

HOBIT FRODO MÍŘÍ NA TRUTNOFF. ŽIVĚ

HUDEBNÍ FESTIVAL ZAHÁJÍ AMERICKÝ HEREC ELIJAH WOOD STRANA 11



metro



PRAHA

Úterý, 10. června 2014

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

☀️ Min. 32°
Max. 36°

Nejčtenější noviny v Praze

Gutovka i Žluté lázně, přežijte vedro v Praze

Tipy na dnešní hic. Vyrazit můžete na vodní radovánky v mnoha městských částech. **Nejen akvaparky.** Areál Gutovka nabízí vodní kaskády, Žluté lázně zase adrenalin. **Nejlevnější?** Kropičí vozy v ulicích STRANA 3



V Česku padaly teplotní rekordy, v Praze starý 130 let

Koupaliště Zelené ve Zlíně zažilo nápor lidí kvůli tropickému vedru. Aby ne, ve Zlínském kraji se včera přepisovaly teplotní rekordy stejně jako na mnoha jiných místech. V pražském Klementinu rtuť ukázala 34,2 stupně Celsia, což bylo nejvíce za posledních sto třicet let. Dosavadní historické maximum z roku 1885 tak bylo překonáno o 2,3 stupně. Teplotní rekordy stejně jako v neděli padaly na velké většině stanic po celé republice. Dnes má být až 36 stupňů. ČTK

Ceny benzínu mohou zůstat stejné

Podle analytiků nebudou v létě benzín ani nafta zdražovat. Čeká se ale na to, zda šejkové nesníží export ropy, pak by ceny mohly začít růst. STRANA 7

Tramvají a autobusů bude méně

Město už šetří. Méně cestujících a začínající dovolené – to jsou důvody, proč Praha zavádí poloprázdninový provoz. STRANA 2

Lidé ožívají mrtvolu XP

Je to nejzavírovanější operační systém, jeho životnost se dá ale ještě prodloužit. Microsoft to ale vůbec nedoporučuje. STRANA 5

Porostou?

První vlna hub přichází před velkým teplem a suchem, hlavní sezona je pak v září, říká mykolog. Zatím je úroda skromná a teprve se „rozjíždí“. STRANA 6

Město zase šetří, ubude spojů

Tramvají a autobusů bude teď jezdit méně. Město letos šetří už od června.

Méně cestujících, zejména z řad studentů, a začínající dovolené – to jsou důvody,

proč Praha od příštího týdne zavádí poloprázdninový provoz MHD. „Z důvodu obecně nižší přepravní poptávky dojde od 16. do 27. června k mírnému omezení provozu tramvají a městských autobusů,“ potvrzuje mluvčí Ropidu Filip Drápal. Spojů podle něj ubude zejména v odpoledních špičkách pracovních

Více najdete na

WWW.METRO.CZ

dnů. Ropid se podle Drápala poučil z podobného opatření, které před prázdninami zavedl už loni. „Nebude omezen provoz metra a také nebude omezena ranní špička

u tramvají ani u autobusů,“ vysvětluje Drápal. Tramvají na pátečních linkách 3, 9, 17, 22 a 29 bude v pracovní dny v odpolední špičce prodloužen interval na pět minut. Na ostatních linkách bývá ve stejném období prodloužen na deset minut.

Z autobusů budou omezeny především linky 107, 143,

147 a 176, které využívají zejména studenti vysokých škol. Další omezení chystá Ropid na konec června, kdy by od 28. června měly začít platit prázdninové jízdní řády, které uберou další spoje.



ROBERT OPPELT

robert.oppelt@metro.cz

INZERCE

CzechTourism

Ve Slavonicích poznáte skutečnou renesanci

Renesance znamená doslova znovuzrození. Slavonice přežily nájezdy husitů i mor. A když polovina města v roce 1750 shořela, postavili tu místní sochu sv. Floriána, patrona všech

hasičů. Od té doby už ve městě nikdy nehořelo a Slavonice žijí dál. Přijďte si prohlédnout unikátní sgrafita, objevte záhadný hrad Landštejn a další tajemství jižních Čech.

Česko – země příběhů. Prožijte ten svůj.

www.ceskozemepribehu.cz



INTEGROVANÝ
OPERÁČNÍ
PROGRAM



EVROPSKÁ UNIE
EVROPSKÝ FOND PRO REGIONÁLNÍ ROZVOJ
ŠANCE PRO VÁS ROZVOJ



MINISTERSTVO
PRO MÍSTNÍ
ROZVOJ ČR



Palác na den otevře

Německé velvyslanectví pořádá ve čtvrtek od 12 do 19.30 den otevřených dveří. Návštěvníci jsou zváni na prohlídku Lobkovického paláce i jeho zahrady a k účasti na bohatém programu. Těšit se mohou třeba na setkání se spisovatelem Jaroslavem Rudišem (na snímku) nebo s českými hráči Bundesligy. MAFRA

Zprávy krátce

Zeman chce Kaplického knihovnu

Prezident Miloš Zeman chce vrátit nerealizovaný projekt knihovny Jana Kaplického na pražskou Letnou. „Pokusím se přimluvit, aby se vrátil tento projekt tam, kam patří, to znamená na Letnou,“ řekl na setkání s lidmi v Liberci.

Zámeček online

Virtuální prohlídku vršovického zámku připravila pro zájemce radnice Prahy 10. Na adrese www.praha10.cz/zamecek si zájemci mohou prohlédnout všechna zajímavá místa této zrekonstruované památky.

Rybník nejen na rybaření

Ve Víněři byla dokončena rozsáhlá obnova Cukrovárnického rybníka za více než osm milionů korun. Před dvěma lety byl vypuštěn a odbahněn, teď nově napuštěný rybník znovu slouží ke sportovnímu rybolovu a k rekreaci. ČTK



CNG
zemní plyn

AUTOCENTRUM
DOJÁČEK

S námi ušetříte 2x



se slevou 116.138 Kč

Až **35% SLEVA** pro Vás na nové CNG auto, se kterým budete jezdit za polovinu.

Jedná se o dvoupalivové vozy s pohonem na zemní plyn (CNG)/benzin
Nyní např. FIAT 500 Living CNG

Navíc na všech plnicích stanicích CNG v České republice sleva 10 % na CNG.



www.ppas.cz

840 555 333

Horko. Jak přežít v Praze?

Pětatřicet ve stínu a plovárny obležené lidmi. Tak to vypadalo o víkendu v Praze na místech, kde se dalo osvěžit. Jen bazén v Podolí navštívilo v neděli sedm tisíc lidí.

A i další místa hlásila nápor lidí. Žluté lázně přivítaly v neděli tři tisíce lidí a akvapark

v Čestlicích hlásil rekord za celých šest let svého provozu: přišlo přes deset tisíc lidí, dvě třetiny přítom tvořily rodiny s dětmi.

Aktivít a možností osvěžení pro horký den je ale mnohem víc. Mimo půjčení ložky či šlapadla můžete otestovat speci-

ální vor s grilem, kam můžete pozvat až deset kamarádů. Kotvi ve smichovské půjčovně loďek u zastávky Lihovar. Některé půjčovny loďek mají otevřeno do setmění. Nemusíte se tak péct na ložce v poledním žáru, ale užít si podvečer na řece.

S možností osvěžení pro své návštěvníky počítají i některé instituce. Třeba v areálu zoologické zahrady. „Pro návštěvníky jsou k dispozici mlžítka. Rozprašovače jsou umístěny na čtyřech místech areálu. Děti se mohou ochladit v několika bazéncích,“ uvedla mluv-

čí zoo Jana Ptačinská Jirátová. V metropoli je asi desítky pítek a menších fontán. „Kromě těch nejznámějších, jako je u Dětského domu nebo v Ungeltu, máme letos i jedno zbrusu nové na Slupí,“ popisuje mluvčí TSK Barbora Lišková.

DOMINIKA VYSKOČILOVÁ

Kde se osvěžit

Koupaliště není jediná možnost, jak se v horku osvěžit.

- Milovníci adrenalinu se mohou projet ve Žlutých lázních na 120 metrů dlouhé trati určené pro wakeboarding. Jezdec je tažený lanem na speciálním navijáku. Vyvine rychlost až 30 km za hodinu.
- Kromě wakeboardu je ve Žlutých lázních k dispozici i projížďka na paddleboardu (nahore), tedy jízda po Vltavě na speciálním prkně s pádlem.
- Osvěžení nabízí i některé parky. Kromě oblíbené Gutovky ve Strašnicích s vodní kaskádou, mlýnky a řadou vodních prvků je od loňska podobně vybaven i Malešický park (snímek uprostřed).
- Rodiče s dětmi si mohou zdarma užít i klasická dětská hřiště, kde se s vedry počítá. Třeba na Výtoni u Železničního mostu se děti mohou vydovádět se stříkající vodou vedle domečku v areálu. Také na dřevěném hřišti na Vyšehradě, které připomíná staré hradíště, jsou velké mechanické pumpy. A hurá, teče studená!
- Nejlevnějším osvěžením může být obyčejný kropicí vůz. Ty v Praze jezdí, pokud teplota překročí 25 °C. Osmnáct kropicích vozů krouží centrem a po hlavních komunikacích od soboty (snímek dole). TAIKO, MAFRA A P. TŮMA



!MIMOŘÁDNÉ! KANÁRSKÉ OSTROVY PRO SENIORY 55+

14 990 Kč/all inclusive

ostrov Lanzarote – Diverhotel Lanzarote Playaverde 4*

16 990 Kč/plná penze včetně nápojů

ostrov Tenerife – Gran hotel Turquesa Playa 4*



Odlety červen – říjen 2014.



Bližší informace:

Cestovní kancelář Canaria travel
Jungmannova 7, Praha 1
Telefon: (+420) 221 969 224
Email: canaria@canariatravel.cz
www.canariatravel.cz

Canaria
travel

INZERCE

Nový HYUNDAI i10

Elegance, komfort, výkon bez kompromisů

cena 239 990 Kč

**+ Dárek v hodnotě
60.000 Kč**



ABS + EBD, 6x airbag, posilovač řízení, palubní počítač, monitorování tlaku v pneumatikách, centrální zamykání, stabilizační systém VSM, klimatizace, radio s přehrávačem

Akce platí pro vybrané modely do vyprodání zásob. Fotografie je pouze ilustrativní. Kombinovaná spotřeba: Hyundai i10 4.7i/100 km, emise CO2 108 g/km.

HYUNDAI i20

cena 259 990 Kč

**+ Dárek v hodnotě
60.000 Kč**



klimatizace, ABS + EBD, 6x airbag, palubní počítač, el. ovládání předních oken, centrální zamykání, rádio s CD

Kombinovaná spotřeba: Hyundai i20 3.8-6.0i/100 km, emise CO2 99-140 g/km. Akce platí pro vybrané modely do vyprodání zásob. Fotografie je pouze ilustrativní.

HYUNDAI
NEW THINKING.
NEW POSSIBILITIES.



AutoPalace
Butovice

Bucharova 16, 155 00 Praha 5, tel.: 251 025 251, 251 025 120-4
po - pá 8:00 - 19:00, so 9:00 - 15:00, www.autopalace-butovice.cz

Okřídlený lev. Zůstane dar od Britů na Klárově?

Hledání místa pro pomník Milady Horákové trvalo tři čtvrtě roku. Okřídleného lva, který má vzdát poctu Čechům, kteří sloužili za 2. světové války v britském Královském letečtství, umístili rychle, jen za několik málo týdnů. Právě to místo na Klárově ale teď proti sobě staví jeho příznivce a památkáře. Zatímco se chystají



Sochu věnuje Česku britská komunita žijící u nás. METRO

základy a příznivci pomníku připravují slavnostní odhalení, památkáři stále doufají, že se jim je podaří přesvědčit o svých argumentech.

A třeba i o tom, že nejsou proti pomníku, i když nevzešel z veřejné soutěže, ale že Klárov není pro dalo vhodné prostě proto, že tam bude přepomníkováno. **ROW**

Pro Klárov

Jedním ze zastánců umístění pomníku na Klárově je starosta Prahy 1 Oldřich Lomecký, který jej hájí takto:

- „Klárov si jako vhodné místo vybrala sama britská ambasáda. Praha 1 s tím souhlasila, neboť jde o frekventované a přitom vzhledem k tamnímu genu loci vkusné místo.“
- „Na Klárově sice již jeden památník je – připomíná II. odboj, ale ten je právě díky tomu, co reprezentuje, tematicky podobný plánovanému památníku věnovanému českým letcům v RAF.“
- „Odmítám kritiku z řad památkářů. Jejich obstrukce považuji nejen za nelogické, ale také za nestoudné.“



Uprostřed Klárova se už staví nový pomník. VÁCLAV JUŘEK

Proti Klárovu

Pro pomník, ale na lepší místo. Tak lze shrnout názor šéfa pražského pracoviště Národního památkového ústavu Ondřeje Šefců.

- „Nezamítáme pomník jako takový, ale jeho konkrétní umístění na Klárově.“
- „K realizovanému umístění neproběhlo s Národním památkovým ústavem žádné jednání. Parčík skrývá zbytky středověké osady Na Pisku a kostela sv. Petra.“
- „Ze strany NPÚ byla snaha dohodnout jinou vhodnou lokalitu v centru města – na to ale nikdo nereagoval.“
- „V této věci se nehodláme soudit ani památník odstraňovat.“



Špinarová

Už v pátek začíná první letošní letní festival **Votvívák**. V Milovicích u Prahy se představí divákům na třech pódiih do soboty kapely **Sto zvířat**, **No Name**, **Tata Boys**, **Wohnout nebo zpěvačka** **Věra Špinarová**. **MAFRA**

Alkohol. Matce naměřili 2,8 %

Na policii skončil nedělní výlet pro matku malé holčičky. Na tramvajové zastávce na Českomoravské naměřila hlídka strážníků ženě 2,80 % alkoholu v dechu. „Se zjevně opilou ženou a malým dítětem byla i kamarádka, která strážníkům sdělila, že maminka malého děvčátka vypila v horkém dni půl láhve tvrdého alkoholu,“ uvedl Rudolf Rubeš z městské policie. Proto strážníci ihned kontaktovali pracovníce odboru sociálně právní ochrany dětí. Při řešení celé situace začala žena křičet a vyhrožovala sebevraždou. Proto ji strážníci doprovodili na záchytku a její dcerku si prozatím převzala do péče babička. **MET**

INZERCE

NOVÝ OPATOV (ul. Ghilská, k. ú. Chodov)

Odbor životního prostředí Magistrátu hl. m. Prahy informuje občany, že obdržel posudek a doplnění dokumentace v souladu se zákonem č. 100/2001 Sb., o posuzování vlivů na životní prostředí, v platném znění. Občané se mohou **seznámit s obsahem posudku a současně s doplněním dokumentace** na odboru životního prostředí MHMP (Jungmannova 35/29, Praha 1, místnost č. 428, tel. 236 004 322) **do 7. 7. 2014**. Písemná vyjádření k tomuto posudku a k doplnění dokumentace je možné zasílat na OZP MHMP **do 7. 7. 2014**. Posudek a doplnění dokumentace jsou též zveřejněny na internetu na adrese <http://www.cenia.cz/eia> v Informačním systému EIA pod kódem **PHA845**.

Grafické studio s ofsetovým tiskem firmy Ferratt International Czech, s.r.o., VGP Park, Praha 20

Odbor životního prostředí Magistrátu hlavního města Prahy informuje občany, že obdržel oznámení zpracované dle zákona č. 100/2001 Sb., o posuzování vlivů na životní prostředí, v platném znění. Občané se mohou **seznámit s obsahem oznámení** na OZP MHMP (Jungmannova 35/29, Praha 1, místnost č. 428, tel. 236 004 443) **do 23. 6. 2014**. Oznámení je též zveřejněno na internetu na adrese <http://www.cenia.cz/eia> v Informačním systému EIA pod kódem **PHA919**. Písemná vyjádření k tomuto oznámení je možné zasílat na OZP MHMP **do 23. 6. 2014**. Oznámení obsahuje posouzení vlivu stavby na životní prostředí výše uvedeného záměru.

OBCHODNÍ ZÓNA HORNOMĚCHOLUPSKÁ, PRAHA 15

Odbor životního prostředí Magistrátu hlavního města Prahy informuje občany, že obdržel oznámení zpracované dle zákona č. 100/2001 Sb., o posuzování vlivů na životní prostředí, v platném znění. Občané se mohou **seznámit s obsahem oznámení** na OZP MHMP (Jungmannova 35/29, Praha 1, místnost č. 428, tel. 236 005 911) **do 26. 6. 2014**. Oznámení je též zveřejněno na internetu na adrese <http://www.cenia.cz/eia> v Informačním systému EIA pod kódem **PHA920**. Písemná vyjádření k tomuto oznámení je možné zasílat na OZP MHMP **do 26. 6. 2014**. Oznámení obsahuje posouzení vlivu stavby na životní prostředí výše uvedeného záměru.

Podniková ČS PHM a mostová váha, Praha 19, k. ú. Vinohř

Odbor životního prostředí Magistrátu hl. m. Prahy informuje občany, že provedl zjišťovací řízení podle § 7 zákona č. 100/2001 Sb., o posuzování vlivů na životní prostředí, v platném znění, a stanovil, že tento záměr **neбудe posuzován** podle cit. zákona. Občané se mohou **seznámit se závěrem zjišťovacího řízení** na OZP MHMP (Jungmannova 35/29, Praha 1, místnost č. 428, tel. 236 004 439). Závěr zjišťovacího řízení je též zveřejněn na internetu na adrese <http://www.cenia.cz/eia> v Informačním systému EIA pod kódem **PHA912**.

Zprávy krátce

V Praze ubylo lidí bez práce

Nezaměstnanost v metropoli v květnu klesla o desetinu bodu na 5,3 procenta. Bez práce bylo 45 874 lidí, což je zhruba o čtyři sta méně než před měsícem. Počet volných pracovních míst se téměř nezměnil, proti dubnu jich bylo o sedm méně, tedy 6370. **ČTK**

Ikspéčka přežívají

Je to nejzavírovanější systém, jeho životnost se dá ale ještě prodloužit.

Jsou to dva měsíce, co Microsoft přestal poskytovat aktualizace na svá legendární Windows XP. Od 8. dubna tak počet jejich uživatelů neustále klesá na úkor novějších operačních systémů.

I když stále funkční, bez podpory jsou XP náchylnější k různým hrozbám. Podle serveru VirusTracker jsou dokonce nejzavírovanějším operačním systémem současnosti. Přesto se jich mnozí uživatelé ještě nezdávají. Navíc existuje způsob, jak jejich životnost prodloužit až do roku 2019. „Kouzlo spočívá v provedení jisté úpravy, díky které si aktualizací služba Windows Update bude myslet, že uživatel ve skutečnosti používá příbuzný systém do vestavěných zařízení Windows Embedded POSReady 2009,“ uvádí web Computerworld.cz.

Microsoft ale před těmito aktualizacemi varuje. „Nedokážou uživatelé Windows XP plně ochránit. Jejich instalací se uživatelé tohoto systému také vystavují značnému riziku, že dojde k problémům s funkcími jejich počítačů, protože tyto aktualizace ne-



Citát

„Zaznamenali jsme výrazně vyšší zájem o modernější systémy Windows.“

LENKA ČÁBELOVÁ, MICROSOFT ČR

Vale ikspéčkám

Microsoft odhaduje, že Windows XP v Česku dosud užívá kolem milionu lidí.

- Podle serveru Rankings.cz jejich počet neustále klesá.
- Ještě na začátku dubna mělo ikspéčka 33,7 procenta uživatelů.
- Na konci května jich bylo už jen 19,74 procenta.

byly na Windows XP testovány,“ sdělila deníku Metro mluvčí Lenka Čábelová.



TOMÁŠ BELICA
tomas.belica@metro.cz

Komunální volby. Zeman je chce v půlce října

Podzimní komunální volby budou zřejmě 10. a 11. října. Zároveň by lidé volili v prv-

ním kole do Senátu. Termín chce navrhnout prezident Miloš Zeman. V obecních vol-

bách si lidé půjdou vybrat přes 62 tisíc místních zastupitelů. **čtk**

Univerzita Jana Amose Komenského Praha před prázdninami otevře dveře



Univerzita Jana Amose Komenského Praha, nejstarší a co do počtu studentů největší česká soukromá univerzita, pořádá před prázdninami poslední dny otevřených dveří, a to 16. a 17. června.

Bohatá nabídka oborů

Studijní obory Univerzity Jana Amose Komenského Praha lze rozdělit do tří oblastí: humanitní, ekonomicky orientované a na ty se zaměřením na média a komunikaci, vysvětluje Ing. Lucie Paulovčáková, Ph.D., prorektorka pro celoživotní vzdělávání a zajišťování kvality, která organizuje dny otevřených dveří. Z prvně jmenované oblasti dominuje zájem o Andragogiku a Speciální pedagogiku, tedy obory, které jsou prakticky od počátku fungování univerzity stěžejním pilířem její nabídky studijních programů. Značný zájem byl také o Řízení lidských zdrojů, obor, jehož atraktivita poměrně výrazně roste. Pokud se poohlídíte po profesním vzdělání, vaší pozornosti by rozhodně neměl ujít ani MBA program Řízení lidských zdrojů a EU, pro který univerzita získala prestižní akreditaci od mezinárodní organizace FIBAA (Foundation for International Business Administration Accreditation) se sídlem v německém Bonnu. „Z ekonomicky orientovaných oborů se uchazeči o studium nejvíce zajímají o Právo v podni-

kání a Bezpečnostní studia. Právo v podnikání je atraktivní zejména specifickou kombinací právní a ekonomické specializace. Studenti si osvojí znalosti základů práva a ekonomiky včetně aplikací v oblasti financí a daní, pojišťovnictví, managementu, bankovních systémů nebo mediální prezentace firmy,“ popisuje prorektorka Paulovčáková. Studijní obor Bezpečnostní studia je v nabídce Univerzity Jana Amose Komenského Praha nejmladší. „U Bezpečnostních studií zájemce láká velmi široké spektrum uplatnění, ať už ve státních institucích, nebo v soukromém sektoru. Absolventi si totiž osvojí schopnosti odhalovat možná rizika v podnikové sféře, při živelních pohromách apod. a efektivně tak předcházet ztrátám, což pro danou instituci či firmu představuje významnou úsporu nákladů,“ dodává. Pro řadu zájemců je atraktivní i studijní obor Management cestovního ruchu.

Špičkové odborné zázemí

Velmi atraktivní je také poslední zmíněná oblast, konkrétně obor Sociální a mediální komunikace. Právě pro nové studenty tohoto oboru má univerzita připravenou jednu specialitu: pro účely výuky je v jejích prostorách využíváno nové profesionální audiovizuální studio, které ztelně rozšířilo možnosti praktické výuky na UJAK.

Studenti mají navíc možnost působit v takzvaných elitních týmech – to neznamená žádné elitářství, týmy jsou otevřeny každému, základ však spočívá v tom, že se tyto studenti svému oboru věnují i nad rámec výuky. Týmy tak simulují opravdové rozhlasové, televizní a tiskové redakce a díky špičkově vybavenému studiu mají studenti k dispozici adekvátní technické zázemí. Svou vlastní tvorbu mohou studenti prezentovat i v rámci společenských akcí, kterých se účastní nejen oni sami, ale i absolventi a vyučující UJAK. „Škola navíc kontinuálně zlepšuje studijní zázemí, implementováno je několik mechanismů studentského hodnocení výuky a celého studia. Tato zpětná vazba nám pomůže zefektivnit organizaci výuky a poskytnout ještě kvalitnější studijní podmínky našim studentům,“ uzavírá prorektorka Paulovčáková.

Pokud široká nabídka studijních oborů zaujala i vás, přijďte se podívat a univerzitu poznat blíže! **16. června** vám od 15:30 budou představeny humanitně zaměřené obory, o devadesát minut později pak obory orientované ekonomicky a na mediální komunikaci. Následující den je od 15:30 věnován zájemcům z řad absolventů vyšších odborných škol. Konkrétní harmonogram prezentací jednotlivých oborů naleznete na: www.ujak.cz

INZERCE

Podnikat teď můžete odkudkoliv

Vytvořte si vlastní internetové připojení třeba i na chatě a buďte online už od 349 Kč měsíčně.

Více na vodafone.cz

Vodafone
Power to you

Houby? Asi o víkendu



Náš čtenář jel na kole Brdy a sbíral hříbky.

PETR KOČANDA

Houby jsou jako počasí, také tak nepředvídatelné.

Tak jak to tedy je? Jeden víkend se z lesa vrátíme s košíkem hub, ten další nezakopneme ani o prašivku?

Podle Jaroslava Landy z České mykologické společnosti není třeba zoufat. Všechno má svůj čas a co není, může ještě přijít. „První vlna hub přichází před velkým teplem a suchem, hlavní sezona je pak v září,“ říká Landa. Už teď se můžeme sice v lese setkat s hříbky, holubinkami, liškami, na lukách zase s žampiony, ale jak šéf mykologů Landa říká, zatím je úroda skromná a teprve se „rozjízdí“. Houby sice potřebují vlh-

ko a teplo, současné pařáky jim ale dobře vůbec nedělají. Ty, co už vyrostly, vedra dokonale vysuší.

Naděje vkládá do zítřka, kdy mají přijít bouřky a zapršet. Jelikož houby rostou čtyři až pět dní, podle Landy by konec týdne mohl nějakou úrodu přinést. „Prognóza je neutrální až příznivá,“ hodnotí to podobnými slovy, jakými meteorologové komentují výhled počasí. Jenže předpovídat růst hub je podle Landy ještě složitější. „Meteorologové mají schémata na sedm dní, růst hub ale není závislý na některém měsíci,“ říká.

Podobně jako těm jedlým se teď „daří“ i jedovatým houbám.



TOMÁŠ BELICA
tomas.belica@metro.cz

Zprávy krátce

Pozor na králíky z Číny

Z českých obchodů se kvůli obsahu zakázaného léku stahuje králíčí maso, které pochází z Číny. Konkrétně se jedná o králíčí hřbety s datem minimální trvanlivosti 3. února 2016. Jednorázová konzumace masa by přímo zdraví ohrozit neměla, veterinární správa však lidem doporučuje, aby zakoupené zboží vrátili prodejci.

Nemocnice dluží miliardu, lékaři přijdou o práci

Fakultní nemocnice u svaté Anny v Brně, která je nejzadluženějším státním zdravotnickým ústavem v Česku, nyní dluží asi miliardu korun, hodlá propustit zhruba tři stovky svých lékařů a sester. Propouštění začalo už v květnu. Výpovědi by neměly ohrozit péči o pacienty. **ČTK**



V tropech na koupališti

Někteří šťastlivci včera vyrazili na koupaliště. V Česku totiž panuje tropické počasí podobné tomu na Jadranu. A zůstane to tak až do zítřka, teploty budou atakovat i 36 stupňů Celsia. Zítřka večer by ale měly přijít bouřky. Na několika místech je zakázáno rozdělávání ohně. **ČTK**

Chlív na ŘSD. Miliony navíc

Podezřelé soutěže

Prověřovala se stovka tendrů z let 2010 až 2013 za 4,5 miliardy.

- U třiceti z nich za víc než miliardu byl prý porušen zákon o veřejných zakázkách.

jasných podmínkách a požadavcích. Kvůli tomu se stavby zpozdily a ředitelství pak ve sporech za právníky platilo desítky milionů. Kritizované jsou také výběry dodavatelů, kteří podle NKÚ stavěli za nižší cenu, ale v mizerné kvalitě, což může mít v dopravě katastrofální následky. **MAP**

INZERCE

Neodolatelný iPad Air

Nyní s neodolatelnými dárky navíc

Pouze do 30. 6.

Získejte na našich prodejnách iSETOS k nákupu nového iPadu Air skvělý dárek dle Vašeho výběru.

Detailní podmínky akce získáte na prodejně nebo na www.isetos.cz.



ROČNÍ
PŘEDPLATNÉ

Šejkové určí, za kolik budeme v létě jezdit

Nezvrtně-li se nic, ceny u benzinek mohou dál zůstat podobné jako nyní, míní experti.



Cítát

„Většinou roste cena nafty nad benzinem se začátkem zimy, se startem topné sezony.“

JIŘÍ ŠIMARA, ANALYTIK CYRRUS

nejmíň o korunu více. Jak to bude dál? Záležet bude podle expertů na kurzu koruny a také na vývoji cen ropy. „Náš výhled k cenám ropy na příští dva měsíce: očekáváme stagnaci,“ řekl deníku Metro analytik společnosti Colosseum Boris Tomčiak.

Cenová válka už skončila

Začátkem letošního března na řidiče u čerpacích stanic v Praze čekalo milé překvapení.

- Nejprodávanejší Natural 95, který je dlouhodobě v metropoli také nejdražší, zlevnil během týdne o více než korunu.
- Litř motoristé kupovali za méně než 35 korun. Ve zby-

ku republiky stál v průměru 35,98 koruny za litr.

- Cenová válka řetězců trvala asi tři týdny, pak se ceny vrátily na původní úroveň. Podobný krok se očekávat nedá.
- „Distributoři uměle snižovali své marže, a to je dlouhodobě neudržitelné,“ vysvětluje analytik Boris Tomčiak.

To, že by se ceny pohonných hmot mohly udržet na současných úrovních – tedy v průměru kolem 36 korun za litr, potvrzuje také Jiří Šimara ze společnosti Cyrrus. Podle něj bude určujícím faktorem pro další vývoj cen pohonných hmot výstup ze zasedání Organizací zemí vyvážejících ropu. Její členové se sejdou 21. června.

„Spekuluje se o snížení objemu exportu ropy, což by

znamenalo tlak na její ceny a potažmo i na ceny nafty a benzínu. Pokud se v této věci nic měnit nebude, čekám ceny poblíž současných úrovní,“ říká Šimara.

Podle analytiků nelze do budoucna vyloučit, že ceny nafty budou dlouhodoběji vyšší než ceny benzínu.



TOMÁŠ BELICA
tomas.belica@metro.cz



Její syn

Zpěvačka Lucie Vondráčková s rodinou pendluje mezi Českem a Kanadou, kde její manžel Tomáš Plekanec hraje hokej. Pro syna Matyáše může být mix jazyků výhodou. Lucie ale chce, aby mluvil hlavně česky.

MAFRA

INZERCE

REFRAKČNÍ VÍKEND
13. – 14. 2014

NABÍZÍME MOŽNOST SPOJIT
KONZULTACI I LASEROVOU
OPERACI V JEDEN DEN

Vyměňte
dioptrické brýle
za sluneční!!!

DÁREK

POUKAZ NA SLUNEČNÍ
BRÝLE V HODNOTĚ

1 000 Kč

K LASEROVÉ OPERACI

ReLEx smile Laser

ReLEx smile je nejmodernější operace, zvolit si starší technologii s možnými komplikacemi by bylo vůči vašemu zdraví nezodpovědné.

Oční klinika Horní Počernice
máme největší zkušenosti
s technologií **ReLEx smile**

KONTAKT
Oční klinika Horní Počernice
tel. 281 865 664, 602 105 355

OČNÍ KLINIKA
Horní Počernice

www.ocniklinikahp.cz



7 LET
KIA
ZÁRUKA

www.kia.com

Zastavte se na Kia Open Days od 9. do 15. června

Získejte cenové zvýhodnění až 100 000 Kč,
vyhrajte zájezd do Ria a další skvělé ceny.



KIA

The Power to Surprise

FIFA WORLD CUP
Brazil

KIA
Official Partner

Kia cezd. Kombinovaná spotřeba 4,0–6,0 l/100 km. Emise CO₂ 104–145 g/km. Kia Sportage. Kombinovaná spotřeba 5,3–8,5 l/100 km. Emise CO₂ 135–197 g/km. Vybavení vozu je pouze ilustrativní. Pro bližší informace o ceně, financování a programu 777 navštivte www.kia.com nebo kontaktujte svého prodejce Kia.

Most lásky ničí zámky



Trend zavěšování zámek se šíří i na další mosty. PROFIMEDIA.CZ

Paříž evakuovala most u Louvru.

Zámky, které zavěšují turisté na zábradlí historických objektů, nepřidělávají vrásky jen pražským památkářům. Most Pont des Arts v Paříži, který je ověšen tisíci takovými visacími zámky, musely tamní úřady evakuovat, část zábradlí se totiž pod jejich tí-

hou zborčila. Na Pont des Arts každoročně přijíždějí tisíce milenců z celého světa, kteří po uzamčení zámečku se svými jmény hodí klíč do Seiny. Tentokrát se však asi 2,4 metru zábradlí zhroutilo. „Most byl okamžitě evakuován a uzavřen.“ řekl jeden z policistů. Lávka přetíná Seinu před muzeem Louvre a zábradlí ověšené hrozny rezavějících zámečků nepůsobí nijak esteticky. **ČTK**

Zprávy krátce

Zemřel nejstarší muž světa

Oficiálně uznávaný nejstarší muž světa zemřel v neděli v New Yorku ve věku 111 let. Penzionovaný chemik Alexander Imich zesnul ve svém bytě na Manhattanu poté, co se jeho zdravotní stav nedávno výrazně zhoršil.

Juncker Evropě nepovládně

Bývalý lucemburský premiér Jean-Claude Juncker zřejmě neobsadí křeslo předsedy Evropské komise, tedy klíčový post na samém vrcholu hierarchie EU. Podle britského The Daily Telegraph se jeho šance významně zmenšily, když ho odmítl podpořit italský premiér Matteo Renzi a německá kancléřka Angela Merkelová. Mezi novými kandidáty na funkci šéfa EK se nově objevily litevská prezidentka či dánská premiérka. **ČTK**

Ruská novinářka. Její vrazi dostali doživotí

Ruský soud poslal na doživotí do vězení dva hlavní pachatele vraždy novinářky Anny Politkovské. Porotci se přiklonili k verzi obžaloby, podle níž novinářku, proslavenou reportážemi z Čečenska a kritikou Kremlu, zabil Čečenec Machmudov šesti ranami z pistole, vše měl zosnovat Lom-Ali Gajtukajev. Jméno

objednatel zločinu po osmi letech ale stále chybí.

U soudu zaznělo pouze to, že objednateli zločinu mohli být bývalý vůdce čečenských povstalců Achmed Zakajev a známý ruský podnikatel Boris Berezovskij, který loni zemřel v Británii. Kolegové a příbuzní Politkovské ale takovou verzi vylučují. **ČTK**



Radikálové ustupují

Proruští radikálové opouštějí Slavjansk na východě Ukrajiny. Z města, kde včera vybuchovaly bomby, utíkaly i rodiny s dětmi (viz foto). Novou baštu si chtějí radikálové vybudovat jen dvacet kilometrů od ruských hranic. **AP**

INZERCE

Studio lékařské kosmetiky *Medela Derma* nabízí

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

JEDNO OŠETŘENÍ OBSAHUJE:

1. Odličení, úprava obočí
2. Mikrodermabraze (přístroj GentlePeel - hluboké vyčištění pleti)
3. Zklidňující kaolinová maska
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 **1700Kč**

nyní jen
399Kč

Akce trvá do **31. 07. 2014**

KONZULTACE SE ŠPIČKOVÝM PLASTICKÝM CHIRURGEM ZDARMA
APLIKACE BOTOXU - DYSPORT

Vrásky okolo očí..... **1800Kč**
Vráška mezi obočím..... **1000Kč**
Celé čelo..... **2500Kč**
Aplikace vyplní vrásek..... od **2000Kč**

Na Vaši návštěvu se těší:

studio **MEDELA DERMA**, Bratří Dohalských 131, PRAHA 9 - VYSOČANY

Tel.: 283 923 186, Mob.: 605 035 519, 731 574 724, WWW.MEDELADERMA.CZ

LETNÍ AKCE
PERMANENTNÍ MAKE-UP
za 50% ceny

INZERCE



Nákup s dopravou zdarma? www.potravinynomu.cz

Na Vyšehradě se schyluje k Dívčí válce

Na festivalu Vyšehraní dojde i na známou hru Františka Ringo Čecha Dívčí válka.

Komedii Dívčí válka napsal František Ringo Čech již v roce 1985, mezi diváky je však stále populární, dočkala se více než 1600 repríz. „Dívčí válku jsem psal českému národu na míru. Navíc divákům přinášíme hodokvas těch nejkrásnějších žen, jimiž naše zubožená vlast disponuje. Já



Autor hry František Ringo Čech

ARCHIV

Nové obsazení

Dívčí válka na 11. ročníku festivalu Vyšehraní bude uvedena v neděli od 15 hodin.

- Ve hře se objeví známé, ale i nové tváře: Sandra Pogodová, F. R. Čech, Mojmír Maděříč, Miluše Bittnerová, Roman Skamene, Petr Jablonský, Petr Martinák, Evžen Hájek, Pavel Novotný, Martha Olšřová a další.

vždy s trochou nadsázky říkám: Tak bůh vynahrazuje svým milým Čechům neúspěchy v tržní ekonomice,“ říká František Ringo Čech. **METRO**

Sopranistka. Poprvé v Praze

Cyklus Musica Orbis 2014 představí 21. června v pražském Rudolfinu pětinasobnou držitelku Grammy, sopranistku Dawn Upshawovou, která v Praze vystoupí se studenty Hudební konzervatoře Bardo-ry vysoké školy. Orchester v programu nazvaném Šostakovič a jeho svět bude řídit hudební ředitel školy Leon Botstein. Pro Upshawovou jde o českou premiéru. **ČTK**



D. Upshawová PROFIMEDIA.CZ

INZERCE

Šetrná léčba bolesti pohybového aparátu - zeptali jsme se za Vás renomovaných lékařů!

Prof. MUDr. Leonello Milani, Ph.D., Sapienza University, Rome, a University of Siena, Itálie
Prim. MUDr. Hana Jarošová, Safe Treatment Medical Center - inPHARM Clinic, Praha, ČR

Jaká je příčina bolesti pohybového aparátu?

Jednou z nejdůležitějších příčin bolesti pohybového aparátu je ochablost vnitřních a vnějších stabilizačních kloubních systémů. Příčinou mohou být úrazy, pooperační stavy, špatné držení těla, fyziologické degenerativní změny či revmatologické choroby. Ochablé podpůrné systémy vyvolávají například kloubní hypermobilitu, při níž dojde k předčasnému opotřebení a následně k bolestivým projevům.

Existuje inovativní léčba? A jak vypadá současná praxe?

Pacienti s bolestivým onemocněním pohybového aparátu obvykle užívají analgetika a nesteroidní antirevmatika včetně koxibů, která jsou zatěžující, nebo dokonce kontraindikovaná, a to z důvodů nežádoucích účinků či lékových interakcí. Pro tyto pacienty může představovat vynikající možnost volby injekční podání kolagenu. Podáním tohoto biomateriálu do specifických míst se nejen umístí kolagen tam, kde je ho nedostatek, ale výrazně se zlepší i jeho profil a mikrostruktura. Výsledkem je velmi dobrý účinek ve smyslu protibolestivého a funkčního zlepšení

Jakým způsobem kolagen odstraňuje příčinu bolesti?

Kolagen podaný injekčně tedy nejenže zlepšuje kloubní mobilitu, ale přispívá i k uvolnění a fyziologické funkci svalstva v dané oblasti. Odstraňuje tak příčinu bolesti a přispívá k jejímu vymizení. Kolagen je základní stavební jednotkou pojivových tkání kloubních systémů, a proto jeho mikrosuplementace zlepšuje profil kolagenového vlákna. Kolagen tedy reprezentuje účinek strukturální, tj. chrání a posiluje kloubní pouzdro, vazy, šlachy, a proto zpevňuje ochablé a hypermobilitní kloubní systémy.

V čem spočívá největší benefit kolagenové terapie?

Zásadním benefitem daného terapeutického přístupu je léčba bolesti bez rizika lékových interakcí (kolagen nezasahuje do účinnosti ostatních léčiv, např. warfarinu), bez významných nežádoucích účinků (kolagen je tělu vlastní látka dodávaná v injekční mikrosuplementační dávce), bez alergických reakcí (nebyly zaznamenány žádné alergické reakce). Pro konkrétní oblasti protibolestivého použití jsou určeny konkrétní kolagenové injekce (např. pro gonartrózu MD-Knee, koxartrózu MD-Hip, syndrom zmrzlého ramene MD-Shoulder, lumbalgii MD-Lumbar, svalovou bolest MD-Muscle, neuralgickou/neuropatickou bolest MD-Neural).

Kolagenové injekce lze podávat samostatně nebo i s jinými léky?

Kolagenové injekce se podávají samostatně, nebo se s výhodou kombinují s dalšími léčivy, kde se očekává synergie v mechanismu působení. Příkladem je kombinovaná léčba nesteroidních anti-revmatik s injekčním kolagenem s následným snížením spotřeby těchto analgetik, čímž se snižuje zatížení organismu nežádoucími účinky. Tuto skutečnost potvrdila také nedávno skončená klinická studie na Revmatologickém ústavu v Praze, realizovaná na souboru 100 pacientů s indikací „low back pain (bolest v kříži nazývaná někdy houser)“.



Existují pozitivní zkušenosti českých lékařů s MD injekcemi?

Vynikající zkušenosti prezentovala na několika konferencích a také v odborných publikacích MUDr. Hana Jarošová, primářka kliniky Safe Treatment Medical Center v Praze. Ve své praxi nejčastěji aplikovala kolagenové MD injekce více než 2000 pacientům pro diagnózu bolestivého syndromu krční a horní hrudní oblasti, syndromu bolestivého ramene, gonartrózy (zánět kolenního kloubu), artrózy drobných kloubů rukou a koxartrózy (zánět kyčelního kloubu), a to s velmi dobrým účinkem již po 4. až 5. injekční aplikaci. Dále paní primářka publikovala řadu kasuistik pacientů s fibromyalgií, které léčila obšťikou MD-Neural a MD-Muscle do spouštěvých bolestivých bodů (trigger pointů) s pozitivním výsledkem.

Každého to zajímá, když jde k lékaři, je aplikace MD injekcí bolestivá?

Transport kolagenu spolu s dalšími obsaženými látkami na místo určení je u MD injekcí založen na patentem chráněném „collagen injectable delivery system“. Při užití tohoto systému se v tkáni, do které je přípravek aplikován, vytváří dočasná porézní kolagenová matrix, ze které se kolagen a další pomocné látky postupně uvolňují. Tento systém umožňuje nahradit aplikaci přímo do vnitřku kloubu (intraartikulární) za periartikulární, respektive subkutánní, jež je pro pacienta méně invazivní a většinou šetrná a nebolestivá.

Kde je terapie MD injekcemi dostupná?

Pacienti mohou kontaktovat **informační centrum společnosti Edukafarm** (tel.: 224 252 435, e-mail: info@edukafarm.cz), které lékaře doporučí. Uvedené informační centrum je součástí kliniky **Safe Treatment Medical Center** v Praze, kde je možné se přímo objednat k paní primářce MUDr. Haně Jarošové. Místně příslušného lékaře, který se touto terapií zabývá, lze nalézt také na adrese www.inpharm.cz.

pražská muzejní noc

14. června 2014 | od 19 hod.

Botanická zahrada hl. m. Prahy, Bulharský kulturní institut, Dům národnostních menšin, Fakulta architektury Českého vysokého učení technického v Praze, Galerie AMU, Galerie Emilie Paličkové, Galerie FUTURA, Galerie hlavního města Prahy, Goethe-Institut, Kino Ponrepo, Knihovna Václava Havla, Langhans – Centrum Člověka v tísni, Matematicko-fyzikální fakulta Univerzity Karlovy v Praze, MeetFactory, Městská knihovna v Praze, Muzeum a archiv populární hudby – POPMUSEUM, Muzeum hlavního města Prahy, Muzeum Karla Zemana, Muzeum kávy Alchymista, Muzeum Montanelli, Muzeum Policie České republiky, Národní galerie v Praze, Národní kulturní památka Vyšehrad, Národní muzeum, Národní pedagogické muzeum a knihovna J. A. Komenského, Národní technická knihovna, Národní technické muzeum, Národní zemědělské muzeum Praha, Novoměstská radnice, Památník národního písemnictví, Poštovní muzeum, Přírodovědecká fakulta Univerzity Karlovy v Praze, Technické a dokumentační muzeum pražské energetiky, Uměleckoprůmyslové muzeum v Praze, Vojenský historický ústav Praha, Vysoká škola uměleckoprůmyslová v Praze, Výtopna Zličov, Zpěvácký spolek Hlahol, Židovské muzeum v Praze

V objektech NKP Vyšehrad symbolické vstupné. Akce probíhá za finanční podpory Ministerstva kultury ČR a Magistrátu hlavního města Prahy.

Prague Museum Night | June 14, 2014 | Admission and transport free
vstup a doprava zdarma | www.prazskamuzejninoc.cz

POŘADATELÉ:



NÁRODNÍ
MUZEUM



Dopravní podnik
hlavního města Prahy



Asociace muzeí
a galerií ČR

PARTNERÉ:



MINISTERSTVO
KULTURY

DINOPARK
HARFA PRAHA

**NOVÉ ATRAKCE,
NOVÉ MODELY A SCÉNY!**

NOVINKA ROKU!

**DOBRODRUŽNÁ CESTA POD HLADINOU
DRUHOHORNÍCH MOŘÍ VE 3D!**

DINO AQUARIUM 4D

Dopravní podnik hlavního města Prahy

Partner akce

www.dinopark.cz

OC HARFA PRAHA • STANICE METRA B – ČESKOMORAVSKÁ

Trutnoff zahájí herec Elijah Wood jako DJ

Po Vinnetouovi navštíví trutnovský festival hobitů z Pána prstenů. Na rozdíl od něj ale vystoupí i jako DJ.

Letošní hudební festival Trutnoff, který se uskuteční od 14. do 17. srpna, pozdraví a zahájí americký herec Elijah Wood, mimo jiné představitel Froda z Jacksonových adaptací Tolkienových knih.

Wood přijede s projektem Wooden Wisdom & DJ Fitz. Zařadí se tak mezi hlavní ne-hudební hosty festivalu, kterými v minulosti byli představitel filmového Vinnetoua Pierre Brice nebo bývalý prezident Václav Havel. „Po loňské návštěvě náčelníka Apa-



Wood se připravuje na vystoupení v Chicagu. PROFIMEDIA.CZ

čů uvítáme představitel hobitů ze Společnosti prstenu. Frodo celý festival nejprve při kmenovém obřadu pozdraví, slavnostně uvede a zahájí. Poté se odebere do Undergroundového stanu Ivana M. Jirouse, kde nebude stří-

hat ušima, ale míchat své desky,“ uvedl zakladatel festivalu Martin Věchet.

Zakladatel trutnovského festivalu přezdívaného Český Woodstock připomněl, že kniha Pán prstenů anglického autora J. R. R. Tolkiena se

Seagal v Hradci

Také festival Rock for People, který nabídne od 3. do 5. července v hradeckém Festival-parku kombinací prověřených jmen a talentů, láká na známou filmovou tvář.

• Do Hradce Králové míří hrdina akčních filmů 90. let a režisér Steven Seagal.

• „Seagal je velmi dobrým kytaristou a zpěvákem, který ctí tradice velkých mistrů,“ sdělila za pořadatele Lucie Cunderliková.



Billy Idol

Koncert Billyho Idola 21. června, původně plánovaný v Incheba Areně na pražském Výstavišti, se přesouvá do Velkého sálu Lucerny. Pořadatelé upozorňují, že zakoupené vstupenky zůstávají v platnosti. ARCHIV

INZERCE

LÉTO, LÁZNĚ, PODĚBRADY!

Od neděle

do neděle: Osm dní s plnou penzí v hotelu Zámeček, 9 procedur a poukázka do kavárny Modrý salonek již od **9.320,- Kč**.

Od neděle do pátku: Šest dní s plnou penzí v hotelu Zámeček, 7 procedur a poukázka do kavárny Modrý salonek již od **6.790,- Kč**

Informace a rezervace na www.lazne-podebrady.cz,
ck@lazne-podebrady.cz
nebo tel. **325 606 500**



LÁZNĚ PODEBRADY
AKČIOVÁ SPOLEČNOST



Plus

Víc než informace



Tomáš Sedláček

ekonom na Českém rozhlasě Plus

Každé ráno je pro mě Plus

92.6 FM

Ranní Plus denně 6.00–10.00



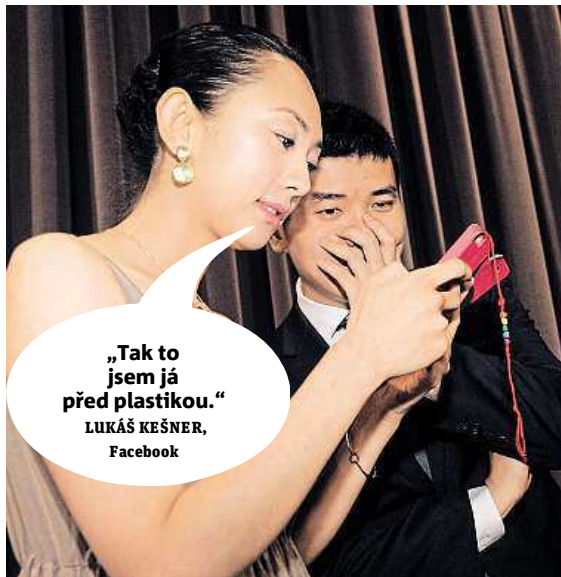
Google play | App Store

plus.rozhlas.cz

Sudoku

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

Napište svou bublinu



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



Napadá vás vtipný popisek?

Kvíz

- Úspěšnou počítačovou hru Tetris vyvinul Rus Alexej Pažitnov roku:
 - 1974
 - 1984
 - 1994
- Španělský mořeplavec Vasco Núñez de Balboa roku 1513 jako první Evropan spatřil oceán:
 - Tichý
 - Indický
 - Severní ledový
- Zlato z mistrovství světa má skifář Ondřej Synek, z olympiády stříbro. Vyučil se jako:
 - zlatník
 - řezník
 - instalatér
- Od doby, kdy si slovenský emigrant podal v USA patent na letecký padák, uběhlo už:
 - 125 let
 - 100 let
 - 75 let
- Oblíbený hrad u Loštic, kde se natáčela i pohádka O princezně Jasněnce a létajícím ševci, je:
 - Kost
 - Křivoklát
 - Bouzov

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

Počasí

<p>DNES</p> <p>Min. 32 Max. 36</p>	<p>ZÍTRA</p> <p>Min. 31 Max. 35</p>	<p>ČTVRTEK</p> <p>Min. 23 Max. 27</p>	<p>PÁTEK</p> <p>Min. 20 Max. 24</p>
---	--	--	--

Stupeň zátěže pro dnešek: bio 3

Vysoká zátěž. Vyvarujte se psychické zátěže a vykonávejte pouze lehké, nezbytně nutné práce. V případě potíží vyhledejte lékaře.
Teplotní rekord: 33 °C
Rok výskytu: 1937

ČT1

- 12:30 Sama doma
- 14:00 Vše o vaření
- 14:15 Bez ženské a bez tabáku
- 15:10 Bloček
- 15:30 Možná přijde i kouzelník
- 16:45 Cestomanie
- 17:10 AZ-kvíz
- 17:40 Černé ovce
- 17:55 Události v regionech za okamžik a počasí
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 Taxik
- 18:55 Události za okamžik a počasí
- 19:00 Události, BBV



20:00 Vyprávěj
 Seriál (ČR). Prozářdí se Karlův román? Bude Renáta konečně šťastná? Hrají: R. Vojtek, A. Kerestešová, V. Freimanová, S. Skopal, N. Divišková, O. Veselý

- 20:55 Dobrodružství kriminalistky (23/26)
 Krimiseriál (ČR, 1993)
- 21:50 Nejlepší Bakaláři
- 23:00 Protiúder III (9/10)
 Seriál (USA/VB, 2012)
- 23:45 M15 IV (3/10)
- 00:40 Hobby naší doby
- 01:05 AZ-kvíz
- 01:30 Zajímavosti z regionů
- 01:55 Postřehy odjinud
- 02:05 Banánové rybičky
- 02:30 Dobré ráno
- 05:05 Malá farma: Pec nám...
- 05:30 Události v regionech

ČT2

- 12:40 Speciální zbraně
- 13:30 Letecké katastrofy
- 14:20 Dobrodružství vědy a techniky
- 15:05 Zákulisí Vatikánu (2/2)
- 15:50 Letecká válka (2/2)
- 16:35 Technické divy světa
- 17:30 Jistě, pane ministře (14)
- 18:00 Vesmír
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Krásy evropského pobřeží
- 19:00 Bratři a sestry IV (17/24)
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy v čes. znak. jazyce
- 19:55 Cesty k úspěchu



20:00 Speciální zbraně: Předchůdci chytré techniky
 Složitě optické naváděcí systémy ovládané holubou či netopýří bombou patří mezi předchůdce zbraní, které dnes označujeme jako chytré. Dokumentární cyklus BBC

- 21:00 Letecké katastrofy: Slepý úhel
- 21:45 Proti všem
 Trilogie (ČR, 1956)
- 23:35 Lidice - paprsek do tmy
- 00:30 Film o filmu: Všiváci
- 00:45 Sestríčka Jackie II (9/12)
 Seriál (USA, 2010)
- 01:15 Kanadská soda
- 01:35 Babylon
- 02:05 Po jantarové stezce
- 02:55 Zvíře jako zbraň
- 03:20 Podle práva

NOVA

- 12:25 Sue Thomas: Agentka FBI (5)
- 13:20 Beze stopy V (9)
- 14:20 Zákon a pořádek: Zločinné úmysly V (12)
- 15:15 Ordinace v růžové zahradě 2 (44)
- 16:30 Krok za krokem VI (2)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sport, noviny, Počasí
- 17:30 Kriminálka Las Vegas XI Utržená ze fetězu
- 18:25 Ulice (2627)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



20:20 Ordinace v růžové zahradě 2 (503)
 Seriál (ČR, 2014). Mážl má konečně jasno. Renata je podvodnice. Ředitel Hofman rozdává miliony, aby si koupil odpuštění. Hrají: Z. Adamovská, P. Rychlý, J. Čenský, D. Morávková

- 21:40 Víkend
- 22:30 Lovci zločinců II (11)
 Krimiseriál (USA, 2012)
- 23:20 Doktorka podsvětí (7)
 Seriál (USA, 2012)
- 00:15 Kriminálka Las Vegas XI
 Krimiseriál (USA, 2010)
- 01:05 Zákon a pořádek: Zločinné úmysly V (12)
- 01:45 Novoshopping
- 02:15 Lovci zločinců II (11)
- 03:00 Akční seriál (USA, 2011)
- 04:00 Snídaně s Novou

PRIMA

- 13:05 Wolffův revír (7)
- Zločinci jsou nedochvilní
- 14:10 Siska III (12)
- Přelud vraha
- 15:25 Rizzoli & Isles: Vraždy na pitevně (7)
- Závod o smrt
- 16:25 Komisař Rex V (10)
- Studený jako led
- 17:30 Odpolední zprávy
- 18:00 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimí zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 VIP zprávy



20:15 Zralé víno
 Komédie (ČR, 1981). Volné pokračování hořké komedie z prostředí moravské vesnice. Předseda JZD a vinařský odborník v jedné osobě musí tentokrát řešit problémy s výstavbou sušárny kukuřice a přidruženou výrobou nábytku. Hrají: V. Menšík, B. Turzonovová, I. Janžurová, J. Sovák a další

- 22:10 Ano, šéfe!
- 23:25 Myšlenky zločince VIII (16)
 Krimiseriál (USA, 2013)
- 00:20 Spravedlnost v krvi II (20)
 Seriál (USA, 2011)
- 01:15 Hawaí 5-0 (14)
- Akční seriál (USA, 2011)
- 02:10 Siska III (12)

PRIMA COOL

- 12:10 Akta X IV (4)
- 13:10 Faktor strachu XIII (3)
- 14:10 Simpsonovi III (13)
- 14:40 Simpsonovi III (14)
- 15:10 Bojičtí mytů VII (5)
- 16:15 Skladště 13 IV (14)
- 17:10 Jmenuju se Earl (10)
- Vánoce, lži a tajemství
- Námořní vyšetřovací služba L. A. III (2)
- Únos
- 18:30 Simpsonovi III (15)
- 18:55 Simpsonovi III (16)
- 19:20 Kdo přežije: Perlové ostrovy (12)



20:15 To nejlepší z Top Gearu: Top 41 (6)
 Motoristický magazín (VB, 2013). Richard Hammond provází diváky jednatřiceti nejlepšími momenty z uplynulé dekády nejznámějšího motoristického magazínu na světě

- 21:20 Teorie velkého třesku VI (19)
 Thriller (Kan./USA, 2012)
- 21:50 Partička
- 22:45 Nebesa smrti
 Thriller (Kan./USA, 2010)
- 00:40 The Big Bang Theory VI (19)
- 01:05 Jmenuju se Earl (10)
- 01:25 Partička
- 02:05 Akta X III (20)
- 02:50 Nebesa smrti
- 04:15 Chicago: Zákon ulice (11)

ÓČKO

- 06:00 Ranní fresh
- Vstávání s muzikou
- 09:00 Millennium
- 10:00 Óčko hity
- 12:00 Óčko news
- 12:05 Simply the best
- 13:00 Óčko news
- 13:05 Óčko hity
- 14:00 Óčko news
- 14:05 Óčko hity
- 14:30 Mixxxer show
- 16:00 .SK
- 16:05 Mixxxer
- Pouze klipy na přání
- 17:00 Óčko news



- 17:05 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 18:00 Óčko news
- 18:05 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 19:00 Óčko news
- 19:05 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 20:00 Óčko news
- 20:05 CZ & SK
- České a slovenské klipy
- 21:00 Óčko news
- 21:05 Devadesátky v devět
- 22:00 Óčko news
- 22:05 Millennium
- 23:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neuteché
- 23:05 Love zone
- Hodina plná lásky
- 00:00 Sexy game
- 01:30 Óčko flirt

Sloupek

TEREZA
BOUČKOVÁ

SCENÁŘISTKA A SPISOVATELKA

BEROUNSKÁ
MUČÍRNA

Myslela jsem, že mučírám odzvonilo, ale je to naopak. Mučírén je v našem současném moderním světě stále víc, i když se jim říká třeba rehabilitační centrum. Chodíme do nich dobrovolně a jsme na nich psychicky závislí. Necháváme se kurtovat do strojů, které jsou – alespoň v berounské nemocnici – napojené na počítač a vůbec vykazují všechny znaky naší civilizace, takže si mučedník ani neuvědomí, o co go. Nedívá se,

Citát

Myslela jsem, že mučírám odzvonilo, ale je to naopak.

když mu do takových sice moderních, ale přesto kleští zašroubují hlavu – a toč s ní do stran proti závaží. Nebo ho usadí na lehátko, přikurtují pásem jako v letadle k podložce, zašroubují stehna, jako by z nich měla téct šťáva jako v lisu na jablka, na kotníky dají závaží – a zvedej nohy, zoufalče 21. století, zkřivený životem bez námahy. Dýchej zhluboka. Nádech – vývýýdech! Vývýýdech do zátěže! Tak to jde od stroje ke stroji s mučitelem po boku – v téhle mučírně mají hned dva a moc milé, a když je po všem a mučedník má lekce na strojích za sebou, lehne si doma na gauč a nechá za sebe opět pracovat vymoženosti civilizace: myčku, pračku, sekačku, wapku, lux... Je mu dobře po těle, je šťastný, ví, že bude krásný, jak jen ve svém věku a se svým ksichtem může být, stává se pevným, pevnějším, skoro... Nic ho dnes nebolí, skoro. Začíná mít pas jako (přejedená) vosla, na stehnech mu hrají čtyřhlavé svaly jako struny harfy. A když se tupíruje a kouká na mě provokativně ze zrcadla, naskočí mu na paži takový sval, až se leknou. Ten kdyby chtěl, mohl by mi jednu pořádnou vrazit!

Dopisy a vzkazy

Ještě jednou
o segwayích

Rád bych se též připojil k diskusi o vozítkách Segway v centru Prahy. Nedávno jsem se vrátil z Barcelony, kde jsme pobývali u kamarádky, která pracuje pro agenturu provázející turisty po tomto krásném městě. Pořádá mimo jiné pro zájemce i prohlídky Barcelony na segwayích. Vše je skvěle organizované, všichni dostanou ochranné přílby, povinnou instruktáž a jako skupina vedená průvodcem vyrazí na prohlídku města. Samozřejmostí je, že se vyhnuo historickému jádru s úzkými uličkami. A jsme u jádra věci. Proč taková agentura není v Praze? Vše by bylo pod dohledem a jezdilo by se jen po určených trasách a hlavně: dodržoval by se zákaz jízdy pod vlivem alkoholu. Na procházkách Barcelonou jsem si všiml spousty dalších zajímavých věcí. Například mají neuvěřitelně propracovaný systém půjčování kol pro obyvatele. Myslím, že se ještě máme mnohemu co učit.

TOMÁŠ JÍLEK

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

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

Výrok dne

„Vylosovali nám
nejtěžší skupinu
na mistrovství
světa.“

CRISTIANO RONALDO,
PORTUGALSÝ FOTBALOVÝ
REPREZENTANT

Nejsledovanější hráč světa se na blížícím se šampionátu obává hlavně zápasu s Německem.

Slovo dne

REHABILITACE

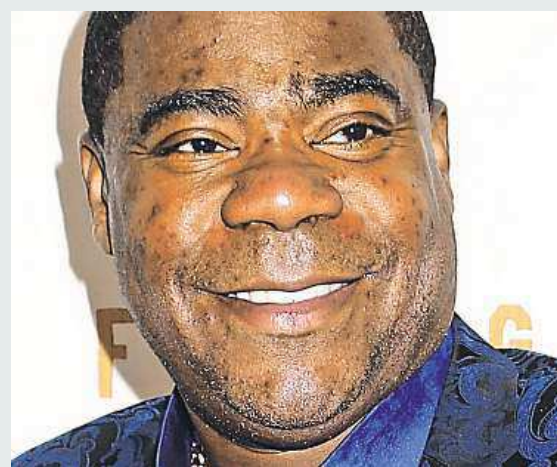
(ze sloupku Terezy Boučkové na této straně)

V tomto článku: léčebná metoda směřující k opětovnému nabytí ztracených schopností po nemoci nebo úrazu

ZDROJ: AKADEMICKÝ
SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



Zprávy v obrazech



Morgan. Stále v kritickém stavu

Americký herec a komik Tracy Morgan (45) a dva členové jeho doprovodu zůstávají stále v kritickém stavu v nemocnici v New Brunswicku ve státě New Jersey. Herec známý hlavně z komediálního seriálu Studio 30 Rock a z účinkování v populárním pořadu Saturday Night Live byl těžce zraněn po sobotní havárii šesti vozů na dálnici. AP



Dejvické divadlo. Míří na Filmovku

Program 40. letní filmové školy v Uherském Hradišti ozdobí i Dejvické divadlo. Od 30. července do 1. srpna nabídne filmovou adaptaci divadelního představení Karamazovi, maraton seriálu Čtvrtá hvězda spolu s besedou s jeho protagonisty či portrét dlouholetého uměleckého šéfa Dejvického divadla, herce a režiséra Miroslava Krobota (na snímku). Uveden bude také jeho režisérský debut Díra u Hanušovic. MAFRA

Řešení sudoku

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

Anketa Jak se nejraději osvěžujete v parných letních dnech?



Marek Schulz
Větrm, který fouká v metru.



Tomáš Rummel
Oroseným pivem na zahrádce.



Lukáš Chvátíl
Studenou sprchou, není nic lepšího.

Komiks





Studying in the UK is a great way to learn English, meet people from different countries and see historical monuments.

2x PROFIMEDIA.CZ

Activity 1 – before you read

Match the phrasal verbs with their meanings.

- 1. to pick someone up
- 2. to get in touch with
- 3. to be made up of

4. to sort out

- a. to organise
- b. to have these different parts
- c. to collect and take somewhere
- d. to contact

Activity 2

Match the headings to the paragraphs 1-6

- a. Why the UK?
- b. What type of course?
- c. Where will I stay?
- d. How can I choose?
- e. Who will I study with?
- f. How many go each year?

Activity 3

Choose the correct word and complete the sentences (whoever, whatever, whenever, wherever, whichever).

- 1. This year I'm going on holiday by myself, so I can choose to go ___ I want – Cairo, Madrid, Toronto, ...!

- 2. I don't know what time Mark will get here – he always turns up ___ he wants.
- 3. It's my day off, so I can do ___ I feel like.
- 4. I have 3 different kinds of tea – choose ___ you would like.
- 5. I expect I'll enjoy the party, ___ is there.

Learn English on holiday!

From April to July, the British Council is sharing some tips and vocabulary Metro readers will find useful while visiting the United Kingdom – not only – in summer.

1. According to statistics, up to 600,000 people travel to the UK every year to study English. This includes people who stay for 1, 2 or 3 weeks in the summer to combine a holiday with some English language learning.

2. There are many reasons to learn English in the UK, including being surrounded by the language. Students get the chance to use English in everyday situations and this can lead to a big improvement in their language skills. Another reason is to see Britain - there are many beautiful, historical and interesting places to visit, wherever you decide to study.

3. It's also a great way to meet people from other cultures. Groups of students are likely to be made up of students from different nationalities, and this has the extra benefit that students have to speak English in order to communicate with each other. Whatever your age, you could find new friends while studying.

4. Many language schools can help you to sort out your accommodation - it might be in student flats, at nearby hotels or even with local families. Someone may also be



You could find new friends.

available to pick you up or meet you at the airport in case you need help getting to your accommodation.

5. There are many different types of courses to choose from - younger learners can practise sports, dance or music along with their English studies. Adults can choose from general English courses, exam preparation, business or academic English courses, and combine these with learning about tourism, British culture or something else that matches your interests. Whichever type of course you choose, you'll be pleased you visited Britain.

Useful email phrases

You will need to contact the school to ask for some information about your stay.

- 1. What type of language should your emails use?
A. formal
B. informal
- 2. Are these phrases formal or informal?
1. Hi.
2. Good morning.
3. Would it be possible ...?
4. Thanks!
5. I want to know ...
6. Could you please let me know ...
7. Thank you for your time.
8. Can't wait to hear from you!
9. I look forward to your reply.
10. Can I ...?

6. To help you choose a suitable school for your trip, the British Council has a list of accredited schools available here <http://www.britishcouncil.org/accreditation-students.htm>. Once you have decided where, when and what you would like to study, you should get in touch with the school directly. **SHARON KING**

Lesson No. 11



Answers

- Activity 1**
1. c; 2. d; 3. b; 4. a.
- Activity 2**
1. f; 2. a; 3. e; 4. c; 5. b; 6. d.
- Activity 3**
1. wherever
2. whenever
3. whatever
4. whichever
5. whoever
- Useful phrases**
1. a.
2. Formal: 2, 3, 6, 7, 9.
Informal: 1, 4, 5, 8, 10.

BRITISH COUNCIL

LEARN ENGLISH WITH US THIS SUMMER!

COURSES FOR CHILDREN AND ADULTS

www.britishcouncil.cz



This English series is presented by the British Council and Metro. www.britishcouncil.cz

Jaké léky si vzít na dovolenou

Dovolená v zahraničí je úžasný relax, ale ne vždy a ne pro všechny. Nezapomeňte si proto s sebou vzít důležité léky.

Pro lidi, kteří trpí chronickým onemocněním, nemusí být dovolená v cizině až taková paráda.

„Cestování obnáší často změnu v denním režimu, omezený příjem tekutin, změnu stravování. Zejména pro starší cestovatele mohou tyto situace způsobit zhoršení zdravotního stavu,“ upozorňuje lékařka Andrea Pekárková z Centra individuální péče při Všeobecné fakultní nemocnici v Praze.

Dalším důvodem, který může zdravotní stav zhoršit, je zvýšená koncentrace osob

z různých zemí především v případě letecké dopravy.

„Cestující přichází do kontaktu s mnohými respiračními viry, v kombinaci s klimatizací a únavou se pak často po příjezdu do cílové destinace nebo domů objeví příznaky nachlazení nebo chřipky,“ říká Andrea Pekárková.

A pokud cestujete do tropů či subtropů, pak byste se měli včas obrátit na odborníky na cestovní medicínu a prověřit, jaká očkování potřebujete. Přivést si z dovolené žloutenku, tyfus, encefalitidu nebo malárii nikdo nechce.

Právě onemocnění, která přenáší hmyz, bývají nejnebezpečnější a často život ohrožující. Proto myslte na důslednou ochranu proti napadení hmyzem, a to moskytiérami, dlouhými rukávy a repelenty, které si určitě poříďte až v cílové destinaci.

Každopádně pokud vyjedete kamkoliv, a to třeba i pod stan do Česka, nezapomeňte

Jak na nevolnost při cestování



Špatně se při cestě autem nebo letadlem může udělat každému. Jak tomu předéjit?

• Pokud se vám dělá při jízdě či letu špatně, dodržujte tyto zásady – nečtěte a nedivte se do blízka, například do mapy.

• Nejezte velké množství jídla před cestou.

• Dělejte pravidelné zastávky a procházejte se.

• Pokud vám nebude vadit ospalost a neplánujete řídit, v lékárně lze zakoupit přípravky, které vás pocitu na zvracení zbaví.

Zdroj: www.individualnipec.cz

na vybavenou lékárníčku. „Měli byste mít dostatečné množství léků, které pravidelně užíváte. Dále je vhodné mít k dispozici léky proti průjmům, alergii, horečce a bolesti. Vhodné je být vybaven materiálem na ošetření drobných odřenin a puchýřů,“ radí odbornice. Zkontrolujte také datum spotřeby.

Dále se vybavte léky na kašel, a to jak na suchý, dráždivý, tak na usnadnění vykašlávání. Na rýmu pak nosní spreje či kapky, na bolest v krku pastilky s antiseptickým účinkem k léčbě zánětů dutiny ústní, nosohltanu a hltanu. A přibalte i oční kapky, případně přípravky na bolest pohybového aparátu.

Určitě nezapomeňte na opalovací krémy, ale i balzámy na rty s dostatečným faktorem. A také na dezinfekční prostředky. Ženy by pak měly přibalit i prostředky na kvasinkové vaginální infekce. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

INZERCE

GASTROKIT

Doplněk stravy při problémech s trávicím ústrojím

Bezkonkurenční síla výtažků z pisticie a lékořice, nesmí chybět v domácí lékárníčce. Nezatěžuje organismus chemikáliemi. Navozuje rovnováhu v mikroflóře zažívacího ústrojí, reguluje aktivitu trávicího ústrojí a trávicích šťáv.

Ideální při:

- NEVOLNOSTI
- NECHUTENSTVÍ
- BOLESTECH BŘICHA
- PÁLENÍ ŽÁHY
- OTRAVĚ Z JÍDLA
- INFEKČNÍM BAKTÉRIÍM NEDÁ ŠANCI

Žádejte ve své lékárně, na www.bwy.cz nebo v prodejně Vitacentrum v Jindřišská 5 (pasáž), Praha 1



Stop padání vlasů s minerální kosmetikou Thermal

Padání vlasů je nepříjemný kosmetický problém, ale většinou je projevem, respektive důsledkem nějakého jiného onemocnění. Proto by člověk měl především nejdříve zajít k odbornému lékaři, který mu provede nebo doporučí potřebné vyšetření, aby se zjistily skutečné příčiny padání vlasů. Existují však také přípravky, které podporují následnou obnovu, tedy růst vlasů. Přípravky, které podporují růst vlasů, má ve své nabídce také kosmetika australsko-maďarské firmy se značkou TH. Všechny její přípravky prošly klinickou atestací a léta používání prokázala jejich účinnost. Nejmodernější technologie výroby přípravku kombinuje léčebné účinky termální vody a vína se speciální patentovanou recepturou. Účinnými látkami jsou biosyntetické metalproteiny, které mají v buněkách důležitou regenerační úlohu. Svými hydratačními a regeneračními vlastnostmi dosahují rozsáhlých účinků a mají široké uplatnění.

Přípravky musí mít také optimální PH

Celá kúra proti padání a na podporu růstu vlasů se skládá ze dvou kusů TH

krému a jednoho kusu TH šamponu. „Thermal krém je speciálně vyroben jako stimulant vlasového růstu. Jeho účinné látky pronikají hluboko ke kořínkům vlasů, regenerují vlasové cibulky a vyživují vlas po celé jeho délce. Thermal šampon doporučují lékaři na základě klinických zkoušek při nadměrném vypadávání a lámání vlasů, při tvorbě

koutů a pleše, při opakované tvorbě lupů i na silně poškozené vlasy. Podporuje růst vlasů a má optimální PH“. Informuje spolujednatel kyjovské společnosti SENS, která u nás distribuuje kosmetiku značky TH. Krém se pečlivě vtře do pokožky hlavy a do vlhkých vlasů a nechá se 20 – 30 minut působit. Poté, co se účinné látky krému vstřebají, se

vlasy umyjí Thermal šamponem, který obsahuje stejné bioaktivní látky.

Transplantace vlastních vlasů je možná

U těžších případů je doporučováno kúru i několikrát opakovat – to pokud někomu rapidně a velmi rychle řídnou vlasy a vlasový kořínek je natolik ochablý, že vlas již vůbec nevyrůstá nebo se na poškozených místech tvoří již pouze chmýří. Obtížnější situace nastává pro ty, jejichž vlasové kořínky jsou zcela uhybnulé, tedy pro lidi s pleší. „Pokud má někdo již dlouhodobě pleš, má šanci v transplantaci. To je ovšem finančně náročné a ne všichni jsou ochotni tento úkon podstoupit. Jiná otázka je, pokud vlasový kořínek není zcela uhybnulý, ale jen oslabený natolik, že se tvoří pleš. Tady bych viděl šanci v přípravcích na podporu růstu vlasů, neboť ty obsahují účinné látky, aktivující vlasové cibulky a obnovující růst vlasů na místech, kde jsme se s pleší smířili.“ – radí společnost SENS. Více info na: www.thermal-sens.cz

STOP PADÁNÍ VLASŮ

THERMAL
minerální kosmetika

- při nadměrném vypadávání a lámání vlasů
- při tvorbě koutů a pleše
- při opakované tvorbě lupů

Jedna kúra se skládá
ze 2 ks krému THERMAL (1 ks 330 Kč)
a šamponu THERMAL (330 Kč)
Jedna kompletní kúra za 990 Kč

U těžších stavů se doporučuje absolvovat za sebou dvě tyto kúry. Přípravky si můžete přímo zakoupit nebo objednat na dobírku, s přesným návodem.

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

Aby vaše nehty nepostihla plíseň

Nehtová plíseň není hezká, ale ani příjemná. V létě se s ní můžete potkat na koupališti, ale i v hotelových pokojích.

Pokud vyrážíte na veřejná koupaliště nebo u moře navštěvujete i bazény, nechoďte bosí. Noste žabky nebo sandálky, které ještě před použitím vydezinfikujte. Hlavně si je nezapomeňte nazout ve společných sprchách. Prostě nechoďte bosí tam, kde by se plíseň mohla držet, tedy tam, kde je vlhko a teplo. Zárodky vydrží až třicet dní.

Neméně důležitá je také hygiena. Nohy omývejte minimálně dvakrát denně a poté je pečlivě osušte hlavně mezi prsty. Vyčleňte si na nohy spe-

Jak se plíseň pozná

Nejobvyklejší místo, kde se plíseň – vláknitá houba nebo kvasinka – vyskytuje, jsou nehty na nohou a chodidla.

- Nemoc se projevuje ztluštěním nehtové ploténky, žlutým zbarvením a drobením nebo olupováním v okolí nehtu.
- Zpočátku postihuje jeden nehet. Začíná obvykle na palci a postupně se rozšiřuje i na ostatní nehty.

ciální ručník, který nebudete používat na jiné části těla. Tento ručník pak perte na 80 stupňů.

Kromě toho také dbejte na naprostou čistotu koupelňových a záchodových předložek, kde se často drží mikrobi. Prát byste je měli minimálně jednou za deset dní.

„Pokud na nehtové mykózy trpíte, tak je důležité preventivně své nehty chránit speciálními prostředky. Důležité je i po vyléčení mykózy pokračovat několik týdnů v léčbě, aby nenastala recidiva,“ radí lékař Jiří Slíva.

Praktické je používat do bot a na nohy zásypy, můžete použít i dětský. Plíseň sice nevyčlejí, ale přináší nohám po celém dni úlevu.

Neméně důležitý je také správný výběr obuvi v horkém počasí.

„Noste zásadně otevřenou a vzdušnou obuv. Plísňovým zárodkům se totiž dobře daří v uzavřených prostorách a potíci se nohy poskytují ideální podmínky pro vznik mykóz,“ doporučuje Jiří Slíva.

Rozhodně si nepůjčujte cizí obuv a ani svoje boty nikomu nepůjčujte. Aspoň dvakrát týdně pak obuv vystříkejte nějakým dezinfekčním sprejem. **ANA ŠTEFANOVÁ**



Péče o nehty se vám vyplatí.

PROFIMEDIA.CZ

INZERCE

Nalokuj si Naloc

Becur naloc™

Žádejte ve své lékárně

- Zlepšuje vzhled nehtů
- Zpevňuje nehet
- Jednoduchá aplikace 1x denně
- První účinky léčby již po 2 týdnech léčby*
- Zmírňuje zbarvení nehtů v důsledku např. plísňové infekce

* JCDSA Faergemann et al. 2011: Vol 1 No 3; 59–63

MEDA
Zdraví je naše inspirace.

MEDA Pharma s.r.o.
Kodaňská 1441/46, Praha 10
www.naloc.cz

Další informace týkající se NALOCu získáte u Vašeho lékárníka a dermatologa. Před použitím NALOCu si pečlivě přečtěte návod k použití. NALOC je zdravotnický prostředek určený pouze k vnějšímu použití.

CZ-NAL-022-2014-06/men

ŽVÝKEJTE 10 MINUT

Rychlý nástup účinku • Bez zaplnění • Nemusí se polykat

TRAVEL-GUM 20 MG

(Dimenhydrinátum)

Perorální guma proti nevolnosti při cestování

CESTUJTE A DÍVEJTE SE KOLEM SEBE...

Výdej přípravku Travel-Gum není vázán na lékařský předpis.
Další informace týkající se Travel-Gumu získáte u Vašeho lékárníka.
Před použitím Travel-Gumu si pečlivě přečtěte příbalovou informaci.
Žádejte ve své lékárně!

MEDA-TVG-06-2014

MEDA
Zdraví je naše inspirace.

MEDA Pharma s.r.o.
Kodaňská 1441/46, Praha 10
Tel.: +420 234 064 203

Jak si na dovolené all inclusive udržet váhu

Týden neomezené konzumace jídla a pití. Jak ale neztloustnout? Víme, jak na to.

Jíte, co se do vás vejde včetně sladkostí a zmrzliny, neomezeně popijíte. Po takovém all inclusive zájezdu se můžete vrátit až s třemi kily navíc. Přinášíme pět rad, jak se tomu vyhnout.

1. Sladkosti s ovocem

U snídaně se snažte omezit hlavně sladké pokrmy. „Když už si dopřejete nějakou sladkost, dejte si k ní i porci ovoce, které obsahuje nestravitelnou vlákninu, jež pomáhá čistit střeva a snižuje takzvaný glykemický index, neboli



Nikdy nezapomínejte na zeleninu.

PROFIMEDIA.CZ

rychlost vstřebávání cukrů ze stravy,“ vysvětluje výživový specialista Martin Škába z portálu www.skaba.cz. „Ovoce díky obsahu vitamínů, minerálů a enzymů pomáhá zpracovat sladkosti, aniž se tělo příliš zatíží. Bez něj se naopak rychle uloží do

podkožního tuku,“ doplňuje Škába.

2. K hlavnímu jídlu zelenina

U oběda i večeře si nepřidávejte. Nandejte si na talíř vše najednou v takovém množství, jak jste zvyklí doma. Talíř si přitom rozdělte na tři po-

myslné části. Bílkoviny, tedy maso, ryby, vejce nebo sýry, tvoří první část. Dále zelenina by měla zaplnit minimálně půlku talíře a příloha přibližně čtvrtinu. „Vyvarujte se smažených pokrmů, z příloh upřednostněte rýži, luštěniny, těstoviny nebo vařené brambory. Zeleninu si ochuťte oleji,“ doporučuje Škába.

3. Jídlo se nezapíjí

Vyhňte se slazeným nápojům, raději pijte pramenitou vodu. „Během jídla je dobré pití vynechat, abyste nenarušovali proces trávení. Naprostým nepřítelem jsou kolové nápoje plné cukrů i éček, které se ukládají do podkožního a útrobníku tuku, a tak po nich budete rychle tloustnout,“ varuje specialista.

4. Tvrdý alkohol ne

Alkoholové koktejly lákají,

Nepřejídejte se



Pravidelnost je základ. I na dovolené.

- Nejezte proto jen třikrát denně, ale dopřejte si svačiny. Váš metabolismus tak bude pořád pracovat a energii lépe spálí, doporučuje specialista Martin Škába.

ale jsou velmi kalorické. Pijte raději víno nebo pivo. Pamatujte, že alkohol zvyšuje chuť k jídlu. Večer si nedávejte sacharidy v podobě těstovin nebo pizzy, raději sáhněte po samotném sýru nebo třeba po carpacciu z ryb se zeleninou. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

INZERCE

JAK NA PLÍSNĚ V DOMĚ

Někdo může tvrdit, že plíseň na zdi není hezká, ale i plíseň na zdi vytváří krásná umělecká díla.

Nejběžnější je černá plíseň, což jsou většinou *Aspergillus niger*, *Alternaria*, *Mucor* a jiné. Plísně mají schopnost vystřelovat do místnosti miliardy výtrusů, což může vést k podráždění a zánětu průdušek nebo spojivek. Plísně při svém růstu vypouštějí do ovzduší množství aldehydů, ketonů a dalších látek, které mohou alergizovat, způsobovat bolest hlavy, únavu a mohou vznikat alergická respirační onemocnění, bronchitidy, mykotoxikózy, ekzémy apod. Proto bychom se neměli k plísním chovat shovívavě.

Pro likvidaci plísní se používají přípravky, které většinou plíseň spálí nebo odbarví na povrchu, ale nedokáží proniknout do zdiva a tam likvidovat zárodky. Z těch může vyrůst odolnější plíseň nebo může dokonce zmutovat (genetická změna) a používané přípravky pak mohou mít omezený účinek.

Dvojice českých vědců získala patent pro využití

mikroorganismu *Pythium oligandrum*, známějším pod pracovním názvem **chytrá houba**, která je účinnou pomocí proti plísním na zdech. Dlouhodobé praktické testování prokázalo, že použití chytré houby lidem neškodí, protože nemá žádné vedlejší účinky.

„*Pythium oligandrum* je mikroskopická houba, která napadá a vysává původce nežádoucích plísní v našich domovech,“ vysvětluje výzkumný pracovník Martin Suchánek. „Nasazením chytré houby na postižené místo vypustíme upíra, který svými vláknky začne obtáčet nežádoucí plíseň a vysávat z ní pro svou potřebu živiny. **Chytrá houba** potlačuje nežádoucí plíseň na principu mezidruhového parazitis-



mu a je

schopna svou aktivitou vymýtit plíseň, ale i jejích podhoubi rostoucích na omítkách, v omítkách, ale i ve zdivu. **Chytrá houba** v přípravku **BioRepel** působí, dokud protivníka nevysílí a zcela nevysaje. Tento způsob likvidace nežádoucích plísní nedává možnost vzniku odolnějších druhů ani rezistenci (genetické mutaci) nežádoucích plísní.“

„O přípravek **BioRepel**, který potlačuje plíseň na zdech, je zájem ze zahraničí. Dalo

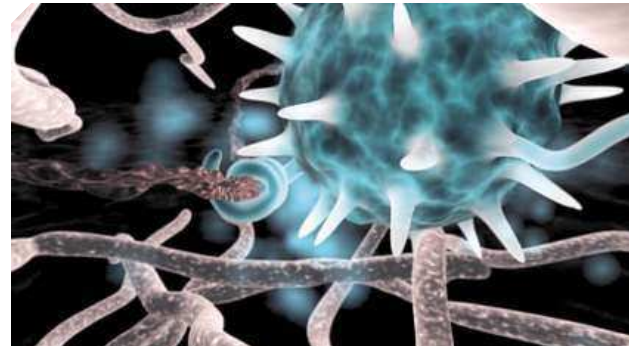
by se říci, že předběhl svou dobu, protože není škodlivý, nezamořuje ovzduší a to ani zápachem a všimá si pouze plísní. Po zlikvidování plísní má chytrá houba výhodu, že se uloží do klidového stádia a číhá na nové plísně, které by na stěně chtěly růst. Pokud by náhodou takto ošetřenou zeď olízal pesek nebo malé dítě, není pro ně chytrá houba škodlivá“ konstatuje výzkumný pracovník Radim Klímeš. Aplikace **BioRepel** je jednoduchá. Sypek prášek smícháme s čistou vodou a pomocí štětce, válečku nebo houbičky postižené místo omyjeme. Po zavaznutí (částečném zaschnutí) natřeme nebo nastříkáme postižené místo druhou složkou. **BioRepel** můžeme použít i jako prevenci běžným přidáním do malířské barvy, nebo nastříkáním (například rozprašovačem) na již vymalovanou zeď. **BioRepel** můžeme používat i v místnostech, kde aktivně bydlíme a nemusíme ani odcházet nebo dokonce v místnosti nějaký čas nebydlet.

Přípravek BioRepel s Chytrou houbou - Pythium oligandrum dostanete v prodejních barev, v řetězcích v odděleních s barvami nebo drogeriích prodávající barvy.

Vaše otázky, rádi zodpovíme na telefonu: 212 240 409, akutní dotazy na infolince: 728 814 202, e-mail: klimes@biopreparaty.eu, informace na: www.biorepel.cz

Výrobce:

Biopreparáty spol. s r.o.



Cestování - nabídka

HARRACHOV HOTEL *
KRKONOŠE**

ALL INCLUSIVE 395 Kč
osoba / noc



DĚTI ZDARMA
Rezervace: 777 738 713

www.harrachovhotel.cz

Práce - nabídka

• Nabízíme kurz pro ZKOUSKY STRAŽNÝ - akční cena 450,- Kč. Kontakt tel. 602171978
• KADERNICTVÍ 100 CZK. Otevíráme nové pobočky. Jsi kadeřník? Chceš mzdu 1000 Kč denně? Volej 777 331 487 (facebook.com/100czk)
• Strojírenská firma v Praze 12 Modřany přijme frézáře a soustružníka pro kusovou výrobu. Tel: 244 090 503-504, 8-14 hod.

• BRIGÁDY! Přijmeme brigádníky na balení zboží ve skladech na okraji Prahy! Doprava zajištěna z centra! Různé směny. Volejte Po-Pá, 9-17 hod. 724772129
• Vydělejte si na letní dovolenou. Mladý kolektiv, jednoduchá práce plná motiváčních soutěží. Zabavíte se a slušně vyděláte. Volná prac. doba. 724182772

• BRIGÁDA - hledáme zájemce o doplňování zboží - denní i noční, prodejny po celé Praze (zálohy druhý den). Směny dle výběru. Tel.: 284083300, 777 335756
• BRIGÁDA - POKLADNÍ - prodejny po celé Praze, zálohy druhý den, školení zajištěno. Směny dle Vašeho výběru. T.: 284083300, 777335756
• BRIGÁDY - zálohy 50% vyplácíme druhý den. Doplňování zboží, pultový prodej, pomocné práce, pokladní. T.: 284083300, 777 335756.

HLEDÁME ŘIDIČE SKUPINY D

Dopravní společnost DATA AUTOTRANS hledá nové řidiče sk. D. Přijmeme spolehlivé, seriózní a odpovědné řidiče na zahraniční autobusy (možno i na občasnou výpomoc). Zajišťujeme jak vnitrostátní dopravu, pravidelné linky, výlety po ČR i zahraničí a a vícedenní okruhy po Evropě. Platové podmínky dle dohody. Vozový park do tří let.

V případě zájmu volejte 724 773 074 nebo nás kontaktujte přes naše stránky www.dataautotrans.cz

• Třídění tisku - brigáda, 70 Kč/hod., výplaty týdně. Tel.: 774 433 968

• Chcete druhý příjem? Přátelské podnikání z domova, možno i bez ŽL. Všechny věk. kateg., i studenti. Volejte Út-Pá 18-21 h., So+Ne 11-20 h. T: 723098823

• PENÍZE DENNĚ! Komunikativní a veselé dívky 18-35 let, uplatněte své schopnosti na PC - Chat, až 3.000 Kč/směna. info na tel. 604 133 749

• Přijmeme bezp. pracovníky na ostrahu logistického areálu ve Zdíbech a Úžicích. Požadujeme čistý TR, zdrav. způsobilost. Tel: 602337008, 234099633

• Přijmeme bezp. pracovníky na ostrahu supermarketů po Praze, odměna: 70-75 Kč/h. Požadujeme čistý TR, zdrav. způsobilost. Tel: 602337008, 602935880.

• Hledáme komunikativní lidi, stresové odolný, možno plánování směn. Vhodné i pro studenty. Výplata každý den až 1000 Kč/den. Tel: 773 047 692

• BS přijme vrátné a strážné pro Prahu, vhodné pro ID, SD, OSVČ. Mzda po zapracování až do 95 Kč/hod. Zdrav. způsobilost, beztržnost. Tel.: 224109445.

• Přijmeme pracovníka/ci na úklid společných prostor činovního domu v centru Prahy, úklid 1x týdně na 2-3 hod. Plat 1000 Kč. Tel.: 776 693 265

• LÁZNĚ JUPITER a.s., Homokráčská 31, Praha 4, přijme (na HPP) fyzioterapeuta/ku, rehab. lékaře/ku a uklízečku/če. Praxe nutná. Tel.: 608 228 882

• Úklidová firma přijme na zkrácený pracovní poměr ženy s invalidním důchodem. Tel. 739 612 111
• Hledáme servírku/číšničku-obsluha hostů, přijímání objednávek, debaras. Místo pracoviště: Praha 1. Nástup: ihned. Pohovor na adrese: Spálena 10, Praha 1. Telefon: 773 666 941

• Firma zaměřena na PO a BOZP přijme na HPP manuálně zručného zam. Požadavky: RP, praxe na PC, vyučení. Tel: 266 610 084, 602 662 273, www.bomespol.cz
• Autoservis nákladních vozidel v Praze 10 hledá automechanika a diagnostika na hlavní pracovní poměr. Nástup dle dohody. Tel.: 605 202 650

• Práce z domova. Vydělávejte 20.000,- měsíčně. Vydělávejte s českými výrobci. Tel: 775 544 200

• Do ostrahy prodejce přijmeme detektivy/strážné. Práce na DPP, příp. HPP. Požadujeme čistý trest. rejstřík, dobrý zdravot. stav, spolehlivost a čas. flexibilitu. Místo výkonu práce: Praha, Praha východ a západ. Kontakt: tel.: 774 676 665, www.rp-security.cz

• Přivýdělek pro ženy, muže i důchodce. Jednoduchá nenáročná práce u stolu, cca 10 hod. v týdnu, možnost i nepravidelně. Až 3.500 Kč/týden. 604 369 451
• Hledáme prodavačku do obchodu v centru Prahy. Praxe a znalost cizích jazyků výhodou. E-mail: sweetdreamcz@gmail.com, tel.: 725 322 008

Vzdělávání - Kurzy nabídn.

• Elektrotechnika - čtyřleté maturitní studium při zaměstnání. 8x ročně víkendové soustředění, podpora e-learningu. Více informací na www.spsezatec.cz nebo na tel: 415 526 003, 777 799 190.

• KURZY OLEJOMALBY pro dospělé i pro starší začátečníky. St. mistr. techniky. Individuální výuka. Založeno r. 1990. T. 724 088 088, www.VeraSteflova.cz

Služby - nabídka

• WWW.MARULI.CZ zabezpečovací systémy on-line.
• Ubytovna U Svobodných 1110/12, P-9, tel. 284812601. Non-Stop. Ceny od 250 Kč, firmy 150 Kč/osoba/noc. Info www.bytozstav.eu u metra B Českomoravská.

ŽALUZIE, ROLETY
Aleš SUCHÝ
Tel.: 728 863 201
• záruka 3 roky
• doprava zdarma
• montáž do 3-5 dnů
kupón sleva 60% z ceny mont. žal.
www.gato.cz

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

vertikální žaluzie, sleva 30%
ŽALUZIE, ROLETY
SITĚ PROTI HMYZU
staré žaluzie na protlučec
sleva 15%
261 26 08 16
261 26 08 16
777 03 80 01
www.gato.cz
z ceny zakázky na plastová a eurookna
Jihlavská 611
Praha 4
sleva 50%

PŮJČKY
OD 5 000 - 50 000
BEZ ROZHODČÍ DOLOŽKY
A POPLATKU PŘEDEM
POUZE PRAHA A KLADNO
736 204 410
731 782 308
www.uverihned.cz

OUTLET
VÝPRODEJ NÁBYTKU
SLEVY AŽ 70%
adresa:
Koněvova 134, P-3,
tel. 222590095
tel. 608979513
náměstí Bří Jandusů 23,
Uhřetěves,
tel. 608 368 120
nová prodejna:
ČAKOVICE - u Globusu
tel.608 000 643
www.euronabytek.cz

TEFLWORLDWIDE
PRAGUE

Kurzy angličtiny za 200kč/měsíc!
Od 14³⁰ do 17¹⁵.
Min. 16 hodin. Učí rodilí mluvčí/budoucí učitelé.
www.twp.cz 283 893 145
admin@teflworldwideprague.com
TEFL Worldwide

Finance - nabídka

• Chybí Vám peníze? PŮJČÍME Vám až 166 000 Kč na cokoli! Volejte ZDARMA 800 701 000. Váš PROFÍ CREDIT.

• Potřebujete peníze před výplatou? Vyplácíme hotově již od 2.000 Kč, stačí doložit OP a mobil. Naleznete nás Tatarska 6, hned u metra Háje. 777367244

• Půjčka bez splátek od 100.000 Kč do 2.000.000 Kč. Vhodná před prodejem bytu či domu. Peníze vrátíte až z prodeje. Na 6 až 24 měsíců. T: 739 641 969

• Půjčka 500-5000 bez registru na OP a tel. do 10 min. hotově. Metro Hradčanská, Čs. Armády 11, budova ve dvoře 1.p. Po-Pá 9:30-17:00. T: 603933137

• Půjčka 500-5000 bez registru na OP a tel. do 10 min. hotově. Metro nádraží Holešovice, ul. Za Papírnu 5, Po-Pá 8-20:00. T: 775243075

• Půjčka ihned na OP a mobil od 500-20.000. Dále nabízíme zástavu věcí a výkup i zlata. Španělská 6, Praha 2, „M“ Muzeum. T. 608 678 601 Po-Ne, 9-21 h.

Domácí mazlíčci - nabídka

• Pyrenejský horský pes - štěňata s PP. CHS Český Vltavín nabízí štěňata. Více info na: www.chvatekstatkanozevltavinmysteria.cz tel.603 224 078

Výměny

• Zajistíme VYMĚNY NEMOVITOSTÍ (bytů, domů, chat, pozemků) doplatíme rozdíl ceny, případně vykoupieme, poradíme, vyřešíme pro každou stranu. 774 335 503

Pronájmy - poptávka

• HLEDÁM PRO solventní ZAMĚSTNANCE z kanceláře byty k pronájmu v Praze, právní servis zajištěn. Děkuji. Tel.: 274 78 44 28

• Od 15.6.-1.7. hledáme hezký byt na pronájem pro pár bez zvířatek a to nejlépe u dobrého mhd v dosahu obchodů a služeb. Děkujeme. 775088498

• Pro zaměstnance obchodních firem hledáme pěkné byty k pronájmu po celé Praze. Garantujeme pouze solidní zájemce. BEZ PROVÍZE! Nabídněte: 734 319 305

Nemovitosti - poptávka

• Právní zástupce zaměstnanců FIOBANK, O2, PPF, poptává nemovitosti ke koupi a k pronájmu v Praze. Platby do 48 hodin, děkujeme, nabídněte. T: 602219621

• Vykoupieme nebo zprostředkujeme prodej - byt, rod. dům, chaty, Praha a okolí. Peníze ihned. Řešíme exekuce, právní vady, dlhuhy. Tel. 777 306 102

Byty - poptávka

• PRIMÝ ZÁJEMCE ihned vykoupi byt na investici i okamžitá záloha 300.000,-Kč. Tel: 777 21 21 34

• Koupiť byt před PRIVATIZACÍ, OBEČNÍ. Dám náhradní byt s nízkým nájmem a velké odstúpné. Veškeré dlhuhy uhradím. Právní servis, stěhování. T: 725805115

• Koupiť byt kdekoliv v Praze, dám okamžitou zálohu, platba hotově, právní záležitosti vyřídím. Stav nerozhoduje. RK nevolat. tel. 234095720, 720539665

VOLEJTE ZDARMA, soukromá

osoba koupí byt v Praze (dluhy - exekuce) uhradím. Platba rychlé. Možnost doživotního užívání. Tel.: 800 204 000

• OKAMŽITÁ ZALOHA! Soukromník koupí byt v Praze v jakémkoliv stavu osobní nebo družstevní. Platba v hotovosti. Exekuce a dlhuhy zaplatím. Tel.: 775432964

• PENÍZE IHNEDE! Pro naše klienty hledáme byty k prodeji kdekoliv v Praze. Vyřešíme exekuce, zástavy, oddlužení. Právní servis zajištěn. T: 605260736

• Specialista na PRODEJ/VYMĚNY bytů, exekuce, zaplacení, privatizace, výkup bytů. RK JUDr. Vosyka, www.vosyka.cz, tel.: 257 324 295, 608 889 512

Vybv. domácnosti popt.

• Koupiť staré, ručně vázané koberec v jakémkoliv stavu, malé i velké, zaplatím hotově hned, odvoz zajistím. e-mail: starekoberce@seznam.cz, 603919206

Ostatní

• Hledáme příznivce úsvitu pro komunální volby do zastupitelstva Prahy 5. Jedná se o občany, kteří trvale bydlí na Praze 5 a nejsou spokojeni s kriminalitou, životním prostředím a s různými zástavbami, např. Prokopské údolí apod. Kdo to myslí upřímně a má zájem nám pomoci řešit do budoucna stávající situaci ve prospěch nás občanů, ať zavolá na tel. 607 825 698 nebo napíše na e-mail: sp.egedy@seznam.cz. Zájemce z ost. částí Prahy předám na centrulu.

Intimní - nabídka

E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, tech. zajišťuje Materna, jen pro starší 18let, 1sm50Kč vč DPH; 1min90Kč vč DPH, www.emazby.com, www.plamoblem.cz

• Vežmi HO DO ruky a zavolej na 844 844 005, 5Kč/min.

DISKRÉTNÍ SEX(z)NÁMENÍ!

Ženy všech věků a tvarů :-)) I ty si vybereš! Napiš SMS ve tvaru 18PAT a text na 909 15 50

• Odměna za pravidelný SEX! Zn.: Mojí předností je velký zadek a tvou? Iva 56. Cinkni mi 909 80 50 40 nebo písni SMS na 909 15 40 s kódem 40KBL a tvůj text!

ANALNÍ ŠÍLENSTVÍ!

Rozvedená maminka Ilonka 36. Chci ZHAVOU JEDNORÁZOVKU! Pořádne do hloubky mého zaděčku! Brnkni mi 909 90 99 25 kód XAE59



• Pro manžela jsem cudná dáma, ale za jeho zády se měním v pěknou dračici! Chci chlapa s perversním APETITEM! JEN TAJNĚ! M. Ozvi se 909 801 801 nebo pošli SMS na 909 15 45 s kódem 69GPV a tvůj text!

ODMĚNA ZA FOTO 800 korun

POŠLI NÁM ZPRÁVU, FOTKU NEBO VIDEO A TĚŠ SE NA JEJICH UVEŘEJNĚNÍ. NEJLEPŠÍ SNÍMKY ODMĚNÍME ČÁSTKOU 800 KORUN.

Více na WWW.METRO.CZ

STAŇ SE REDAKTOREM METRA A VYDĚLEJ SI!
Pošli nám zprávu, fotku nebo video a těš se na jejich uveřejnění. Nejlepší snímky odměníme částkou 800 korun.
Více na WWW.METRO.CZ

metro
NOVINY K NEZAPLACENÍ

Sudím pomohou nové technologie

Na fotbalovém mistrovství světa v Brazílii by již neměly vznikat diskuse o tom, zda míč přešel brankovou čáru.



Rozhodčí sprejem označí místo před přímým kopem. AP

Vůbec poprvé na vrcholném turnaji budou mít rozhodčí k dispozici technologii hlídající pozici míče v brance. Stane se tak čtyři roky poté, co na minulém šampionátu rozvířil debatu ohledně zavedení videa chybně neuznaný gól Anglie, který přispěl k jejímu vyřazení v osmifinále s Německem.

Mezinárodní fotbalová federace v čele s prezidentem Seppem Blatterem se sice zavedení technologií bránila, ale i kvůli tomuto momentu tlaku podlehla a v červenci

2012 pravidlová komise IFAB nový systém schválila.

Z několika testovaných technologií se osvědčila verze GoalControl. Ta funguje na základě sedmi vysokorychlostních kamer snímajících každou branku. Ty odesílají

digitalizovaná data do počítače, který záběry vyhodnotí a zašle zprávu do speciálních hodiněk na ruce rozhodčího. Celý proces netrvá ani vteřinu a sudí má potvrzený gól už ve chvíli, kdy se míč ještě třepe v síti. **ČTK**

Memoriál. Oštěp vyhrála Špotáková

Pražská Juliska včera hostila mezinárodní atletický mítink, na kterém byly k vidění také české hvězdy. A dařilo se jim. V hlavním závodě memoriálu v běhu na 1500 metrů mužů se blýsknul osobním rekordem Jakub Holuša. Ten tuto vzdálenost zaběhl za 3:36.32.

Nejlépším letošního výkonu dosáhl také oštěpař Petr Frydrych, který hodil 85,07 metru. „Měl jsem dneska cíl dosáhnout Vítova (Vítězslav Veselý, loňský mistr světa v oštěpu - pozn. red.) letošního rekordu, který byl 83, 80. Ale pak když jsem házel od začátku všechno za osmdesát takovými ošklivými hodama, tak jsem měl trochu, jak se říká, černo před očima, a myslil jsem si i na lepší výkon, třeba i 87 metrů,“ řekl Frydrych po závodě.

Na závěr se divákům na Julisce předvedly oštěpařky včetně Barbory Špotákové, která absolvovala teprve druhý ostrý start po mateřské pauze. A dvojnásobná olym-



Barbora Špotáková ČTK

pijská vítězka také bez problémů na domácí půdě zvítězila, a to hodem dlouhým 64,08 metru. „Tady je to taková povinnost, abych vyhrála. Jsem ráda, že se mi to povedlo, i ten výkon je docela solidní. Ale jinak jsem trochu zklamaná. Byl špatně vymyšlený časový program, dlouho jsme čekaly, než začnem,“ postěžovala si světová rekordmanka. Se svým návratem k oštěpu je spokojená. Poprvé v letošní sezoně startovala minulý týden na Diamantové lize v Římě, kde hodila 66, 43 metru. **ROMANA BARBOŘÍKOVÁ**

Zprávy krátce

KHL bez Spartaku

Spartak Moskva nebude podle ruských médií hrát v příští sezoně v Kontinentální hokejové lize. Slavný klub měl v minulém ročníku velké finanční problémy a řadu měsíců dlužil platy hráčům.

Nový majitel

Novým většinovým vlastníkem hokejové Slavie bude podle Aktuálně.cz Vladimír Pitter, který odkoupí 69,9 procenta akcií od Richarda Benýška, takže bude držet 99,9 procenta. **ČTK**

Kondice. Kvitová teď hledá trenéra

Tenistka Petra Kvitová se dohodla na ukončení spolupráce s kondičním trenérem Markem Všetíčkem. Pod jeho dohledem se ještě připravovala na blížící se Wimbledon,

po něm si už vybere jeho nástupce. S uznávaným trenérem se dala dohromady díky tomu, že v té době chodila s Radkem Štěpánkem. S tím se ale v dubnu rozešla. **ČTK**

Číslo dne

7

Bývalý fotbalový brankář Martin Vaniak po sedmi letech opustí Slavii. K dohodě totiž míří jednání s Bohemians Praha 1905, kde má dělat asistenta novému trenérovi Romanu Pivarníkovi jako kouč brankářů.

INZERCE



Je čas vyrazit na pořádnou dovolenou

www.dovolena.idnes.cz



Chorvatsko

již od **3 890 Kč** s polopenzí



1 m² za 1 Kč

Vyhrajte byt za 2,5 milionu

s Haló, tady Impulsovi

Nabízíme plně vybavený nízkoenergetický byt k nastěhování. Preferujeme pohodového pohotového zájemce. Stačí poslat registrační SMS a náš agent vám zavolá některé ráno. Klíčem k bytu je ohlásit se Haló, tady Impulsovi. S hypotékou vám nepomůžeme, výherce totiž získává vybavený byt v hodnotě 2,5 miliónu zdarma.



bydlení
nové
generace

Park
Hloubětín

Cena za 1 SMS je 30 Kč. Službu provozuje Expansion Group, a.s., Karla Engliše 519/11, 150 00 Praha 5, tel.: 602 439 999 (po-pá 9-16 hod.). Technické zajištění ATS, s.r.o., Na Hřebenech II, 140 70, Praha 4, tel.: 776 999 199 (po-pá 9-16 hod.), infolinka@atspraha.cz

