozhodnout. Je otázkou, co bude s případem dál, za Altnera by teď měli vystupovat jeho dědicové. „Muž, který měl zruinovat ČSSD“ byl kontroverzním advokátem, čelil trestnímu stíhání za zpronevěru 800 tisíc a jeden čas byl policií hledán jako uprchlý. Podle spolupracovníků měl kvůli sporu s ČSSD existenční problémy, trvalou adresu měl na úřadě – stejně jako bezdomovci. **MÁP**

INZERCE

Angličtina „ZDARMA“

Termíny kurzů:

24. 11. – 15. 12. 2016

12. 1. – 2. 2. 2017

16. 2. – 9. 3. 2017

Úrovně:

A1 - Začátečníci - 17:00

A2 - Mírně pokročilí - 17:00

B1 - Středně pokročilí - 15:30

B1 - Středně pokročilí - 17:00

B2 - Pokročilí - 17:00

C1 - Velmi pokročilí - 17:00

Cena: 300 Kč adm. poplatek + 1.200 Kč vratná záloha

Adresa: TLH - Na Poříčí 6, Praha 1, zvonek SPUSA

<http://www.thelanguagehouse.net/anglictina-zdarma-free-english-courses/>

V případě zájmu kontaktujte:

reception@thelanguagehouse.net nebo 777 772 125

V klecích zavřené lišky už nebudou

Zákaz farem je jen velká estráda! Stve chovatele.

V Česku je nyní devět kožešinových farem. Aktivisté, kteří proti nim bojují, chtějí jejich úplný konec. Mohl by ho přinést návrh, který dnes projednává Sněmovna. Ten by měl od příštího roku zakázat zakládání nových farem a do konce roku 2018 by měly skončit všechny.

Aktivisté tvrdí, že jsou tyto farmy v dnešní době zbytečné. „Kožešiny jsou dnes používány převážně jako ozdoba na oblečení či obuvi a dávno tak neplní svou původní, praktickou funkci ochrany

Lidé jsou pro zákaz

Podle průzkumu CVVM z listopadu loňského roku více než tři čtvrtiny občanů zastávají názor, že by se současná společnost obešla bez kožešinové módy.

- Sedm z deseti Čechů (70 %) by podpořilo zákaz chovu kožešinových zvířat.

- Souhlas se zabíjením zvířat pro kožešinu vyslovila pětina respondentů (20 %).

před mrazem.“ říká Tereza Bílá z organizace Svoboda zvířat. Podle ní jsou zvířata na farmách chována v nevyhovujících podmínkách. „Držení nedomestikovaných šelem v malých klecích, kde není

možné uspokojit jejich přirozené potřeby, nevyhnutelně vede k jejich utrpení,“ říká Bílá.

S tím ale nesouhlasí chovatel František Ducháček, který má farmu ve Vítějvsi nedaleko Svitav. Ta žije celou jeho rodinu přes 40 let. „O zvířata se staráme dobře. Však je to také v našem zájmu. Norci i lišky musí být v pohodě, aby měli pěkný kožich,“ říká pro deník Metro Ducháček. Kožešinami se žije už přes 40 let a boj aktivistů považuje za velkou estrádu. „Kdykoliv se u nás poslanci nebo média byli podívat, viděli, že zvířata mají dobré podmínky. Když pak ale pořád z naší farmy vidím, je plný lží a zmanipulovaných záběrů,“ zlobí se Ducháček. **MAREK HÝŘ**



Legendární

Herec, který asi jako první ve filmu představil dnes populární beatbox (hudba vytvářená ústy) – Michael Winslow – vystoupí na své show 2. dubna v Sono Studiu v Brně a 3. dubna v pražské Lucerně. Winslow se stal známým díky své roli seržanta Larvelle „Motor Mouth“ Jonese z legendární komediální řady Policejní akademie. **2MEDIA**

Na záda, svaly a klouby

Přináší okamžitý pocit uvolnění a osvěžení

Účinek doslova cítíte a vnímáte

K dostání v každé lékárně www.icegel.cz



Krátce

Dělají si legraci z Ovcáčka

Nebývalý úspěch sklizejí herci zlínského divadla s aktuální inscenací „politicky nekorektního“ kabaretu Ovcáček čtveráček. Nedělní premiéra vzbudila v zaplněném divadelním sále 15minutový aplaus s ovacemi vesto-



je. Ačkoli měla být derniéra 17. prosince, divadlo dostává nabídky na hostování v dalších divadlech.

„Představení je reakce na aktuální dění,

je složené z vtipů na mluvčího prezidenta, který se staví do role hrdiny dnešní doby,“ napsalo divadlo. Jiřího Ovcáčka hraje

26letý Marek Příkazký (na snímku). **IDNES.cz**

“Své nejdůležitější ano jsem řekla tady”

Letenky do Bali již od **13 990 Kč**

letuška.cz

Tel.: 234 704 901

Europea
travel

Study | CZ

viza.cz

Eduthea 

Pro radost z cestování

Při saunovém rituálu můžete pít pivo nebo ochutnat med

Dva a půl roku se věnuje saunovému umění a točí nejen ručníky, ale používá i další artefakty, aby zpříjemnil relaxaci. Jakuba Krejčího můžete potkat v rámci Týdne saunování jako posledního samuraje v Aquapalace Praha.

Co vás inspirovala k představení Samuraje?

Vzniklo to podle filmu Poslední samuraj, který před časem promítali v kinech. Od malička mám rád samuraje, nindži a bojové umění.

Konzultoval jste pohyby samurajským mečem?

Nekonzultoval. V mládí jsem se tomu věnoval a mám za sebou dva roky tréninku v boji s mečem.

Jak jste se stal saunérem?

Vlastně jsem to ani neplánoval. Jsem vyučený kuchař-číšník a osm let jsem působil na horách. Ale přesídlil jsem do



Více najdete na
WWW.METRO.CZ

V sauně zabije draka jako poslední samuraj.

AQUAPALACE

Prahy za přítelkyni a začal tady hledat práci. Zeptala se mě, jestli bych šel dělat do akvaparku. Během týdne

metro FRAJER

jsem se osvědčil a šel jsem na pokladny. Během dalších dvou měsíců mi bylo nabídnuto, jestli si nechci vyzkoušet práci na saunách a zkusit

zamávat ručníky na ceremonii. Nakonec mě tato práce pohltila a už jsem zůstal na saunách jako saunér.

Existuje nějaká škola saunérů?

Ne, ale probíhají kurzy na školení saunérů pod vedením pana Pavla Hofrichtera, kde vám řeknou začátky, co a jak by se mělo dodržovat a jak komunikovat se zákaz-

Týden saunování

Až do 12. listopadu nabízí zážitkové saunování řada míst.

- Saunia v Butovicích a Hostivaři si připravila saunování se svíčkami i s divadlem.
- Solné peelings má Jedenáctka VS a divadelní ceremoniály Aquapalace Praha.
- Více na tydensaunovani.cz

níky ohledně saunování. Pak už je to jen na vás, jak se k tomu postavíte. Je to školení skoro jako rekvalifikační kurz.

Kam chodíte pro inspiraci?

Pro inspiraci určitě doporučuji navštěvovat eventy, které probíhají, nebo různé mezinárodní a celostátní soutěže. V nejbližší době bude Herbal Cup, kde to bude zaměře-

né přímo na přírodní esence, relaxační ceremoniály, nebo nejrůznější mistrovství světa, kde jde už do tuhého. Jsou tam mistři, protože s ručníky jde dělat hrozně moc věcí. A samozřejmě také Týden saunování, který teď probíhá po celé republice.

Účastníte se soutěží?

Byl jsem na třech. První byl Herbal Cup 2015, pak Saunafest v Aquaparku, kde jsem byl třetí. Byl jsem také v Belgii, kde jsem skončil na čtvrtém místě. A teď mě čeká event pro polské návštěvníky.

Máte oblíbené rituály?

Určitě ten zážitkový v kostýmu s příběhem. Pro dámy máme medový peeling a pro pány popíjení nealkoholického pivečka. Ale asi všechny, protože jaké si to udělám, takové to je. Což je na mojí práci hezké. **LUCIE MOTTLOVÁ**

INZERCE

MedelaDerma studio lékařské kosmetiky nabízí

PODZIMNÍ MEGA AKCE!

LUXUSNÍ OŠETŘENÍ PLETI S 80% SLEVOU ~~1780 Kč~~ nyní 399 Kč

INTENZIVNÍ REGENERAČNÍ, PROTIVRÁSKOVÉ A OMLAZUJÍCÍ OŠETŘENÍ PLETI.
OKAMŽITÝ VIDITELNÝ VÝSLEDEK, DLOUHOTRAVJÍCÍ EFEKT!

JEDNO OŠETŘENÍ OBSAHUJE:

1. Odličení, úprava obočí
2. Diamantová mikrodermabraze
3. Zklidňující kaolinová maska Syncare
4. Dočištění pleti ultrazvukem
5. Laserová gelová maska (hydratuje, působí proti vráskám, stahuje póry)
6. Zažehlení séra do pleti pomocí ultrazvuku (ceramidy, retinol, kyselina hyaluronová)
7. Ozonizér (dezinfekce pleti, léčba zánětů)
8. Závěrečná masáž

**PO OŠETŘENÍ JE PLEŤ NAPROSTO KLIDNÁ
BEZ ZNÁMEK PODRÁŽDĚNÍ**

Běžná cena ~~1780 Kč~~

Akce trvá do 30.11. 2016

Na Vaši návštěvu se těší:

studio MEDELA DERMA, Bratří Dohalských 131,
PRAHA 9 - VYSOČANY, Tel.: 283 923 186, Mob.: 605 035 519, WWW.MEDELADERMA.CZ

nyní jen
399 Kč





Zachránili koalího kluka

Australská policistka Rio Law v Brisbane má na klíně tašku s malým šestiměsíčním koalím samečkem, kterého při kontrole zabavili padesátileté ženě. Tento druh je v zemi chráněn. Přibližně 1,5 kilogramu vážící zvířátko, které pojmenovali Alfred, bylo silně dehydrováno. AP



USA: průzkumy mohou selhat

Amerika stojí před prezidentskými volbami, které bez ohledu na výsledek změní její tvář.

Neurvalý nevzdělanec, samolibý diktátor a notorický lhář v nich stojí proti pokrytecké a okoukané rutině zatížené neudržitelnou ctižádostí a pohrdající okolím. Tak alespoň viděly své soupeře volební štáby demokratky Hillary Clintonové a republikána Donalda Trumpa.

Američané dnes budou podle všeho volit kandidáta, který je méně nežádoucí. Za favoritku je považována Clintonová, ale bouřlivá a nestandardní kampaň dává tušit, že průzkumy veřejného mínění jako tradiční barometr nálad tentokrát mohou selhat.

Volby v USA

Počet oprávněných voličů je 231,6 milionu.

- Podle odhadů přijde k volbám 120 až 140 milionů voličů.
- První volební místnosti se otevřou dnes ve 12.00 SEČ.
- Zítřka v 7.00 SEČ se jako poslední uzavřou volební místnosti na Aljašce.
- Výsledky prezidentské volby bývají známy tentýž den mezi 3.00 SEČ a 6.00 SEČ.
- Město New York dnes zažije největší bezpečnostní manévry v historii prezidentských voleb, na bezpečnost v ulicích bude dohlížet přes pět tisíc policistů.

V 37 státech začaly volby už o řadu týdnů dříve, voliči mohli poslat hlasovací lístek poštou nebo se osobně dosta-

vit k urnám. Toho využilo kolem 41 milionů voličů.

Štáb Clintonové se věnoval budování volební strategie a organizační struktury. Její poradci vycházeli z modelu, který se prezidentu Obamovi dvakrát osvědčil. Trump do kampaně příliš neinvestoval, přímé kontakty s voliči zanedbával. Za hlavní považoval masová shromáždění stoupenců přenášena celostátními televizními kanály.

Volby jsou formálně dvoustrupňové, Američané nevolí přímo, volí takzvané volitele. Ke zvolení potřebuje kandidát získat 270 z 538 volitelů. Jejich hlasování je už tradičně bez překvapení. Sbor zvolil prezidenta 19. prosince, oficiální výsledky pak budou vyhlášeny 5. ledna 2017. Nový prezident bude inaugurován 20. ledna 2017, kdy se ujme funkce. Do té doby zůstává u moci předchozí administrativa. **ČTK, MET**

INZERCE

AZ KVÍZ na cestách



**Legendární televizní soutěž
vyráží poprvé v historii
až za vámi!**

Přijďte se zúčastnit jako diváci
nebo soutěžící zábavně-vědomostního
souboje, ve kterém můžete vyhrát
poukázky na nákup v OC Letňany.

Doprovodný program pro celou rodinu:

- IQ centrum pro děti i dospělé s Mensa ČR
- autogramiáda Aleše Zbořila
- výlet do historie a zákulisí oblíbeného televizního pořadu

12. 11. 10–18 hod.
v OC Letňany

WWW.OCLETNANY.CZ

Letňany
OCHRANNÉ
CENTRUM

mediální skupina **mafra**



**Pro posílení našeho úspěšného týmu hledáme:
kolegu / kolegyni na pozice**

Rolař

Vaším hlavním úkolem bude: obsluha zařízení na odvíjení roli papíru.

Místo výkonu práce: Praha 10 - Malešice

Očekáváme: vyučení (upřednostňujeme obor strojní), ochotu pracovat ve víceměnném provozu (hlavní část výroby se odehrává ve večerních a nočních hodinách). Pozice vhodná i pro absolventy.

Expedient

Vaším hlavním úkolem bude: obsluha expedičního zařízení v moderním polygrafickém provozu.

Místo výkonu práce: Praha 10 - Malešice

Očekáváme: vyučení v oboru strojním či elektrotechnickém, mírně pokročilou znalost práce na PC, ochotu pracovat ve víceměnném provozu. Pozice vhodná i pro absolventy.

Pracovník údržby strojů

Vaším hlavním úkolem bude: údržba tiskových strojů.

Místo výkonu práce: Praha 10 - Malešice

Očekáváme: vyučení (upřednostňujeme obor strojní), pozice vhodná i pro absolventy.

Nabízíme: zázemí stabilní a rychle rostoucí mediální společnosti, 5 týdnů dovolené ročně, příspěvek na závodní stravování a další zaměstnanecké benefity. Nástup co nejdříve.

Kontaktní osoba: e-mail: martina.rikovska@mafra.cz, tel. č. 225 063 117

Pokud Vás naše nabídka oslovila, zašlete nám svůj strukturovaný životopis s průvodním dopisem na adresu: MAFRA, a. s., personální útvar, Karla Engliš 519/11, 150 00 Praha 5 - Smíchov. Název pozice, o kterou se ucházíte, uveďte prosím do předmětu e-mailu, popř. na obálku dopisu.

DNES

LIDOVÉ NOVINY

metro

iDNES.cz

lidovky.cz

metro.cz

ÓČKO

mafraprint.

5 PLUS

Den flamenka rozpálí metropoli

Následující víkend bude patřit španělskému národnímu tanci.

Už podruhé se i v Česku přidáme k oslavám Mezinárodního dne flamenka, a to konkrétně od čtvrtka do neděle. Divákům nabídne směsici hudby, tance, filmů, gastronomie a na závěr velkou flamenkovou fiestu.

Hlavní program zahájí ve čtvrtek od 19 hodin v La Fabrice Jana Drdáčká a Anežka Hessová představením Vypravěčka, které spojuje dvě hudebně-taneční tradice, španělské flamenco a indický kathak.

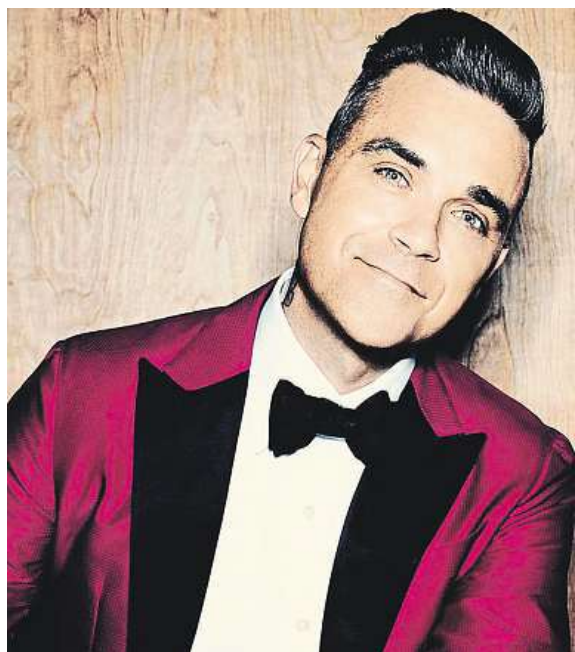
V sobotu předvedou své umění českému publiku mistři flamenka Adela a Rafael Campallo ze Španělska. O mimořádný závěr oslav se



Adela Campallo vystoupí s manželem Rafaellem. ARCHIV A. C.

pak v neděli postará po celém světě vystupující mezinárodní sestava Indialucia, která v Retro Music Hall rozpoutá flamenkovou fiestu plnou exhibičních choreografií tanečních akademií, večer slibuje i závěrečnou flamenco-latino diskotéku v režii DJ Ekirne.

Součástí festivalu jsou také dílny pro začátečníky i profesionály se španělskými lektory, filmové projekce, besedy pro školy i veřejnost, kurz španělské gastronomie, oživení španělských restaurací hudbou a tancem či den otevřených dveří flamenkových akademií. **IVETA BENÁKOVÁ**



Williams míří do Letňan

Britský zpěvák Robbie Williams ohlásil včera krátce po vydání svého nového alba *The Heavy Entertainment Show*, jaké budou zastávky jeho evropského turné. Série 29 vystoupení pod širým nebem v osmnácti zemích odstartuje 2. června 2017 na Etihad Stadium v Manchesteru. Mezi vybrané země se dostalo i Česko, v sobotu 19. srpna vystoupí na letišti v Letňanech. Předprodej vstupenek v cenách od 1590 do 3990 korun bude zahájen v pátek. **SONY**

INZERCE



ČERSTVÁ NABÍDKA PRÁCE. PŘIDEJTE SE K NÁM!

Pro **NOVĚ OTEVÍRANÉ** prodejny v Praze 8 – Karlíně a Úvalech hledáme zaměstnance:

PRAHA 8 – KARLÍN

- PRODAVAČ/KA-POKLADNÍ
- PRODAVAČ/KA LAHŮDEK
- PRACOVNÍK/ICE ÚSEKU PEČIVA
- PRODAVAČ/KA ÚSEKU MLÉČNÉ
- SKLADNÍK/ICE

Kontaktní osoba: pan Vrána
tel.: 606 670 641, e-mail: p.vrana@billa.cz

BILLA

ÚVALY

- PRODAVAČ/KA POKLADNÍ
- PRODAVAČ/KA ČERSTVÉHO SERVISU
- PRACOVNÍK/ICE ÚSEKU OZ
- VEDOUcí ÚSEKU
- HLAVNÍ POKLADNÍ

Kontaktní osoba: paní Bajgarová
tel.: 724 844 690, e-mail: i.bajgarova@billa.cz

REWE
GROUP

Sudoku

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

Napište svou bublinu



„Pojď s náma, říkali.
Bude sranda,
říkali...“
ONDŘEJ KLABÍK
Facebook

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



Napadá vás vtipný popisek?

Počasí

DNES Min. 3 Max. 7	ZÍTRA Min. 1 Max. 5	ČTVRTEK Min. 1 Max. 5	PÁTEK Min. 3 Max. 7
-------------------------------------	--------------------------------------	--	--------------------------------------

Stupeň zátěže pro dnešek: bio 2
Střední zátěž. Rizikové skupiny by se měly vyvarovat zvýšené fyzické a psychické zátěže a věnovat pozornost svému zdravotnímu stavu.
Teplotní rekord: 18,2 °C
Rok výskytu: 2013

Kvíz

- Embéčko je lidové označení pro Škodu 1000 MB, která se vyráběla od roku:
a) 1954
b) 1964
c) 1974
- Domácí stadion prvotřídního fotbalového klubu FK Jablonec je známý pod názvem:
a) Lízátka
b) Kolotoč
c) Střelnice
- Hanoj je metropole Vietnamu v jihovýchodní Asii. Řeka, která městem protéká, je:
a) Žlutá
b) Rudá
c) Bílá
- Společnost na výrobu motocyklů Harley-Davidson byla založena v USA ve státě:
a) Wisconsin
b) Michigan
c) Virginia
- Golfová hůl pro nejdelší rány, dřve s mohutnou hlavou, po které jí zůstal název, se jmenuje:
a) kladivo
b) dřevo
c) železo

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

ČT1

- 14:00 Doktora Quinová VI
- 14:45 Kravata
- 15:05 To je vražda, napsala II
- 15:50 Vraždy na severu
- 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 StarDance VIII... kolem dokola



20:05 **Milí Bakaláři**
Bakalářské příběhy (ČR, 2000). Hrají: L. Pešek, I. Prachař, M. Rosůlková, O. Havelka a další

- 21:10 Hercule Poirot
- 22:54 Výsledky losování Šťastných 10 a Euromilióny
- 22:55 Konec básníků v Čechách
- 00:40 AZ-kvíz
- 01:20 Zajímavosti z regionů
- 01:50 13. komnata Petra Rylchého
- 02:15 Sváteční slovo kazatele Církve bratrské Jana Asszonyiho
- 02:25 Dobré ráno
- 04:55 Farmářská jízda
- 05:20 Postřehy odjinud

ČT2

- 12:45 Alžírská válka (2/2)
- 13:40 Rozluštné poklady
- 14:30 Znášliněná Evropa (2/2)
- 15:25 Heydrich - konečné řešení
- 15:55 Záchranácké akce ve Skalnatých horách
- 16:50 Pan Selfridge IV (9/10)
- 17:30 Pan Selfridge IV (10/10)
- 18:15 Na cestě po Bernských Alpách
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Filantrop: Mathilda
- Nostitzová
- 19:25 Špion II (3/11)
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



20:00 **Slavné bojové akce 2. světové války (3/6)**
O mostu v Remagenu bojovali obyčejní vojáci, kteří prokázali mimořádnou odvahou

- 20:55 Zákona Helena
- 22:15 Vláda (9)
- 23:20 Ve jménu vlasti IV (9)
- 00:05 Sestřička Jackie VI (11/12)
- 00:35 Městečko otrávené CIA?
- 01:30 Duchovní kuchyně: Hinduismus
- 02:00 Křesťanský magazín
- 02:25 Proměna údolí
- 03:25 Osmdesátiletí sedláci
- 03:50 V zajetí železné opony
- 04:05 Zášlapané projekty
- 04:20 Stopy, fakta, tajemství
- 04:50 Kdo uteče, ten je chlap
- 05:10 Panství Downton V (9)

NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:30 Seriál (USA, 2011)
- 12:55 Ordinance v růžové zahradě (24)
- 14:05 Beze stopy VI
- 15:00 Beze stopy VI
- 15:55 Kriminálka Las Vegas XV
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Co na to Češi
- 18:25 Ulice (3122)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí

INZERCE

PREZIDENT **KINOSVĚT**

Jak uvažuje, rozhoduje a žije

Unikátní ruský dokument v tv premiéře!
8. 11., 15. 11. a 22. 11. vždy ve 20.20 hod.

- 20:20 **Ordinance v růžové zahradě 2 (687)**
Seriál (ČR, 2016). Zdena se bojí o přítele Martynčáka, prosí o pomoc Davida. Heluš obviní, že okradla Babákovou. Hrají: Z. Adamovská, P. Rychlý, J. Čenský, D. Morávková a další
- 21:35 Víkend
- 22:35 Mrtvý bod (2)
- 23:30 Zákona a pořádek: Útvar pro zvláštní oběti XV (14)
- 00:25 Beze stopy VI
- 02:00 Co na to Češi
- 02:40 Americká noc

PRIMA

- 12:00 Polední zprávy
- 12:10 Siska IV (6)
- 13:35 Komisař Rex VIII (9)
- 14:35 Castle na zabití VI (22)
- 15:35 Rosamunde Pilcherová: Kouzlo lásky
- 17:30 Odpolední zprávy
- 17:45 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimi zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 TOP STAR

PRIMA COOL

- 12:45 Simpsonovi IV (13-16)
- 14:45 Teorie velkého třesku V (3)
- Misinterpretace namožených slabín. Sitcom (USA, 2011)
- 15:15 Teorie velkého třesku V (4)
- Relativita triviálních rozhodnutí. Sitcom (USA, 2011)
- 15:40 Griffinovi VIII (12)
- 16:10 Hvězdná brána X (6)
- 17:10 Top Gear 2009
- 18:15 Simpsonovi IV (17-20)



20:15 **Top Gear speciál: Od A do Z (1/2)**

- 21:20 Teorie velkého třesku V (5)
- 21:50 Teorie velkého třesku V (6)
- 22:20 FREEzone
- 22:55 Partička
- 23:50 Grimm III (19)
- 00:45 Partička
- 01:40 Americká odyssea (12)
- 02:20 Grimm III (19)
- 03:05 Živí mrtví V (2)
- 03:45 Alias III (9)
- 04:30 Alias III (10)

ÓČKO

- 06:00 Ranní fresh
- 09:00 Zpátečka
- 10:00 Óčko hity
- 12:00 Óčko news
- 12:05 Óčko hity
- 14:00 Óčko news



14:05 **Óčko hity**
Klipy nonstop

- 15:30 Óčko news
- 15:35 Mixxxer show
- 17:00 Óčko news
- 17:05 Óčko hity
- 19:00 Óčko news
- 19:05 Moje desítka
- 20:00 CZ & SK
- 21:00 Óčko hity
- 22:00 Óčko flirt

Sloupek

JAKUB KOHÁK

HECTOR BORELIOZ



BORELKA

Právě jsem se dozvěděl, že mám za sebou úspěšnou léčbu – podařilo se mi porazit boreliózu! To je vám taková potvora nemoc, kdy jste stále unavení, chce se vám spát, pak vás trochu škrábe v krku, potom jste najednou dva dny zdravý... a šup – mírná teplota, zase únava... a tak stále dokola. Matoucí jsou tam právě ty dny, kdy se cítíte skvěle a vyléčeně. Nevěřil jsem, že je to něco vážnějšího – obvodní lékař mě ujišťoval o tom, že se jedná o dozvuky angíny, a až teprve kamarád mě dokopal na krevní odběry, kde se odhalila již zmíněná borelióza. Naštěstí jsme prý borelku – jak jsem si ji kamarádsky nazval – odhalili včas, jinak prý druhá fáze nemoci je o mnoho horší a z třetí fáze už se snad ani nedá 100% vyléčit. A to všechno pěkně prosím jen kvůli nějakému zbabělému kousnutí od klíštěte, komára, svlušky nebo jiný potvory, která žije v trávě. Ani se vám nemusí udělat to červené kolo, které se dosud kolem dobance dělávalo. No jo, vše má svůj progres, vše jde kupředu a vyvíjí se – i borelióza! Moje uzdravení přišlo právě včas, neboť v neděli se běží již 83. ročník legendárního běhu – Velké Kunratické, kde se musíte vydrápat na Hrádek a potom s dřevěnými nohama doklopýtat do cíle. Účastním se tohoto ultraatletického klání, pokud mi to čas a zdraví dovoluje, již odmala a i letos se velmi těším! Mínlý rok na mě kamarád thajský boxer Jirka Kudrna (ten, co mě dokopal k doktorovi na borelku) machroval, „kdo-ví-jak nemá natrénováno“, a ejhle?! Po Hrádku mu zkameněly nohy a do cíle se musel doslova dokutálet – daleko za mnou!!! Letos to prý nepodani! Já sice po borelce natrénováno nemám, ale chut' ano!

Citát

To je vám taková potvora nemoc, kdy jste stále unavení a chce se vám spát...

Sportu a škrábání se do kopce zdar!

Dopisy a vzkazy

Osobní hygiena

Posílám vám svůj názor na včerejší sloupek z deníku Metro od Carly Mizzau. Osobně si nedovedu představit, že jsou na tom u nás lidé s hygienou tak, jak to popisuje. Umýt ruce, ať už přijdu domů, nebo do práce, je zautomatizováno a nepřemýšlím o tom (nejspíš také matčina výchova). Ať už přijdu odkudkoliv, vezmu za kliku, dotknu se peněz, udělám jakoukoliv práci doma nebo třeba i umyji nádobí saponátem, vždy to zavřím koupelna a umyji rukou mýdlem. Poté je namažu krémem, jelikož nesnáším suché ruce, a tento zautomatizovaný drobný úkon absolvuji nesčetněkrát denně, i když jsem třeba „jen“ doma. Bez toho bych si připadala špinavá. Jestli je pravda, co Carla píše (a občas i já tuto samozřejmost připomenou přáteli, z čehož zrovna nekypí nadšením), je to důvod k zamyšlení. Nestojí to čas ani peníze a něco to o nás vypovídá, jak je vidět. Lidi, myjte si ty ruce! Kvůli sobě i kvůli ostatním.

ŠTĀNA SVOBODOVÁ, Praha

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

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

Výrok dne



„Škoda že jsme při protitútocích nebyli efektivnější.“

DAVID HOLOUBEK, TRENÉR FOTBALOVÉ SPARTY

Jeho tým, stále sužovaný širokou marodkou, hrál s Libercem víc než polčas v deseti bez vyloučeného Dočkala. Sparta si tak připsala bod za remízu 0:0.

Slovo dne

HYGIENA

(z dopisu čtenáře na této straně)

Souhrn opatření zabezpečujících ochranu zdraví, zejména udržováním čistoty

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



INZERCE

HOROSKOP

na úterý 8. 11.



Kartářka Zdeňka

ZAMILUJE SE DO VÁS?
Mě karty prozradí vaše šance!
Rychlé a jasné odpovědi, 18 let praxe.

Zavolejte mi na **906 70 30 35** nebo napište SMS na číslo **904 30 55** s kódem **85PCD** a svým dotazem!



Beran 21/3–20/4



Dnes se pokuste si vyšetřit více času na lásku, protože vašemu miláčkoví nestačí jenom vaše fotka, chce vás mít naživu.



Váhy 23/9–23/10



Neshazujte dnes vašeho milovaného, zvláště pak ne před svými přáteli nebo rodinou. To by vám rozhodně jenom tak neodpustil.



Býk 21/4–21/5



Únava vám bude trochu komplikovat milostné dovtolení, ale zase ne natolik zásadně, abyste se docela šidili o všechny zážitky.



Štír 24/10–22/11



Den přeje netradičním koníčkům, a pokud se ten váš točí v současnosti kolem postele, pokuste se toho i tak využít pro vás.



Bliženci 22/5–21/6



Měli byste některé věci ve vašem vztahu konečně vynešit na stůl jako karty, protože jinak se neuvolníte a sex nebude sexy.



Střelec 23/11–21/12



Párové oblečení vám dnes bude slušet, jenom to nesmíte přehnat, ať nevypadáte jako dvojčata namísto zaláskovaného páru.



Rak 22/6–22/7



Žárlivost vám nesluší, zvláště pokud z vašeho vztahu začne dělat velmi nepříjemnou melodramatickou záležitost. Nedějte se.



Kozoroh 22/12–20/1



Při dnešku budete mít výborné nápady, takže vám drahá polovička půjde na ruku a vy se pak večer budete zase pěkně revanšovat.



Lev 23/7–22/8



Mluvte dnes o vašich přáních a snech na rovinu, protože jinak budete zjišťovat, že se třeba rozcházíte v důležitých věcech.



Vodňář 21/1–20/2



Lákalo by vás nechat se unést někým na dovolenou, kam by za vámi nemohly žádné všednodenní starosti. Ale zatím to nejde.



Panna 23/8–22/9



Úterní den si bude žádat mírné sebezapření, protože vás bude protějšek obletovat natolik dobře, že budete spíše podrážděni.



Ryby 21/2–20/3



Romantická hudba navodí příjemnou atmosféru, ale dobře si zkontrolujte texty, ať pak místo vášně nemáte spíše co vysvětlovat.

Řešení sudoku

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

Anketa

Chcete mít přehled o tom, jak se stravuje vaše dítě?



Soňa Kuchařová
Ano, ale v menších školách asi stejně nebude větší výběr.

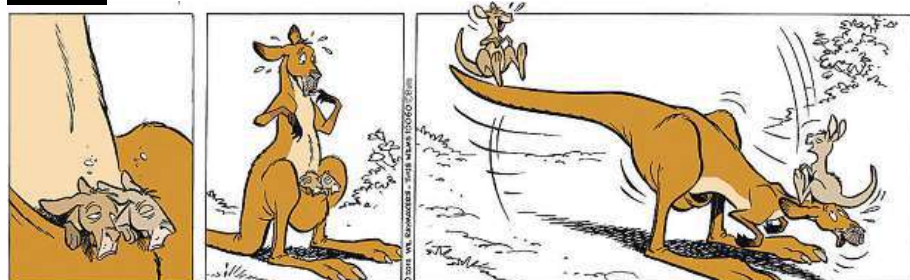


Marie Dujsíková
Hlavně vymytí školní automaty, ostatní si ohlídám...



Eva Glainne Jasminová
Samozřejmě že jako správný rodič bych chtěla mít přehled.

Komiks



ČÍNSKÝ HOROSKOP 2017!

Co vás čeká? Zjistěte!

Pište SMS ve tvaru **65RX** a vaše datum narození na číslo **904 30 46**

世狗鸡猴羊马猪狗鸡猴羊马

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

SHAKESPEARE LIVES IN 2016

Activity 1

Before you read, match the word or phrase to a definition.

- 1. bold
- 2. dull
- 3. get rid of
- 4. jealous
- 5. purity
- 6. servant

- a. a person who works for

- someone else with no or little pay
- b. not interesting or giving off little light
- c. the quality of being clean and undamaged
- d. throw away or give away something
- e. very confident with people you don't know
- f. wanting something which belongs to someone else

This series is marking the 400th anniversary of Shakespeare's death.

Lesson No. 10



Discussion

- Romeo and Juliet cannot be together because their families will not allow it. Do you think the two families should have allowed them to be together? Why? /Why not?

ROMEO AND JULIET ACT 2, SCENE 2

Background Introduction:

Romeo Montague goes to the garden of his latest love, Juliet Capulet. It's dangerous to be there because the Montague and the Capulet families don't like each other. Before entering the garden, Romeo has heard his friend Mercutio laughing about him because he (Romeo) is in love again.

Romeo:
He's laughing at something he has no knowledge of.
(Juliet comes to the window)
But wait! What's that light at the window?
It's the east and Juliet is the sun.
Come out, beautiful sun and kill the jealous moon*,
Who is already sick and sad, because you are more beautiful than her.
Don't be her servant, she's jealous of you,

Because the purity she wears is pale and green
And only a fool would wear it; get rid of it.
Oh! It's her, it's my love!
I wish she knew I how much I love her!
She's saying something; does it matter?
Her eyes are talking; I'm going to reply.
No, I mustn't be too bold, she's not speaking to me.
Two of the most beautiful stars in the sky, being busy, Have asked her eyes to shine for them until they get back.
What if her eyes were in the sky and the stars were in her head?
Her bright cheeks would make the stars seem dull,
Like the light of day compared with the pale light



Romeo and Juliet

HANNAH BERRY (HTTP://HANNAHBERRY.CO.UK/)

of a lamp:
Her eyes in the night sky would be so bright
That birds would sing, thinking it was already day.
Look how she rests her cheek on her hand!

I wish I was her glove, so that I could touch her face.
* here 'moon' also means Diana, goddess of the moon and of girls who have not yet slept with a man
This simplified version by

Julie Mason. To read Shakespeare's original version see: www.opensourceshakespeare.org/views/plays/play_view.php?WorkID=romeojuliet&Act=2&Scene=2&Scope=scene

Legacy language

Idioms from Romeo and Juliet:

- a. 'star-crossed lovers' – a couple who, for some reason, cannot be together, so the relationship will end sadly
- b. 'wild goose chase' – a hopeless search for something which cannot be found
- Words made popular by Shakespeare:
- c. 'ladybird' – a small flying insect which is usually red or

yellow with black spots
d. 'alligator' – a reptile which is similar to a crocodile, but has a fatter head.

Use the correct form of the idioms and words to complete the sentences below.

- 1. My Indian friend went to Austria to see snow, but it was a because she went in the middle of summer and, of course, there was no snow!

- 2. When I was in Florida, I was told not to swim in the lake because there might be an in the water.
- 3. Shakespeare wrote a play based on the Greek story of Troilus and Cressida, the..... who cannot be together because Cressida is sent away to marry someone else.
- 4. Farmers and gardeners usually love because they eat the small insects which damage plants.

Activity 2

Use the words below to complete the sentences 1-6.

- the moon
- glove
- birds
- Juliet
- stars
- Mercutio

- 1. Romeo says can't understand what it's like to be in love.
- 2. Romeo describes

- as 'the sun'.
- 3. He then says that the sun is more beautiful than
- 4. He compares Juliet's eyes to
- 5. He says that if Juliet's bright cheeks were in the night sky, would think it was already day.
- 6. Romeo says he would like to be Juliet's, so he could touch her face.

Activity 3

Look at the sentences from the text:

- 'I wish she knew' 'I wish I was her glove'
We use the simple past to talk about wishes for the present.

Complete the following 'wish' sentences using the correct form of the verb.

- 1. I wish I (have) a dog.

- 2. Do you wish you (be) a famous pop singer?
- 3. He wishes he (can) play the piano.
- 4. Most students wish they (not have) so much homework.
- 5. I wish I (speak) French.
- 6. I'm sure we all wish we (not live) in such a cold country!

Answers

Activity 1

- 1. e; 2. b; 3. d; 4. f; 5. c; 6. a

Activity 2

- 1. Mercutio; 2. Juliet; 3. the moon; 4. stars; 5. birds; 6. glove

Activity 3

- 1. had; 2. were; 3. could; 4. didn't have; 5. spoke; 6. didn't live

Legacy language

- 1. b; 2. d; 3. a; 4. c

Digitální nemoci nejsou neobvyklé



Při práci s elektronikou nebuďte dlouho ve stejné poloze.

PROFIMEDIA.CZ

Bez počítače či mobilního telefonu si řada z nás nedovede život snad už ani představit. Každodenní používání ale s sebou nese skrytá rizika.

Mobilní telefon, tablet nebo počítač ovládáte pomocí různých pohybů rukou. I když se to nezdá, ovlivněno je celé tělo. U počítače je to už známo: při delším sezení u něj bolí záda, oči nebo ruka od ovládání pomocí myši. Pohybové problémy ale může vyvolat i práce s tabletem, a to konkrétně v oblasti ramene.

Na tento jev se zaměřil doktor Jack Dennerlein z Harvardovy univerzity, který zjistil, že při používání tabletu, ať už pasivně, či aktivně, se hrbíme tak, že si způsobujeme bolesti a záněty zad i kloubů na rukou. Ukázalo se, že tablety ani není možné jiným způsobem používat – například při psaní je shrbená póza prakticky jediná, kterou můžeme zamířit.

Podobné potíže vyvolává práce (například psaní zpráv) na dotykovém telefonu. Tady trpí nejvíce krční páteř, protože telefon nás nutí, abychom zůstávali delší dobu v nepřírodné a namáhavé pozici. „Lidé pracují s těmito telefony nejen po dlouhou dobu bez přestávky, ale i s přestávkami opakovaně během dne vsedě, vestoje, někdy už i při chůzi. Postupně se tak načítá doba strávená ve špatném, nefyziologickém postavení těla, a tím se zvětšuje jeho nerovnováha a přetížení,“ varuje primářka Rehabilitačního ústavu Brandýs nad Orlicí Michaela Tomanová. „Pokud máte sedavou práci, je důležité při delší době strávené ve strnulé pozici využívat dynamické změny této pozice a úlevové polohy, při kterých se svaly protáhnou a zrelaxují. Také se snažte mít hlavu v menším předklonu a nedívat se na telefon dolů, ale co nejvíce před sebe,“ doporučuje lékařka.

Ne všechny digitální přístroje mají ale za důsledek fyzické obtíže. Patří sem i duševní zátěž, v odborných kruzích se tato choroba nazývá technostres. Probuďte se a už se díváte, kolik máte zpráv a lai-

Rady, jak tomu předejít

Prevence je poměrně jednoduchá, ale pro mnoho lidí velmi těžce proveditelná:

- Omezte užívání telefonů, tabletů i dalších elektroniky. I když si něco takového nedovedete představit, zkuste to. Uvidíte, jak se vám uleví.
- Nepodceňujte ani pravidelný pohyb nezbytný pro vyvážení pohybového aparátu. Na škodu bezpochyby není ani aktivní cvičení zaměřené na protahování a posilování namáhaných partií.

ků? Zda vám nepřišel e-mail? Jste nervózní, když nejste chvíli na signálu? Pak možná technostresem trpíte. Jedná se o specifický druh stresu, který je způsobován neustálou nutkavou potřebou být on-line, a to kdekoliv a kdykoliv. Prakticky neustále jste pod tlakem nesmírného množství informací a očekává se od vás, že jste po většinu doby na příjmu a v kontaktu. Tato ztráta soukromí a klidu může způsobovat deprese, únavu, úzkosti a nepřímou přerůst i v problémy s fyzickým zdravím. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

Zika. Testováno bylo 800 obyvatel

Na virus zika se v Česku dalo testovat asi 800 lidí. „Bylo zjištěno 16 případů akutních infekcí a u 15 osob byly zjištěny protilátky po dříve prodělané infekci. U jednoho pacienta byl zjištěn virus zika ve spermatu i dva měsíce po naze,“ uvedla Hana Zelená, vedoucí oddělení virologie ze Zdravotního ústavu v Ostravě.

Právě odborníci z ostravského pracoviště pracují s potvrzovacím testem, který je schopen prokázat přítomnost protilátek na virus zika. Mezi nakaženými nebyl nikdo z olympioniků či paralympioniků, kteří se účastnili her v Brazílii. Účastníkům her a jejich doprovodu nabízí ústav vyšetření zdarma do konce listopadu. K odběru mohou přijít i do poboček v Praze, Brně, Zlíně a Olomouci.

Onemocnění způsobené virem zika má obvykle mírný průběh, velkým nebezpečím

Přenos nemoci

Virus zika přenáší primárně komár druhu *Aedes aegypti*, může se však přenášet také pohlavním stykem.

- Rozšířil se téměř výhradně v latinskoamerickém a karibském regionu, kde lékaři diagnostikovali již okolo 200 tisíc případů. Ojedinelá onemocnění se objevila i v Evropě či v Asii.

je ale zřejmě pro lidský plod. Lékaři se domnívají, že může zavinit nedostatečný vývin mozku, takzvanou mikrocefalii. Brazílie prošetřuje několik tisíc případů novorozenců, u nichž je podezření, že trpí mikrocefalií kvůli viru zika. Někteří z nich už zemřeli. Světová zdravotnická organizace (WHO) na začátku února kvůli viru zika vyhlásila celosvětový stav nouze. **ČTK**

L-TRYPTOFAN

přírodní a zcela nenávykový doplněk stravy pro život v pohodě bez stresu a deprese



doplněk stravy

- účinně uleví od starostí
- navrátí duševní pohodu a klid
- přírodní zdroj hormonu štěstí serotoninu
- přírodní zdroj hormonu spánku melatoninu

ŽÁDEJTE VE SVÉ LÉKÁRNĚ

v prodejně **VitaCentrum, Jindřišská 5 (pasáž), Praha 1**
na **www.bwy.cz**
nebo na bezplatné info lince **800 900 995**
Vyrábí: **Brainway Inc.**

INZERCE

Cannafest

cannafest / 11.-13.11.2016

expo praha holešovice

7. mezinárodní veletrh konopí a léčivých bylin

Více než 250 vystavovatelů | Odborná konference | Kino Čítárna | Doprovodná cannafest stage | Vapo lounge Rolls and Smoking Chillout Zone | After Parties a další...

www.cannafest.com fb.com/cannafest shop.cannafest.com



cannafest®

PŘEDPRODEJ VSTUPENEK
 TICKETPORTAL
 3+1 ZDARMA

Ragbisty čekají slavní Barbarians

Česká ragbyová reprezentace se těší na zápas, kde nejde o výsledek.

V rámci oslav 90. výročí českého ragby se dnes od 19 hodin uskuteční na stadionu Markéta v Praze utkání českého národního týmu s výběrovým celkem The Barbarians.

„Je to ohromná prestiž, ne každý má příležitost si s nimi zahrát. Oni si své soupeře vybírají. Z hlediska sportovního je to pro naše hráče jediná šance mít kontakt s takovými hráči a úrovní ragby, kterou tento tým hraje. Tento zápas nás může hodně naučit,“ říká trenér českého týmu Tomasz Putra.



Tomasz Putra RUGBYUNION.CZ

Jen pro představu. V Praze se ukážou třeba novozélandské hvězdy jako Andy Ellis, mistr světa z roku 2011, či Ben Franks, který je světovým šampionem z let 2011 i 2015.

I když jde o velké hvězdy ze světa ragby, nechtějí hráči Barbarians za zápas žádné honoráře. „Jsou zvyklí veškeré zisky ze svých utkání dát na

dobročinné účely či rozvoj ragby. Česká ragbyová unie zaplatí 'jen' letenky a ubytování, počítáme ale s tím, že ze vstupného náklady pokryjeme,“ uvádí Martin Charvát, člen výkonného výboru unie.

Co se týče samotného duelu, bude to pro české hráče hlavně velká škola. „České ragby si zaslouží, abychom se utkali s takovými soupeři, kteří propagují ragby po celém světě. Dle sportovního hlediska jsme přijali výzvu hrát s takovým týmem, který je nabitý hvězdami. Malé riziko je v tom, že po utkání někteří fanoušci budou řešit výsledek. V tomto utkání o výsledek ale vůbec nejde,“ dodává Putra.

Stadion Markéta je vyprodán, přímý přenos zápasu vysílá ČT sport. **PAVEL URBAN**



Zvítězil ze 451. místa

Po deseti letech vyhrál australský golfista Rod Pampling (na snímku) turnaj PGA Tour. Od triumfu v Bay Hill klesl na 451. místo světového žebříčku, ale v Las Vegas mu skvěle vyšlo zejména první a závěrečné kolo.

AP

Fotbal. Dva nováčci

Plzeňský útočník Michael Kremenčík a záložník Slavie Antonín Barák poprvé dostali pozvánku do fotbalové reprezentace. Trenér Karel Jarolím je dodatečně povolal na páteční

kvalifikační duel s Norskem a následnou přípravu s Dánskem. Nominaci doplní také záložníci Jaromír Zmrhal ze Slavie, David Pavelka z Kasimpasy a Jan Kopic z Plzně. **ČTK**

Zprávy krátce

Andy Murray je ve skupině McEnroea

První tenista světa, Brit Andy Murray, je na Turna-

ji mistrů, který se hraje v Londýně od neděle, ve skupině Johna McEnroea se Švýcarem Stanem Wawrinkou, Keiem Nišikoriem z Japonska a Chorav-

tem Marinem Čiličem. Skupinu Ivana Lendla tvoří Srb Novak Djoković, Milos Raonic z Kanady, Francouz Gaël Monfils a Rakusan Dominic Thiem. **ČTK**

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

INZERCE

Číslo dne

27

Fotbalisté East Kilbride z páté skotské ligy vyhráli 27. utkání za sebou a překonali rekord Ajaxu. Od něj za to dostali odměnu se 27 basami piva.

Kejval. Bude se podílet na boji proti dopingu

Předseda Českého olympijského výboru Jiří Kejval bude příští rok zástupcem olympijského hnutí ve výkonném výboru Světové antidopingové agentury (WADA). Do funkce ho jmenoval šejk Ahmad Sabah, předseda Asociace národních olympijských výborů, kterou bude Kejval reprezentovat. Mezinárodní olympijský výbor předložil na summitu návrh na větší nezávislost a reorganizaci antidopingového systému. „Z těchto návrhů budeme vycházet a měli bychom realizovat kroky, které povedou k systémovější práci v boji s dopingem,“ uvedl v tiskové zprávě Kejval. **ČTK**



Starožitnosti

• Sběratel koupí staré perské koberce, obrazy a starožitný nábytek. Tel.: 602218721

Auto-moto - poptávka

• Koupím jakékoliv vozidlo (i veterána). Platím ihned. Tel.: 603328155

Finance - nabídka

• PŮJČKA do VÝPLATY! Ihned v hotovosti až 8000 Kč. Naleznete nás na adrese Preslova 17, Praha 5 (3 min. pěšky od metra Anděl). Nebo volejte na 727958500

• Refinancujeme Vaše dluhy - zástavy, půjčky, úvěry. Tel. 775439282, 604489586

• PŮJČKA V HOTOVOSTI ihned! Anděl - tram. Bertramka, 607801801, "M" Ládvi. 724103102, na příjem až 100tis, Více věřitelů, www.rychly-peniz.cz, 9-18 h.

BEZPEČNÁ PŮJČKA PRO KAŽDÉHO
Půjčka od 10 000 Kč do 500 000 Kč
• vyřízení žádosti po telefonu • rychlé vypláčení
• netišíme registry

☎ 603 904 925 / www.silverpuckly.cz

Intimní

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



• Odvaž se s paničkou z okolí! Pošleme Ti kontakty! Piš SMS ve tvaru 81HUV a text na 909 15 50

• Zadaná a neuspokojená! Milada (48). Nabízím sex bez závazků! T: 909 90 99 25 nebo mi napiš SMS na 909 15 40 s kódem 94RBV a tvůj text!

• Můj kanclík, ty, já a RYCHLOVKA! DISKRÉTNĚ! Odvážíš se? Podnikatelka Simona 38. Brnkni mi na 909 801 801 kód SXP83



• Eva 36. Volný čas trávím s dětmi, tak nemám čas se seznamovat! Náhradního tátu nehledám, příležitostný sex ano. Zavolej mi na 909 80 50 nebo mi napiš SMS na 909 15 45 s kódem 29DBZ a tvůj text!

mediální skupina mafra



Pro posílení našeho úspěšného týmu hledáme:
kolegu / kolegyni na pozici

Operátor/ka Call centra

Vášim hlavním úkolem bude: telefonické oslovování stávajících zákazníků s nabídkou rozšíření či prodloužení předplatného novin.

Místo výkonu práce: Praha - Malešice

Očekáváme: přirozený obchodní talent, schopnost nenuceně zaujmout a přesvědčit při kontaktu po telefonu, dobrou uživatelskou znalost práce na PC (Word, Excel a Outlook).

Nabízíme: k zaručenému fixu také motivační pohyblivé složky mzdy, vlastní pracovní místo, týden dovolené navíc, stravenky, zázemí stabilní mediální skupiny.

Kontaktní osoba: Aneta Tučková,
e-mail: aneta.tuckova@mafra.cz

Pokud Vás naše nabídka oslovila, zašlete nám svůj strukturovaný životopis na výše uvedenou e-mailovou adresu.

MAFRA, a. s., personální útvar, Karla Engliš 519/11, 150 00 Praha 5 - Smíchov. Název pozice, o kterou se ucházíte, uveďte prosím do předmětu e-mailu, popř. na obálku dopisu.

DNES
LIDOVÉ NOVINY

metro

lidovky.cz

metro.cz

ÓČKO

mafraprint

5²

NAKUPTE DÁRKY UŽ TEĎ

Nejširší výběr na Alza.cz

- ✓ Prodejny otevřeny i v sobotu a v neděli
- ✓ Doručení i o víkendu

Garance výměny
nevhodného dárku



K nákupu dárkový koš
ZDARMA



více na www.alza.cz/vanocce

Univerzální mašina

ideapad Z50-75

Kvalitní notebook s dostatečným výkonem pro každodenní činnosti i nenáročné hraní. Kromě velkého Full HD displeje a dedikované grafické karty nabízí také rychlý disk o kapacitě 1 TB.

Notebook se čtyřjádrovým procesorem AMD
15,6" Full HD displej, RAM 8 GB
Grafika AMD Radeon R7 M260 2GB
HDD 1 000 GB, DVD mechanika, USB 3.0
Windows 10 Home

Lenovo™



~~14 999,-~~

13 999,-

Všechny dárky vyřešíte na  **alza.cz**

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

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 8. 11. 2016 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na www.alza.cz/reklama. Aktuální ceny najdete vždy na www.alza.cz. Dárky jsou dodávány pouze do vyčerpání zásob.