

VÁNOCE SE VŠÍM VŠUDY.

Na svátky jsme pro vás připravili vše pod jednou střeškou a v nejvyšší kvalitě.



88,90
~~129,90~~
SLEVA 40%

Božkov Originál

- 37,5% • 0,5 l
- 1 l = 177,80 Kč
- v nabídce také Božkov Bílý 30%, Božkov Speciál 30% a Božkov Speciál různé příchutě 30%, 0,5 l za 88,90 Kč
- max. 6 ks/osoba/den



79,90
~~169,00~~
SLEVA 52%

Jacobs Velvet

- instantní káva
- 200 g
- 100 g = 39,95 Kč
- max. 6 ks/osoba/den



PRÁVĚ V AKCI

PLATNOST
DO 13. 12. 2016

9,90
~~13,90~~
SLEVA 28%

BASIC trvanlivé mléko

- 1,5 %
- 1 l

12,90
~~19,90~~
SLEVA 35%



Cukr krupice

- 1 kg
- max. 11 ks/osoba/den
- nabídka u této položky platí od pátku do neděle

18,90
~~24,90~~
SLEVA 24%

Pilsner Urquell

- světlý ležák
- 0,5 l
- 1 l = 37,80 Kč
- záloha na láhev 3 Kč



Vepřová plec bez kosti

- vcelku
- chlazená
- 1 kg

79,90
~~124,90~~
SLEVA 36%

SLEVA 25%
NA VŠECHNY
STAVEBNICE
LEGO



**NAŠE
NABÍDKA**
VÁNOČNÍCH DELIKATES
ALBERT EXCELLENT



CHEROKEE®
AN AMERICAN STANDARD
SINCE 1922

Více inspirace na
cherokee.albert.cz

-70%

na celou kolekci Cherokee

Exkluzivně v hypermarketech Albert.

Sleva platí od 7. 12. do 13. 12. 2016 na celou kolekci Cherokee.

Nabídka neplatí v hypermarketech: BILINA, BRNO – Galerie Vaníková,
KARLOVY VARY, KARVINA, MLADÁ BOLESLAV – Na Radouči,
NOVÝ JiCÍN – Přemyslovců, OLOMOUC – Galerie Santovka,
PRAHA – Arkády Pankrác, Galerie Harfa, RAKOVNIK, ZDÁR NAD SÁZAVOU.



**ZÍSKEJTE SLEVOU
5 Kč/LITR PHM.**

Za víkendový nákup u nás ušetříte 2x.
Za jídlo i za pohonné hmoty.

Při nákupu nad 1500 Kč od 8. 12. do 11. 12. 2016 v hypermarketech Albert dostanete kupon na mimořádnou slevu 5 Kč/litr PHM na čerpacích stanicích Albert.

Kupon lze uplatnit od 8. 12. do 14. 12. 2016.

Do hodnoty nákupu se nepočítají zálohy na vratné obaly. Maximální odběr při využití této slevy je 100 l PHM na 1 tankování. Seznam čerpacích stanic naleznete na www.albert.cz/nase-prodejny/čerpaci-stanice.



PEČET
KVALITY
SGS

Naše kvalitní pohonné hmoty jsou dodávány společností Unipetrol. Všechny naše pohonné hmoty jsou pravidelně kontrolovány a testovány ve spolupráci s SGS.

albert
HYPERMARKET

Produktová nabídka platí v hypermarketech Albert od 7. 12. 2016 do 13. 12. 2016 nebo do vyčerpání zásob. Tento dokument není nabídkou (návrhem uzavření smlouvy) ani výzvou k podání nabídky. Ide o dokument určený výhradně k marketingovým a propagačním účelům a důrazně se nedoporučuje, aby kdokoliv činil jakékoliv obchodní či jiné rozhodnutí výhradně na jeho základě. Odběr možný pouze v množství odpovídajícím potřebám běžné domácnosti. Právo na tiskové chyby a chyby ve vazbě vyhrazeno.

Vánoce se vším všudy na www.vanoce.albert.cz

**Vybírejte originální
dárky pro nejmenší děti!**



~~1.690,-~~ **1.631,-**

RC model rolby Dickie Toys Pistenbully 600 1:16 | Skvělá zábava do sněhu. Rameno otočné o 360°. Manuální klikový navigátor. Vhodné od 6 let. Obj. č.: 419774



NOVÉ

~~9.190,-~~ **9.190,-**

Robotický pes WowWee Robotics CHiP | CHiP (Canine Home Intelligent Pet) je robotický pes s umělou inteligencí. S využitím nejmodernějších technologií (CHIP) se jedná o nejnovějšího a nejmodernějšího robotického psa. Reaguje na příkazy hlasem nebo dotykem a pomocí ovládacího náramku. Díky Smartballu si užijete zábavu při aportování nebo si zahrajete i fotbal. Plně automatická dokovací stanice. Další možnost ovládání je přes aplikace vašeho smartphonu. Obj. č.: 1462539



~~1.290,-~~ **1.069,-**

RC ponorka U-Boot 140 mm, RTR | Zábava ve vaně či bazénu. Ovládání do všech stran. Se svítícími světly. Integrovaný akumulátor ponorky (Li-Pol 120 mAh) je dobíjen přes USB. Napájení ovladače 4x baterie AAA (nejsou součástí dodávky). Délka 131 mm. Obj. č.: 231975



~~2.790,-~~ **2.790,-**

Startovací sada vlaku Intercity Märklin my world 29302 H0 | Provoz na 4 tužkové baterie. Magnetická spřáhla. 3 rychlostní stupně. Jízda vpřed a vzad. 3 zvukové funkce. Kolejnice z plastu. Obj. č.: 1310323



~~1.009,-~~ **979,-**

RC model auta Dickie Red Titan 1:16, 2,4 GHz | Monstertruck Red Titan je poměrně vysoký model (29 cm) s kvalitním odpružením a vyladěným proporčním řízením. Max. rychlost 10 km/h. Obj. č.: 1277100



CONRAD

Originální elektroniku objednávejte na
www.conrad.cz
a tel. 224 224 222

ZA ČESKO NA OLYMPIÁDU MOHOU DÍKY VÝJIMCE

LYŽAŘŮM HUDCOVI A SMUTNÉ POMOHLY VSTRČNÉ KROKY STRANA 13

metro



Čtvrtek, 8. prosince 2016

Č. 233, www.metro.cz
Svátek slaví: Květoslava

Min. 2°
Max. 6°

Největší deník v ČR



Za plomby si připlatíte kvůli ochraně zdraví

Je to nebezpečné. Amalgámové výplně obsahující rtuť se už nebudou smět míchat v ordinaci. **Prodraží se.** Dostupné budou jen kvalitnější strojově umíchané plomby, ty zatím zdravotní pojišťovny neproplácejí STRANA 4



Švýcar chce jako první s letadlem na solární energii pokořit stratosféru

Křehce vypadající letadlo s vrtulí na snímku není žádné ořezávátko. Alespoň to si myslí švýcarský dobrodruh Raphael Domjan (na snímku). Chystá se s ním, tedy s letounem poháněným solární energií, jako první na světě pokořit hranici stratosféry. Což znamená vystoupat do výšky necelých třiceti kilometrů. Včera s letounem SolarStratos a ruským skafandrem zapózoval fotografům při předváděčce na letecké základně Payerne ve Švýcarsku. Ambiciózní let by se měl uskutečnit v roce 2018.

AP - LAURENT GILLIERON

FOKUS
OPTIK

Dárek
poukázka
na 500 Kč



Nadělujeme • Sleva

30-70%

**na všechny dioptrické obruby
a sluneční brýle včetně letošních modelů!
Na modely pro rok 2017 sleva 20%**

Sleva na dioptrické obruby platí při zhotovení kompletních brýlí (obruba + skla).
Akce platí od 14. 11. 2016 do odvolání ve všech prodejnách kromě outletu FAOC Štěrboholy. Nelze uplatnit na nákupy v e-shopu.
K jakémukoliv nákupu nad 2 000 Kč získáte dárek: 500 Kč na další nákup slunečních brýlí v min. hodnotě 1 500 Kč po odečtení slevy.

**Potěšte oči svých blízkých Dárkovým poukazem z FOKUS optik!
90 poboček v 45 městech v celé ČR!**



www.fokusoptik.cz

Forejt. Mělo ho video shodit?

Bývalý šéf hradního protokolu Jindřich Forejt má ještě šanci se stát velvyslancem ve Vatikánu. Teď záleží na souhlasu ministerstva zahraničí a Vatikánu. Ministr vnitra Milan Chovanec chce prověřit pravost údajného videa, na němž měl brát drogy a užívat si sexuálních orgií. Je otázka, zda tento materiál nebyl vytvořen s cílem Forejta vydírat. Mluví se o vlivovém boji na Hradě. **MAP**

Betlém

Před Vánocemi je opět k vidění Vimperský mechanický betlém. Prohlédnout si ho můžete v turistickém informačním centru na náměstí Svobody. Vimperský symbol Vánoc je vyrobený z lipového dřeva. Mimo obvyklých betlémských postav tu nechybí sklář a tiskař a nad jesličkami se zvedá vimperský zámek. Do konce tu svítí světla v oknech, hoří oheň a klape mlýnské kolo. **2x MAFRA**



60 miliard: fiasko, nebo kompromis?

Státní rozpočet budí emoce. Babiš se Sobotkou hájí jeho podobu.

Jedna věc je rozpočet a druhá jeho skutečné plnění, hájí ministr financí a šéf ANO Andrej Babiš schodek rozpočtu na příští rok ve výši 60 miliard korun. „Je to kompromis. Jsem přesvědčen, že bude fungovat,“ řekl. Letošní rozpočet, který podle něj bude výrazně přebytkový, bude druhý nejlepší v historii od roku 1994. Opozice vládou předložený schodek kritizuje.

„Vaše plánovaný rozpočet je fiaskem,“ kritizoval Babiše třeba poslanec opoziční TOP

09 Michal Kučera. Rozpočet na letošní rok skončí podle něj přebytkem jen proto, že vláda nedokázala proinvestovat peníze, jak si sama naplánovala. „V dobrých časech volíte vysoce deficitní rozpočet,“ vyčetl vládě jeho stranický kolega, šéf TOP 09 a exministr financí Miroslav Kalousek. Prezident Miloš Zeman, který kvůli rozpočtu přišel do Sněmovny, se domnívá, že v době růstu má být rozpočet přebytkový, ale důležité je podle něj pokladní plnění rozpočtu, ne jen plán na papíře. Šéf opoziční ODS Petr Fiala řekl, že nechápe, proč prezident pochválil rozpočet, který je v době růstu připravován jako výrazně deficitní a který neobsahuje investice. **IDNES.cz**

Premiérové vysvětlení

„Rozpočet zlepšil sociální situaci řady lidí,“ hájí Bohuslav Sobotka šedesátimiliardový schodek rozpočtu České republiky pro příští rok.

- „Přehodili jsme výhybku, naše hospodářská politika nesměruje jen k nižšímu schodku,“ řekl ve Sněmovně premiér. „Rozpočet přispívá ke zlepšení sociální situace celé řady občanů a zvyšuje sociální standardy, přispívá i k sociální soudržnosti společnosti,“ podotkl.
- Opozice říká, že v době ekonomické prosperity by se měl snižovat státní dluh a více investovat. Špatné je také přijímání nových úředníků a zvyšování jejich platů.

Zprávy krátce

Konvička končí

Antiislamista Martin Konvička vystoupil z politické strany Alternativa pro Českou republiku, za kterou neúspěšně kandidoval v říjnových senátních volbách na Táborsku. K projektu prý přestal mít důvěru. Důvodem je i to, že strana nebyla schopná dodat dokumenty o svém financování. Vláda proto navrhla straně pozastavit činnost. Entomolog Konvička si vysloužil kritiku

za svoje slova o „mletí muslimů do masokostní moučky“. Ve volbách na Táborsku skončil jako předposlední. **ČTK**

Priessnitz s novou deskou

Legendární kapela kolem výtvarníka Jaromíra Švejdíka v těchto dnech jede koncertní turné, v kterém představuje svoje nové album Beztíže. Dnes vystoupí v Plzni a zítra v Ústí nad Labem. **MEF**



Priessnitz na svém úterním koncertě v Praze

ČTK

INZERCE

DYSLEKTIK NEZNAMENÁ HLUPÁK

NECHUŤ K UČENÍ NEDOSTATEK SOUSTŘEDĚNOSTI



Mgr. Iva Nováková, časopis, ZDRAVÍ A KRÁSA

Možná to taky důvěrně znáte. Navzdory krásným větám, které čtete ve studijním plánu svého dítěte, realita je taková, že jeho handicap ve škole nikoho nezajímá. Dyslektik, dysgrafik, či majitel jiné podobné poruchy?

Pro učitele prostě hlupák, který pomalu čte a ještě pomaleji chápe. Je to jako začarovaný kruh. Vaše dítě se doma učí dlouhé hodiny, ovšem výsledky ve škole tomu rozhodně neodpovídají. Jakoby vůbec nechápalo, co čte, natož, aby dokázalo text někomu přetlumočit. Nakonec vám nezbude nic jiného, než denně nastudovat několik předmětů a znovu je dítěti od-vykládat. Což o to, pokud trénujete na pozici učitele v základní škole, není to na škodu. Jsou-li vaše ambice přece jen trochu jiné, zřejmě vás několikahodinová denní ztráta zrovna nadšením nenaplňuje.

„Míša je těžký dyslektik, dysgrafik, dyskalkulík s diagnózou LMD. Těžko se soustřeďuje, trpí poruchou chování a učení. Vyzkoušeli jsme všechny možné prostředky - terapie, domácí učitele atd. - bohužel s chabým výsledkem.“

A NAJEDNOU SE STAL ZÁZRAK; objevili jsme BASIC a učitelku, která má výjimečné schopnosti. Během letního intenzivního kurzu se Míša zlepšil závažně: plynule si čte, ve psaní používá diakritiku, kterou dříve úplně opomíjel. Největší radost mi udělal, když cca po dvoutýdenní terapii jsem ho našel doma s knížkou v ruce, kterou neodložil přes hodinu a přelouskal prvních 30 stran. Teď vidím syna spokojeného, šťastného. Děkuje!!!“

pan N

UMÍME TO ŘEŠIT! ZAVOLEJTE A DOMLUVTE SI KONZULTACI

Tel.: 773 826 156
studijnicentrum@skolabasic.cz

PŘEDNÁŠKA ZDARMA

Jak na učení bez mučení

BRNO

15. 12. 2016
12. 1. 2017
v 17:00 hod.

Šámalova 10, Brno

www.basicbrno.cz

UMÍME ŘEŠIT:

- POMALÉ ČTENÍ, NEČITELNÉ PÍSMO
- PROBLÉMY S I/Y, ŠPATNÉ ZNÁMKY

- POTÍŽE S MATEMATIKOU
- TRÁPÍ SE VAŠE DÍTĚ PŘI UČENÍ A NEUMÍTE MU POMOCI?
- OZNAČENÍ: DYSLEKTIK, DYSGRAFİK, DYS...



U zubaře si lidé připlatí za plomby

Nebezpečné zubní výplně, jež hradí pojišťovny, skončí.

Návštěvy zubaře se nejspíš pěkně prodraží. Hrozí totiž, že z českých zubních ordinací zmizí amalgámové plomby – tedy ty nejobyčejnější, které proplácí pojišťovny. Expertům Evropské unie vadí jedovatá rtuť, kterou zubní výplně obsahují. O zákazu se má jednat tento týden. Návrh je součástí širších legislativních opatření, která mají omezit kontaminaci životního prostředí rtuť.

Pro zrušení amalgámových plomb je například i stomatolog Roman Šmucler. Podle něj je ostuda, že se ručně připravované amalgámové plomby ještě používají. „Návrhu rozumím. Už nechtějí, aby sestry míchaly v ruce amalgám s rtuť, která třeba poškodí jejich vlasy, životní prostředí, ale aby se to míchalo bezpečným a ekologickým systémem,“ řekl Šmucler, který byl letos zvolen do funkce prezidenta České stomatologické komory.

Zubní lékař Vít Hrubecký ale namítá, že pokud se s amalgámovými plombami pracuje správně, tak žádné riziko nehrozí. „Navíc já tyto

plomby používám jen minimálně,“ říká Hrubecký. Podle něj si dnes lidé na kvalitní plomby potrpí a sami si říkají o ty kvalitnější – například ty z takzvaného dózovaného amalgámu.

Zákaz nejlacnějších plomb si sice pochvalují také ekologové, ale pacientům se to líbit nebude. Amalgámová plomba stojí 270 korun a hradí ji pojišťovna. Pokud ji zakážou, nahradí ji nejspíš zmiňovaný dózovaný amalgám. Tyto plomby ale na seznamu zdravotních výkonů hrazených z veřejného zdravotního pojištění nejsou.

V návrhu nařízení Evropské komise k používání amalgámu se píše, že od 1. ledna 2019 bude ve všech členských státech zakázáno používat nedózovaný amalgám a od roku

2021 budou muset být vybaveny všechny zubní ordinace odlučovači amalgámu. „V tomto bodě je Česká republika ve značném předstihu, zubní ordinace jsou vybaveny odlučovači již více než deset let,“ říká Robert Houba, viceprezident České stomatologické komory. **MAREK HÝŘ**

Plomba

1200

Až tolik může stát plomba z dózovaného amalgámu. Nyní je pojišťovny neproplácí. Pokud by ale byly amalgámové plomby zakázány, je ministerstvo zdravotnictví ochotno zvážit hrazení i jiných než amalgámových plomb.

Nebezpečná rtuť

Amalgám, z něhož se vyrábí plomby, je míchaný ručně.

- To znamená, že ho stomatolog či sestra vyrobí v ordinaci. Vše záleží na tom, jak jsou zkušenosti. Musí dodržet správný poměr a dobu míchání amalgámové slitiny a rtuti. V případě, že sestře nebo lékaři ujedne ruka, pak hrozí, že se častěji ulamují kousky hmoty a kolem plomb vznikají další kazky.

- Oficiální medicína trvá na tom, že dopad amalgámových výplní na zdraví člověka je minimální.
- Odpůrci kovových plomb ale tvrdí, že kvůli jejich složení u lidí vznikají bolesti hlavy, deprese, je oslabený imunitní systém. Ačkoli jsou tyto hypotézy nepotvrzené, například v Norsku a Dánsku bylo používání amalgámových výplní raději zakázáno.



Beton rýmičku nedostane

Parta nadšenců oblékla v těchto dnech jeden z betonových stromů na Tyršově mostě v Přerově do pleteného pestrobarevného kabátu. Pletlo ho 13 lidí dva měsíce. Autorkou plastik je akademická malířka a sochařka Ivana Šrámková. Pletené šály se už před několika lety jako recese objevily také na živých stromech v Praze. **ČTK**

INZERCE

DOER MEDICAL®

Vysoce kvalitní
lubrikační gely
na bázi silikonu

Doer Medical® Silk
Doer Medical®
Aloe Vera & Vitamin E

ŽÁDEJTE VE SVÉ LÉKÁRNĚ

MS TRADE s.r.o.
Zdravotnické prostředky



www.mstrade.eu

Zprávy krátce

Pozor na bižuterii

Nadlimitní obsah těžkých kovů našli inspektoři životního prostředí v bižuterii z ciziny. Jde o karcinogenní kadmium, olovo a nikl. Zjistila to Česká inspekce životního prostředí při kontrolách v obchodech. Právě nyní před Vánoce upozorňuje, aby si zákazníci dávali na nekvalitní výrobky bez atestů pozor.

Vyhrajte auto

Ministerstvo financí plánuje spustit úctenkovou loterii k elektronické evidenci tržeb v polovině příštího roku. Ročně plánuje rozdělit výhry až za 65 milionů korun. Jednou z cen bude i auto. Na zajištění loterie už vypsal otevřeně výběrové řízení. **ČTK**



Umění

Čínský výtvarný umělec a aktivista Aj Wej-wej bude příští rok hlavní chloubov programu Národní galerie v Praze. Od 14. března tam bude vystaveno jeho další dílo. Umělec je známý svou kritikou čínské vlády. **MAFRA**

Právě teď



Vánoční slevy
až **70 %**

více na www.alza.cz/masakrcen

Rýže jako v asijské restauraci

ECG
MY WAY OF HOME



-13 %

ECG RZ 19

Rýžovar s ochranou proti přehřátí
Udrží rýži teplou a zamezí oschnutí
Vyjímatelná nádoba až na 1,5 kg rýže
Nepřílnavý povrch, příkon 700 W

799,-
699,-

obj. kód: EAZ8002e

Nápoje plné vitamínů a živin

ECG
MY WAY OF HOME



-20 %

Zdarma
kuchyňská
váha

ECG SM 900 Mix&Go

Stolní mixér na výrobu skvělých smoothie
4 mixovací nádoby (2× 500, 700 a 900 ml)
Výkonný 900W motor
Tritanové lahve vhodné i k drcení ledu

2499,-
1 999,-

obj. kód: EAZ105b

Upečte si chleba podle vlastní chuti

ECG
MY WAY OF HOME



-12 %

ECG PCB 815

Skvělá domácí pekárna s 2 háky
15 programů, náplň až 1 600 g
Volba stupně propečení kůrky
Forma s nepřílnavým povrchem

2499,-
2 199,-

obj. kód: ECGPCH01

Skvělý zvuk vždy po ruce

ECG
MY WAY OF HOME



ECG R 500 U Hornet / Dragonfly

Přenosné rádio s USB
MP3 přehrávač
Slot na SD a microSD kartu
Vstup Aux jack
Integrovaná baterie s výdrží až 3 hodiny

899,-

obj. kód: WE098d11

Užijte si špičkový obraz

ECG
MY WAY OF HOME

Dárek
k nákupu

ECG 24 H01T2S2, 32 H01T2, 43 F01T2S2 S2

Moderní Full HD / HD televize
Varianty o velikosti 24", 32" a 43"
DVB-T2 HEVC (H.265), satelitní tuner
Funkce TimeShift, hotelový mód

Dárek k nákupu:

Poukaz satelitní televize FLIX TV v hodnotě 7 000 Kč

FLIX TV

od **3 999,-**

obj. kód: WE024k



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. 12. 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.

Babiš na seznamu osobností Evropy

Server Politico píše, že by ministr financí rád usedl do premiérského křesla.

Český vicepremiér a ministr financí Andrej Babiš se ocitl na seznamu 28 osobností, které podle názoru zpravodajského serveru Politico nejnvýrazněji formují Evropu.

„Seznam Politico 28 je náš přehled lidí, kteří budou nejspíš určovat podobu roku 2017 i dál – zda k dobrému, nebo špatnému, to si musí rozhodnout čtenáři sami,“ uvedl šéfredaktor evropské části Politica Matthew Kaminski. To vzniklo v USA v roce 2007 jako nezávislá a nestran-

Kdo je ještě na seznamu

Soupis obsahuje známá i méně známá jména.

- **Michael O'Leary** – výkonný ředitel irské nízkonákladové letecké společnosti Ryanair
- **Dalia Grybauskaitėová** – litvská prezidentka
- **Jeppe Tranholm-Mikkelsen** – dánský diplomat a generální tajemník Rady EU

ná zpravodajská organizace. V Bruselu má samostatnou evropskou redakci.

Mezi osmadvaceti osobnostmi je turecký prezident Erdogan, šéfka diplomacie EU Mogheriniová, londýnský starosta Khan, předseda polské vládní strany Kaczynski, šéfka německé protiimigra-

ční Alternativy pro Německo Petryová, americký investor a filantrop maďarského původu Soros či rakouský ministr zahraničí Kurz.

Text přibližující českého vicepremiéra má podtitulek využívající anglickou slovní hříčku Český trumf či Český Trump. Připomněl, že Babiš je majitelem největšího potravinářského, zemědělského a mediálního konglomerátu v zemi a těží z rostoucí české ekonomiky. Připomíná ale také českou nejnižší nezaměstnanost v Evropě. Jeho úspěch podle serveru otřásl tradiční politickou elitou země. Podle serveru nemůže být pochyb, že při rostoucím napětí mezi Babišem a premiérem Bohuslavem Sobotkou by český antipolitik rád po volbách 2017 nastoupil do premiérského křesla. **ČTK, MET**



Mladičovi hrozí doživotí

Někdejšímu vrchnímu veliteli bosenskosrbské armády Ratku Mladičovi navrhl včera žalobce Mezinárodního trestního tribunálu pro bývalou Jugoslávii doživotní trest vězení. Třiasedmdesátiletý Mladič je považován za jednoho z hlavních aktérů krvavých etnických čistek, které provázely válku v Bosně. S jeho působením je spojen především masakr civilistů ve Srebrenici, kde bylo v roce 1995 zavražděno na 8000 muslimských mužů a chlapců. **AP**

Zprávy krátce

Chodorkovskij může k penězům

Soud v Dublinu včera nařídil irským úřadům, aby uvolnily bankovní účty se 100 miliony eur (asi 2,7

miliardy korun), které patří ruskému oligarchovi Michailovi Chodorkovskému. Policie podle soudce nepředložila žádný důkaz, že by tyto peníze pocházely z trestné činnosti, jak tvrdí Rusko. **ČTK**

Zadrželi. Šéfa aerolinek

Bolivijské úřady zadržely šéfa letecké společnosti LaMia Gustavo Vargase v souvislosti s pádem letounu, při němž minulý týden zahynulo 71 lidí, převážně brazilských fotbalistů. Podle bolivijského generálního prokurátora je

podezřelý z porušení bezpečnostních předpisů.

Úřady rovněž vyzvaly Brazílii, aby vyhostila bolivijskou dispečerku, která letadlo odhazovala. Ta po havárii v obavách ze stíhání ze země uprchla.

Někdejší generál letectva Vargas byl předveden k výsledku na prokuraturu ve městě Santa Cruz. Odtud minulý týden vzletl stroj s brazilským fotbalovým týmem Chapecoense směrem do Kolumbie, kde havaroval. **ČTK**

INZERCE

VÁCLAV KOPTA

■ Býval jsem roztomilý blondáček, holky po mně šlely

UŽ ZÍTRA

TÝDENÍK 5 PLUS 2

každý pátek ZDARMA na jednom ze 6000 distribučních míst



Indonésie se otřásla

Silné zemětřesení včera zasáhlo provincii Aceh v Indonésii. Nejvíce postiženou oblastí je pobřežní okres Pidie Jaya. V místě není k dispozici dostatečné množství vyprošťovací techniky. Otřesy nevyvolaly přívalové vlny, přesto lidé z pobřeží z obav před nimi prchali do kopců. Provincii zemětřesení postihlo již v roce 2004 a přívalová vlna tam tehdy usmrtila na 100 tisíc lidí. **AP**

Zprávy krátce

Paříž se dusí ve smogu

Nejhorší zimní smogová situace za posledních deset let postihla Paříž a její široké okolí. Zlepšení situace by mělo přinést mimo jiné opatření, na základě

kterého včera nemohla do ulic vyjet auta se sudými čísly na poznávací značce. Hromadná doprava je ale zdarma. Smog sužuje město už od pátku. V pondělí radnice nákladním vozům nad 3,5 tuny zakázala vjezd do města úplně.

CDU pro částečný zákaz burek

Pro částečný zákaz nošení burek na veřejnosti, zpřísnění azylové politiky a proti zvyšování daní se vyslovila nejsilnější německá strana – Křesťanskodemokratická unie. **ČTK**

Každý šestý Čech se letos hodlá na Vánoce zadlužit

Na dárky si půjčují i lidé s exekucí.

Konec roku je ale finančně náročný pro všechny.

Češi jsou nepoučitelní. Na výdaje spojené s Vánoci si letos půjčí 17 procent Čechů v produktivním věku, tedy celkem 1,2 milionu osob. Z nich však necelá třetina čelí nebo v minulosti čelila exekučnímu řízení. A dokonce 119 tisíc lidí, kteří si chtějí půjčit na letošní Vánoce, je v exekuci v současné době. Vyplývá to z reprezentativního průzkumu Exekutorské komory ČR, který se uskutečnil v listopadu tohoto roku.

„Šokuje nás, že si půjčku chtějí brát i lidé, kteří nyní čelí exekuci, často i mnohčetné. Místo toho, aby nejdřív

Češi si půjčují čím dál víc. Nové úvěry poskytnuté domácnostem jsou rekordní

500

Tolik miliard si letos Češi vypůjčili. Vyplývá to z odhadů Bankovního a Nebankovního registru klientských informací. Loni to bylo 473,6 miliardy korun. Nový úvěr spadající do kategorie krátkodobého dluhu si v tomto období pořídilo téměř 344 tisíc lidí a nový úvěr z kategorie dlouhodobého dluhu 46 tisíc lidí.



ve splatili své současné dluhy, tak si berou další na často zbytečné věci.“ říká Vladimír Plášil, viceprezident Exekutorské komory ČR. „Nejen že si Češi často půjčují na nepotřebné věci či dovolené, často mají navíc tendenci odvozovat kvalitu dárku z jeho ceny. Přitom je bezesporu možné

udělat radost i levnějším či ručně vyrobeným dárkem,“ nabádá Pavla Fučíková, prezidentka komory.

Že jsou půjčky na vánoční dárky neuvážený krok, potvrzuje i Veronika Benešová, manažerka nezajištěných úvěrů České spořitelny. Podle ní je proto při nákupu na splátky

dobré dodržovat několik zásad. „Vyplatí se pořizovat si takové věci, které budete využívat po celou dobu splácení, třeba televizi nebo pračku,“ říká Benešová.

Je také potřeba pečlivě zvážit, jak moc mohou splátky v budoucnu zatížit rodinný rozpočet, když se změní situa-

ce v rodině, typicky jde o mateřskou dovolenou či ztrátu zaměstnání. „Co se týče samotného nákupu na splátky, důležité je pozorně si prostudovat jeho podmínky a také věci takzvané pod čarou,“ říká Benešová. Podle ní je také dobré vědět, jaký má daná společnost přístup k řešení různých nečekaných událostí, které mohou ovlivnit splácení, zda vám například vyjde vstříc se změnou data splátky.

Ačkoliv různé finanční instituce přes Vánoce každý rok varují před neuváženým hýřením, lidé utrácí čím dál víc. Loni v prosinci například klienti ČSOB a Ery Poštovní spořitelny učinili o deset procent více plateb než během stejného období předloni. „Tento rok opět počítáme s nárůstem v počtech i objemech transakcí,“ říká Oldřich Fremr, manažer útvaru Platební karty ČSOB. **MAREK HÝŘ**

INZERCE

KB radí – Nepodceňujte zabezpečení svého mobilu

Prakticky každý týden se objevují informace o pokusech zneužít účty klientů bank. Aktuální vývoj přitom ukazuje, že se nelegální aktivity útočníků přesouvají z počítačů na mobilní zařízení, tedy chytré telefony a tablety. Pokud ovšem dodržíte základní bezpečnostní pravidla – například pravidelně aktualizujete operační systém, máte nainstalovaný antivir, stahujete jen ověřené aplikace a software – není se čeho bát. A pokud k bezpečnému chování přidáte nejnovější bezpečnostní řešení Komerční banky chránící vaše mobilní bankovníctví, můžete být dvojnásob v klidu.

Komerční banka to s bezpečností svých klientů, kteří se ke svému účtu přihlašují přes mobilní telefon, tablet nebo počítač, myslí skutečně vážně. Je jedinou bankou v ČR, která přistoupila ke komplexní ochraně klientů a jejich zařízení. Nově totiž poskytuje bezplatné bezpečnostní řešení pro chytré telefony a tablety – IBM Trusteer Mobile, které je určeno pro operační systém Android 4.1 a vyšší a které je součástí aplikací Mobilní banka a Mobilní banka Business. Varianta pro iOS by měla být k dispozici v prvním čtvrtletí příštího roku.

Proč chránit smartphone?

Část uživatelů nemá nainstalovaný antivirový program, stahuje jakékoli aplikace a půjčuje svůj telefon na hrani dětem. Právě na takové chování útočníci sázejí. Mobilní telefon totiž stále častěji používáme k přihlašování na různé účty, ať už jde například o sociální síť, maily nebo bankovní účet.

Přihlašovací údaje jsou právě tím, na co útočníci cílí. Proto je potřeba svůj chytrý telefon, ale i tablet, chránit. Komerční banka má v tomto směru unikátní a ověřené řešení.

Jak to funguje

Pokud jste klientem Komerční banky a používáte mobilní bankovní aplikaci Mobilní banka a Mobilní banka Business, stačí si stáhnout nejaktuálnější verzi. Je to jednoduché a intuitivní. To je vše. Při každém vašem přihlášení do mobilního bankovníctví budete chráněni proti případným hackerským aktivitám a v klidu můžete nakládat se svými penězi, které máte na svém účtu.

V případě dotazů nebo jakýchkoli pochybností se obraťte na svého bankovního poradce nebo navštivte sekci věnovanou bezpečnosti klientů na webu Komerční banky – www.kb.cz/bezpecnost nebo www.kb.cz/bezpecnost/mobil.

Tomáš Strýček: „V on-line prostředí se chovejte obezřetně“

On-line prostředí nám usnadňuje práci a přináší zábavu. Je ale i místem, které při lehkomyšlnosti uživatele skrývá vážné hrozby. Na to, jaká aktuální nebezpečí hrozí v on-line prostředí a jak se proti nim chránit, jsme se zeptali Tomáše Strýčky, výkonného ředitele společnosti AEC, která se specializuje již více než 25 let na zabezpečení dat.

Můžete nám ve stručnosti popsat aktuální zaměry?

Útočníci se stále zřetelněji přesouvají od počítačů k mobilním zařízením a využívají neznalosti nebo nepozornosti jejich uživatelů. Jde ze strany hackerů o logický krok, protože lidé stále více nahrazují pro práci v on-line prostředí počítače chytrými telefony či tablety, ale jejich antivirovou ochranu podceňují nebo dokonce vůbec neřeší. Nejrizikovější skupinou jsou uživatelé zařízení s operačním systémem Android.

Na koho, nebo na co, se nyní útočníci zaměřují?

Útoky směřují na nejslabší článek systému – počítače a mobilní telefony klientů. Stále platí, že nejčastěji útočníci své útoky na klienty, uživatele těchto zařízení, zahajují prostřednictvím e-mailů nebo zpráv obsahujících infikované přílohy, které předstírají důvěryhodná sdělení bank a jiných institucí.

Nejčastější typ útoku zaměřený na klienty finančních institucí je dnes infekce smartphonu ze strany podvodných aplikací za účelem skryté krádeže autorizačních SMS, vylákání informací

o platebních kartách klienta nebo jiných citlivých informací.

Jaké chyby uživatelé nejčastěji dělají?

Uživatelé mobilních zařízení dnes nejčastěji nepoužívají ve svém mobilním telefonu žádný bezpečnostní nebo antivirový software, neobtěžují se svůj telefon zabezpečit alespoň jednoduchým heslem, neaktualizují operační systém, aplikace nebo mobilní antiviry. V neposlední řadě nejsou dostatečně obezřetní při otevírání e-mailů a SMS, které se tváří, že jsou odeslány z banky klienta či jiného, na první pohled důvěryhodného zdroje. Ve skutečnosti to mohou to být podvodně podvodné zprávy útočníků.

Lze se účinně proti takovým útokům bránit? Existují nějaké jednoduché zásady?

Klienti by se při práci s mobilním telefonem, tabletem nebo počítačem, ze kterých se přihlašují ke svému bankovnímu účtu, měli chovat maximálně obezřetně. Zejména se doporučuje používat výhradně legální software, pravidelně aktualizovat operační systém i další programy (např. internetový prohlížeč, čteč-

ku PDF dokumentů) a používat antivirové programy. Na místě je zejména obezřetnost při otevírání e-mailů i SMS, které se tváří, že jsou odeslány z banky klienta či jiného, na první pohled důvěryhodného zdroje.

V případě dotazů nebo jakýchkoli pochybností by měl klient navštívit specializované webové stránky banky věnované bezpečnosti, kde většina bank dnes umí klientovi poradit základní principy bezpečné práce s daným zařízením anebo by měl klient prostě svou banku kontaktovat.

Jak uživatelé poznají, že byl jejich mobilní telefon napaden?

Většina útoků je dnes natolik sofistikovaných, že klient je sám není schopen jednoduše odhalit. Proto by si klienti měli do svých mobilních telefonů nainstalovat a pravidelně používat antivirové nástroje, které navíc jsou v základních verzích téměř vždy zdarma. Dalším doporučením je zabezpečit svůj telefon alespoň jednoduchým heslem nebo tzv. odemkacím gestem či třeba otiskem prstu.

Nejlépejším řešením ale je vždy používat selský rozum a chovat se dostatečně obezřetně.

Zprávy krátce

Sexy výstava

V pražské Pragovce bude do 21. prosince k vidění výstava Sexy, jež nabízí malířská, sochařská, grafická, fotografická a designéřská díla s tématem erotiky od čtyřiceti umělců. Výstava bude umístěna v památko-

vě chráněném sloupovém přízemí, veřejnosti dosud nepřístupném.

Hans v Praze

Hudební skladatel Hans Zimmer vyjede na turné, při kterém zahraje i 4. června v O2 areně. **MET**

Ostře sledované exponáty v muzeu

Národní technické muzeum propojilo Oscarem oceněný český film a historii vlaků.

Oscarový snímek Ostře sledované vlaky přibližují v nové výstavě Národního technického muzea projekce úryvků z filmu, kostýmy herců či razítko z proslulé scény.

Letos v listopadu uplynulo od premiéry tohoto oscarového díla 50 let. Národní technické muzeum se nejvýznamnějším českému filmu z drážního prostředí rozhodlo výstavou vzdát hold a zároveň to tematicky propojit se svou bohatou železniční sbírkou. Návštěvníci budou moci až do 30. dubna obdivovat třeba historickou drezínu Tatra z muzejních sbírek, která si ve filmu „zahrála“, nebo zlatou sošku Oscara, kterou získal.

Úspěšný snímek, natočený roku 1966 v režii Jiřího Menzela podle stejnojmenné předlohy Bohumila Hrabala ve stanicích Loděnice na trati Praha-Smíchov – Rudná u Prahy – Beroun, zachytil každodennost venkovského nádraží mezi roky 1939 a 1945 a situaci, kdy partyzánské skupiny podporované českými železničáři, kteří znali logisti-



Na výstavu se přijel podívat i sám Jiří Menzel. 2x ČTK



Originál soška Oscara

ku ostře sledovaných vlaků, tedy transportů s vojenským materiálem, uskutečňovali akce, které pomáhaly rozkládat válečné hospodářství na-

cistické říše. Dokreslení dobové atmosféry období protektorátu se pokouší navodit modely vozidel, která se v protektorátní Loděnici mohla objevit, život a práci na železniční stanici pak dokládá Morseův rycí telegraf či záložní stavěčlový přístroj, kterým příslušný zaměstnanec stavěl vlakovou cestu a ovládal signalizaci v daném úseku tratě.

„Z pohledu historika dopravy zaujme Menzelův film i precizním vytvořením iluze technického vybavení nádraží období protektorátu, kterou o téměř třicet let později, v době, kdy film vznikal, nebylo zcela jednoduché navodit,“ uvedl Petr Kužel, kurátor železniční sbírky muzea. **IBE**



Adventně taneční Vary

Německá legendární kapela Scooter roztančí v adventním období Karlovy Vary, a to na koncertě v místní KV Aréně v pátek 16. prosince od 19 hodin. Album, které kapela vydala začátkem února, se jmenuje Ace, tedy Eso, hned po vydání se stalo třetí nejlépe prodávanou německou deskou. Ceny vstupenek začínají na 690 korunách za stání a 890 korun za sezení. **ARCHIV SCOOTER**

INZERCE



TÝDENÍK **TÉMA** UŽ ZÍTRA

JEN
25 Kč

ZDENĚK SVĚRÁK VELKÝ ROZHOVOR

- O Smoljakovi, jejich nejlepších komediích i životě za socialismu
- A navíc**
- Anketa: Nejlepší knihy roku
- Muslim v Česka: Přijde vlna radikálů
- Marika Gombitová: O zpívání, životní lásce i boji s postižením

Dárky pro něj i pro ni za skvělé ceny

a **alza** **MAXI**
DROGERIE



OLD SPICE Whitewater
dárková sada



NIVEA MEN Tool Box Silver
dárková sada



GILLETTE ProGlide Star Wars
dárková sada



KNEIPP Herbal Bath
dárková sada



FENJAL Oil Care
dárková sada



DOVE Derma Spa Cashmere
dárková sada

Nakupte také:

- ✓ Péče o tělo
- ✓ Péče o pleť
- ✓ Holení
- ✓ Péče o dítě



Všechny dárky vyřešíte na

a **alza.cz**

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

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 7. 12. 2016 do 23. 12. 2016 nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena. Aktuální ceny najdete vždy na www.alza.cz/maxi.

Sudoku

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

Počasí

DNES	ZÍTRA	SOBOTA	NEDĚLE
Min. 2 Max. 6	Min. 3 Max. 7	Min. 4 Max. 8	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: 13,4 °C

Rok výskytu: 1914

Napište svou bublinu



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



Kvíz

- Nejhlubší jezero USA je Kráterové, nachází se v Oregonu a má hloubku:
 - 594 m
 - 494 m
 - 393 m
- Želva byla první funkční bojová ponorka na světě, šlo o plavidlo z roku:
 - 1676
 - 1776
 - 1876
- Původně waleský rod Tudorovců byl anglickou královskou dynastií v letech 1484 až:
 - 1503
 - 1603
 - 1703
- V Novohradských horách jsou chráněné lokality Zofínský prales a přírodní památka:
 - Buquoyský lesík
 - Hojná voda
 - Temná pole
- V USA sahá historie Medvědí vlajky do roku 1846, současná je z roku 1911, patří státu:
 - Maine
 - Kalifornie
 - Texas

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

ČT1

- 12:30 Sama doma
- 14:00 Soudkyně Amy
- 14:45 To je vražda, napsala III
- 15:55 Hubert a Staller IV
- 16:50 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 Pěníčka a Paraplíčko
Povídka (ČR, 1970). Policiejní rada Vacátko znovu přichází! Tentokrát v kasácké romanci podle povídky Jiřího Marka. Hrají: J. Marvan, R. Brzobohatý, J. Bohdalová, B. Šmída

- 21:39 Výsledky losování Šťastných 10
- 21:40 Máte slovo s M. Jilkovou
- 22:35 Gejzír
- 23:10 Hercule Poirot
- 00:55 AZ-kvíz
- 01:25 Objektiv
- 01:55 Toulavá kamera
- 02:25 Dobré ráno
- 04:55 Žijteš jenom 2x
- 05:20 Sváteční slovo generálního vikáře olomouckého arcibiskupství J. Nuzika

ČT2

- 12:30 Chcete je?
- 12:35 Vesnice Plzně
- 12:55 Vorga
- 14:10 Fighting Lady
- 15:10 Zapomenuté výpravy
- 15:35 Bojovníci od Sokolova - deníček spojky
- 16:35 Pavel Wonka se zavazuje
- 17:45 Neznámí hrdinové - Pohnuté osudy
- 18:15 Herbář
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Letecké katastrofy
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



20:00 S kuchařem kolem světa: Senegal
Okouzující gurmán Fred Chesneau se domluví v jakémkoli místě naší zeměkoule plné chuti a vůně!

- 21:00 Bedekr III
- 21:30 Klenoty naší krajiny: Železné hory
- 22:00 Habsburkové: Soumrak bohů (6/7)
- 22:25 Učitel tance
Komedialní drama (ČR, 1994)
- 00:10 Queer: Ve své srsti
- 00:40 Město žen VI (2/13)
- 01:00 Uchem jehly
- 01:30 Industriál na hraně
- 01:55 V zajetí železné opony
- 02:10 Zášlapané projekty
- 02:30 Stopy, fakta, tajemství

NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:25 Dva a půl chlapa IX (23)
- 12:55 Ordinance v růžové zahradě (45)
- 14:05 Mentalista (16)
- 15:00 Mentalista (17)
- 15:55 Námořní vyšetřovací služba VI
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Co na to Češi
- 18:25 Ulice (3144)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



20:20 Ordinance v růžové zahradě 2 (696)
Seriál (ČR, 2016). Švarc utíká před Babákovou: další chudou nevěstu už nechce! Marika podezřívá Máru, že je narkoman. Hrají: Z. Adamovská, P. Rychlý, M. Zounar, M. Randová, V. Zawadská, J. Paulová, M. Badínková

- 21:35 Prásk!
- 22:15 Hvězdná párty
- 23:15 Příkaz k popravě
Akční film (USA/Kan., 1990)
- 01:00 Mentalista (14)
- 01:50 Mentalista (15)
- 02:30 Áčko
- 03:25 Co na to Češi
- 04:00 Ordinance v růžové zahradě (45)

PRIMA

- 12:00 Polední zprávy
- 12:10 Siska VI (3)
- 13:35 Návrat komisaře Rexe X (7)
- 14:35 Castle na zabítí VII (20)
- Krimiseriál (USA, 2014)
- 15:35 Rosamunde Pilcherová: Spící tygr
- Romantický film (N, 1996)
- 17:30 Odpolední zprávy
- 17:45 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimi zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 TOP STAR



20:15 Dr. Dokonalý (15)
Lékařský seriál (SR, 2012). Doktor Ludský prožívá těžké časy. Není schopen se vyrovnat s úmrtím otce a najít si nové prostory pro svou ordinaci. Také Kovalyková má problém. Do nemocnice je přivezen její bratr, který je velmi nepřijemný člověk. Hrají: T. Mašťalir, E. Sakálová, V. Kobelický a další

- 21:30 TOP STAR magazín
- 22:30 Ano, šéfe!
- 23:45 Vychytávky Ládi Hrušky
- 00:20 Místo činu: Kolín (22)
Krimiseriál (N, 2010)
- 02:15 Siska VI (3)
Krimiseriál (N, 2004)
- 03:15 Návrat komisaře Rexe X (7)

PRIMA COOL

- 12:45 Simpsonovi IX (13-16)
- 14:45 Teorie velkého třesku VI (15)
Kritické dopady vyražení zápletky.
Sitcom (USA, 2012)
- 15:15 Teorie velkého třesku VI (16)
Nesporný důkaz náklonnosti.
Sitcom (USA, 2012)
- 15:40 Griffinovi VIII (4)
- 16:10 Hvězdná brána (8)
- 17:05 Top Gear 2011
- 18:15 Simpsonovi IX (17, 18)
- 19:15 Simpsonovi IX (19, 20)



- 20:15 Autosalon**
- 21:20 Teorie velkého třesku VI (17)
Sitcom (USA, 2012)
- 21:50 Teorie velkého třesku VI (18)
Sitcom (USA, 2012)
- 22:20 X-Men Origins: Wolverine
Sci-fi thriller (USA, 2009)
- 00:35 Poslední chlap na Zemi II (14)
Sitcom (USA, 2015)
- 01:05 Komplikace (4)
Seriál (USA, 2015)
- 02:05 Aplikace
- 02:30 Agresivní virus (13)
Hororový seriál (USA, 2014)
- 03:20 Alias V (9)
Seriál (USA, 2005)
- 04:00 Alias V (10)

ÓČKO

- 06:00 Ranní fresh
Vstávání s muzikou
- 09:00 Zpátečka
Co se hrálo na Óčku tento den v roce 2008?
- 10:00 Óčko hity
Klipy nonstop
- 12:00 Óčko news
Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neuteče
- 12:05 Óčko hity
Klipy nonstop
- 14:00 Óčko news
Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neuteče



- 14:05 Óčko hity**
Klipy nonstop
- 15:30 Óčko news
Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neuteče
- 16:00 Óčko chart
Hitparáda diváků Óčka
- 18:00 Óčko hity
Klipy nonstop
- 18:30 Digital Love
Dance, house music, clubbing a DJs
- 19:00 Óčko news
Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neuteče
- 19:05 Moje desítka
Top 10 klipů podle diváků Óčka
- 20:00 CZ & SK
České a slovenské klipy
- 21:00 Óčko hity
- 22:00 Óčko flirt

Sloupek

IVA
MÁLKOVÁ

ZAKLADATELKA KURZŮ HUBNUTÍ STOB



VÍC ÚSMĚVŮ

Vánoční svátky vždy označujeme slovy „šťastné a veselé“. Navzájem si přejeme klidné prožití svátečních dnů. Snad takové opravdu na začátku své tradice bývaly. A to i u nás! Moudří a laskaví obyvatelé zdejších hor a údolí se nechali zapadat sněhem a ve svých skromných obydlích si u stromečku společně zazpívali několik krásných koled. Pojďme se letos pokusit se trochu přiblížit do idylických dob. Několik tipů na změnu. Nepodlehnete reklamám obchodníků, kteří se snaží za každou cenu co nejvíce prodat. Kupte o něco méně než vloni, a to jak věcných darů, tak jídla. Věnujte si místo toho více

Citát

Stačí dostatek pohybu a střídmost! Kolikrát to již bylo napsáno!

li. Jedna z definic šilenství je dělat stále to samé a očekávat jiné výsledky. I když máte pocit, že zkoušíte nové přístupy – bezlepkovou dietu, syrovou stravu, paleodietu, podstata je stejná. Snažte se od nějakého data udělat ve svém životě velkou nepřijemnou změnu. Taková změna nemůže být trvalá. Pokuste se neprohnut další léta a věnujte energii jiným směrem. A tak jakmile vás napadne, že to od prvního zase zkusíte, zkuste ji nahradit myšlenkou: Jakou malinkatou změnu mohu pro sebe udělat právě teď? Vypusťte ze svého slovníku slůvka „nikdy“ i „vždy“. Zdravé tělo, zdravý duch. K získání těchto vzácných darů však nemusíte utrácet horentní sumy. Stačí dostatek pohybu a střídmost! Kolikrát to již bylo napsáno! Kolikrát to bylo řečeno! A pořád je to pravda! Toto jsou dva nejlepší dárky, které nám zajistí šťastný nový rok!

Dopisy a vzkazy

Odpadky

Již nějakou dobu hledám ta správná slova, jak co nejlépe informovat o nešvaru, jímž je přehlížení odpadků povolanými osobami. Bohužel na něj denně narážím cestou do práce. Stanice Zličín se již dlouhou dobu potýká se zvláštní celoroční odpadkovou nadílkou. Každý den, kdy stanici procházím, doufám, že konečně spatřím lidi v oranžovém, jak dělají to, co mají v popisu práce, a snaží se, aby tato stanice, kudy denně prochází spousta turistů mířících z či na letiště, byla reprezentativní. Bohužel každým dnem ve mně narůstá pocit zklamání. Tímto dopisem do Metra jsem se rozhodla lidem, kteří mají v této části města pořádek na starosti, otevřít oči a probudit čichové vjemy. Chtěla jsem přidat i zajímavý obrázek rozkládajícího se holuba u východu z metra, ale uvědomila jsem si, že by to mohlo vyznít nevhodně. Možná by se v této lokalitě uživil i člověk, který by upozorňoval kolemdoucí lidi na správné vychování, které aspoň mně má rodina vtloukala do hlavy. Odpadky patří do koše! S nadějí, že se něco změní, se loučím a přeji hezký den.

NICOLE

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

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

Výrok dne



„Jsem strašně šťastný, že mi trenéři dávali prostor.“

ONDŘEJ MIHÁLIK, ÚTOČNÍK
JABLONCE

Jedním z mála kladů na zpackaném jabloneckém podzimu je ostrý průnik teprve 19letého útočníka do prvotní soutěže.

Slovo dne

HORENTNÍ

(ze sloupku Ivy Málkové na této straně)

Neobyčejně veliký, vysoký, obrovský, budící úžas (finanční) výši

ZDROJ: AKADEMICKÝ
SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



INZERCE

HOROSKOP na čtvrtek 8. 12.

ZÍSKEJ LÁSKU A ŠTĚSTÍ!

Důvěřuj svým kartám a astrologickým znalostem. PTEJ SE!

Volejte 906 70 30 35 nebo pište SMS na číslo 904 30 55 s kódem 44SXK a svým dotazem!

Věštkyně Rachel



Beran 21/3–20/4

Pustte se s vervou do jistého úkolu, který by vás jinak zbytečně celý den volal v myšlenkách a vy neměli ani chvíli klidu.



Býk 21/4–21/5

Cosí si bude říkat o prozkoumání, ale s tím zkoumáním raději opatrně, abyste se něhoho nedotkli a nakonec to nebyl trapas.



Blíženci 22/5–21/6

Chybět vám bude při dnešku pohodlíčka u televize, ale pokud nemáte nějakou specifickou práci, telka by vám neprošla.



Rak 22/6–22/7

Budete toužit po nějakých mimopracovních zážitcích, ale kvůli práci na ně nebudete mít žádný volný čas, což vás bude štítat.



Lev 23/7–22/8

Není vyloučeno, že vás vaše rodinka navštíví i na pracovišti, protože bude chtít prostě pomoci s nějakou vánoční vychytávkou.



Panna 23/8–22/9

Kolega, který vám ještě nedávna dost pomáhal, bude mít při dnešku svých starostí dost, tak mu to zkuste spíše oplatit vy.



Ryby 21/2–20/3

Něco se vám nepovede natolik dobře, abyste se tím chtěli chlubit, ale zase to nebude žádný kolosální propadák ke studu.



Váhy 23/9–23/10

Povede se vám něco, na co budete sami velmi hrdí a hned vás budou vánoční i jakékoliv jiné přípravy více bavit než včera.



Štír 24/10–22/11

Pokud už delší dobu hledáte práci, při dnešku by se mohlo objevit něco takového, co by vám mohlo skoro doslova vyrazit dech.



Střelec 23/11–21/12

Začnete už odškrtávat dny do svátků, které jsou navíc při letošku garantované, takže víte, že práce vás konečně spíše mine.



Kozoroh 22/12–20/1

Nebudete chápat někoho z kolegů v jeho nevánočním konání, ale protože bude mít na toto téma píku, budete muset holt mlčet.



Vodňák 21/1–20/2

Uvalte dnes embargo na své soukromé záležitosti, protože jinak hrozí, že se tím za chvíli bude bavit celá firma, což nechcete.

Řešení sudoku

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

Anketa Připlácíte si za lepší plomby u zubaře?



Lukáš
Augustín

I přesto, že je zubní péče předražená, tak si bohužel připlácím.



Martin
Ejsíř Kuřil

Ano, bílá je rozhodně lepší než ten amalgám.



Marek
Mahdal

Ne. Výhledově to vidím na kompletní umělý chrup.

Komiks



Vrátí se k vám milenc v roce 2017?

Karty vám dají odpověď!

Posílejte SMS ve tvaru
69GAX a svoje datum
narození na číslo 904 30 46

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



Design se nese v současném duchu Toyoty – hlavně široká světa.



Sedačka je nastavená na 190cm postavu. Všimněte si místa na nohy!

3x METRO

Nový kvítek mezi sedany

Toyota oslavila padesátiny modelu Corolla jeho modernizací.

Nejprodávanejší model všech dob. Toyota Corolla slaví od roku 1966 úspěch po celém světě, modelu se prodalo přes 44 milionů kusů.

My jsme k testu dostali jeden z nich, modernizovanou verzi 11. generace, která se představila před třemi lety. Corolla se nyní prodává pou-

ze jako sedan, hatchback a kombík je v nabídce Toyoty pod označením Auris.

Už od začátku se Corolla chlubila kvalitou dílenského zpracování, ale byla nabízena jako lidový vůz. A ono to v podstatě platí dodnes. Uvnitř máte pocit, že sedíte v prostorném sedanu střední třídy, přitom je auto nabízeno se základní výbavou od 370 tisíc korun. A to už máte LED světa denního svícení, vyhřívaná zpětná zrcátka, sedmero airbagů včetně kolenního a audio s technologií Bluetooth. Corolla znamená

latinsky koruna květu. Ano, tohle auto vzkvétá. Toyota podle vlastních slov vyslyšela všechny námitky zákazníků a přetavila je v modernizovaný model. Změny designu se dočkal exteriér i interiér, vůz působí širším dojmem, uvnitř je novinkou multimediální soustava Toyota Touch 2 s dotykovou obrazovkou. Od střední výbavy je za předním sklem kamera, která hlídá kroky řidiče. Předchází kolizím, sleduje jízdní pruhy, skenuje značky a pošlů automaticky dálková světa. Funguje bez chyb.



Auto je při jízdě příkladně tiché, i zavěšení kol se totiž dočkalo přepracování. Zadní náprava je však jednoduchá, nepočítejte s nějakým sportovním řáděním. Auto je příjemně hlavně na klidné dlouhé přesuny, sedačky by sice mohly být širší pro robustněj-

ší postavy, ale mnoho místa pro posádku z Corolly udělá oblíbeného člena rodiny. Nabídka motorů ale na rozdíl od Aurisu změnu nepřinesla, základem je stále benzinová čtrnáctistovka se 73 kW, my jsme vyzkoušeli nejsilnější šestnáctiventilový čtyřválec 1.6 Valvematic s 97 kW s klasickou převodovkou, která pracovala bez prodlev, přesně a s ideálními drahami.

Podle papírů by Corolla měla mít spotřebu 5,6 litru, my jsme však po týdenním ježdění naměřili hodnotu 6,9 litru. **PETR HOLEČEK**

Auto do Vánoc. Už jen to ze skladu

Zájemci o auto pod stromček se musí spokojit se skladovými nebo ojetými vozy. Na auto objednané podle vlastní specifikace do výroby si počkají nejméně do začátku února. Vyplyvá to z informací jednotlivých značek

pro ČTK. Běžné čekací doby na vůz zadaný podle specifikací zákazníka do výroby začínají u jednotlivých automobilek na dvou až třech měsících. U modelů, po kterých je vysoká poptávka, mohou být dvojnásobné. Například

u Volkswagenu se déle čeká na nový Touran a Tiguan, o které je celosvětově velký zájem. U domácí Škody se v předchozích měsících déle čekalo například na některé verze Superbu, nyní jsou u něj lhůty srovnatelné

s ostatními modely. „Standardní dodací lhůty u vozů Škoda se pohybují v rozmezí deseti až dvanácti týdnů. Existují však provedení, po kterých může být vyšší poptávka, a logicky se tak dodací lhůty mohou prodloužit. Dodá-

cí lhůty se pak mohou ještě drobně lišit s ohledem na množství výbavových prvků a jejich dostupnost.“ řekl mluvčí Škody v ČR Vítězslav Pelc. Tyto vozy jsou vyrobené přesně podle individuálních požadavků zákazníků. **ČTK**

INZERCE

Když hledáte dům či byt

reality IDNES.cz Tady jsem doma.

PRODEJ Novostavba RD
Prodej novostavby prostomého RD 4+1 s rozlehlým pozemkem, na kterém lze postavit další rodinný dům.
Cena: 4 490 000 Kč
Olga Vrtáčková, tel.: 353222227
Více na webu: reality.idnes.cz/n-8179748

PRODEJ Novostavba 3+KK, 107.13 m²
Byt 3+KK o ploše 107.13 m², nacházející se v 2. patře novostavby Viladomy Slaný. Projekt Viladomy Slaný.
Cena: 3 965 979 Kč
www.slany-byty.cz, tel.: 277271798
Více na webu: reality.idnes.cz/n-8046892

PRODEJ Novostavba 2kk/B, 37.9 m²
Nabízíme k prodeji byt 2kk s balkonem 3 m² a komorou 2,3 m² v projektu Byty Zbůch. Nový developerský projekt.
Cena: 1 233 950 Kč
www.bytyuplzne.cz, tel.: 277271948
Více na webu: reality.idnes.cz/n-8068046

Všechny nemovitosti najdete na www.reality.idnes.cz

Nové české naděje pro olympiádu

Lyžaři Jan Hudec a Kateřina Smutná můžou na OH v Pchjongčchangu hájit české barvy.

Dobrá zpráva přišla ze strany Českého olympijského výboru (ČOV). Ten mezinárodní totiž udělil výjimky běžkyni na lyžích Smutné a sjezdáři Hudcovi, kteří od letošní sezony jezdí za Českou republiku.

Oba zkušení sportovci tak můžou už za čtrnáct měsíců závodit pod českou vlajkou také na olympijských hrách v Jižní Koreji, i když podle pravidel by správně neměli. Oba čeští rodáci přešli do českého týmu před touto sezonou, Smutná po dlouholetém působení v barvách Rakouska, Hudec z Kanady, za kterou získal na OH v Soči bronz.

Podle regulí MOV by směli reprezentovat novou zemi na olympijských hrách až tři roky poté, co naposledy startovali za předchozí národní svaz na OH či jiné vrcholné akci.



Jan Hudec

MAFRA



Kateřina Smutná

MAFRA



Vítězové z Ria mají mince

Olympijský vítěz z Ria judista Lukáš Krpálek a vítěz paralympiády plavec Arnošt Petráček (oba na snímku dole) mají mince s vlastním portrétem. Do zlata si je osobně vyrazili v České mincovně v Jablonci nad Nisou. Je to už potřetí, co mincovna takto úspěchy českých sportovců připomíná. Zlatá mince se prodává za 10 950 korun, a mincovna jich vyrazí 200. Emise větších půluncových stříbrných mincí čítá 500 kusů, jedna stojí 1450 korun. 2x ČTK



Zprávy krátce

Dropa skončil

Fotbalista Lukáš Dropa skončil v ruském Tomsku, který má finanční problémy. S klubem se český záložník dohodl na ukončení smlouvy a může si hledat nové angažmá. Nevyloučil ani český klub.

Proti Estonsku

Soupeřem českých florba-

listů v dnešním čtvrtfinále MS v Rize bude od 15 hodin Estonsko, které vyhrálo v předkole play-off nad Kanadou vysoko 16:4.

Hokejové změny

Trenér Marian Jelínek skončil na střídačce hokejistů extraligové Mladé Boleslavi. Asistentem kouče Františka Výborného bude Boris Žabka. Další změ-

nou je odchod generálního ředitele a sportovního manažera Trince Pavla Marka. Nahradí ho Jan Peterek.

Nedvěda potrestali

Viceprezident Juventusu Pavel Nedvěd dostal od italské federace zákaz výkonu funkce za to, že po utkání s Bergamem nadával rozhodčím. Nedvěd má trest do 12. prosince. ČTK

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

Finance - nabídka

• Půjčky! Oddlužení Vaší nemovitosti! Vyplatíme Vaše dluhy, exekuce, zástavy! Nízká měsíční splátka! Peníze máte do 48 hodin! Volejte 737352730

Práce - nabídka

• Přijmeme 2 řidiče skupiny C, odkudkoliv z ČR, pro práci v Rakousku. Nabízíme 35.000,- čistého a služební vůz. Nutné základy NJ nebo AJ.Tel. 602235963.

• Hledáme dělníky na montáž přívěsů v Brně. HPP. Jednosměnný provoz, dobré platové podmínky. Nástup ihned. Tel. 776004071, jana.vlasakova@daltecpro.cz

• Hledáme řidiče skupiny C, nejlépe z Brna a okolí. Nabízíme práci od po-pá, 26.000,- čistý výdělek. Nástup možný po dohodě. Tel. 602235963.

Intimní

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/90Kč vč DPH, www.ema.bz, www.platbilletem.cz



• NADRŽENÉ ŽENSKÉ! Napiš si o fotky a vyber si! Pošli SMS ve tvaru 98LSK a text na 909 15 50

• Eva 47! Nemám vůbec čas na známost, chci jen sex! Volej 909 90 99 25 nebo mi napiš SMS na číslo 909 15 40 s kódem 69JJN a tvůj text!

• Orální sex mě přivádí k absolutnímu šílenství! Chci zšílet s tebou! Aneta 38! Ozvi se mi na 909 801 801 kód XFK56



• Miroslava 53. Sex miluju i po padesátce! Dřív jsem byla nezkrtná dračice a spousta z toho ve mě zůstalo! Přesvědč se sám! Vytoč 909 80 50 40 nebo mi napiš SMS na 909 15 45 s kódem 74DJF a tvůj text!

INZERCE

aquapalace praha

SKUPINA ČEZ
HLAVNÍ PARTNER

Vánoční DÁRKOVÉ VOUCHERY

Nakupujte online na **www.aquapalace.cz**



Právě teď



Vánoční slevy
až **70 %**

více na www.alza.cz/masakrcen

A úklid bude hračka

Gallet



-33 %

Gallet ASP 120 Vernon
Bezšáckový vysavač s příkonem 1 000 W
HEPA filtr, nádoba na prach s objemem 1 l
Sada hubic pro různá využití při úklidu
Akční rádius 8 metrů

1 790,-
1 199,-

obj. kód: GALVB003

Nástupce bestselleru

HUAWEI

Barvy:



HUAWEI P9 Lite
Smartphone s rámem z leteckého hliníku
5,2" IPS Full HD displej, 8jádrový procesor
Čtečka otisků prstů nové generace, Dual Sim
Fotoaparáty 13 Mpx + 8 Mpx, RAM 2 GB
Android 6.0 Marshmallow

7 490,-
6 980,-

obj. kód: HU2890a3c

Mobil se skvělým HD displejem

Prestigio

Barvy:

Prestigio MUZE A5
5,0" IPS displej s HD rozlišením
Čtyřjádrový procesor, RAM 1 GB
Fotoaparáty 8 Mpx + 2 Mpx
Android 5.1 Lollipop



2 290,-

obj. kód: PAP004

Tichý a výkonný mixér

BOSCH

Bosch MMB66G3M
Extrémně tichý nerezový stolní mixér
Až 20 000 otáček za minutu
Programy na drcení ledu a sekání přísad
Funkce HighSpeed, smoothie filtr
Nádoba 2,3l, podsvícené ovládání



4 590,-

obj. kód: EAV4282i

Vypere šetrně k přírodě

gorenje

A+++ Gorenje W7723/I
Velmi úsporná předem plněná pračka
23 přednastavených programů praní
Až na 7 kg prádla, nízké vibrace při praní
LCD displej, odložený start



-18 %

10 990,-
8 990,-

obj. kód: FAP1310e

Skvělý displej a fotky

SAMSUNG

Barvy:

Galaxy A3 (2016)
4,7" Super AMOLED displej (1 280 × 720)
Čtyřjádrový procesor, RAM 1,5 GB
Fotoaparáty 5 + 13 Mpx se světelností F/1.9
Android 5.1 Lollipop



8 490,-
5 990,-

obj. kód: SAMO130b

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. 12. 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.