

OTEVŘETE DOMA OKNA. BUDETE SE CÍTIT LÉPE

PŘI NEVHODNÉM VĚTRÁNÍ MŮŽE DOCHÁZET KE VZNIKU PLÍSNÍ STRANA 10

metro

mojemetro | denikmetro

Úterý, 12. února 2019

Č. 30, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč
/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Slavěna, Slávka



INZERCE

Náporu slev dokáže odolat polovina Čechů

Slevy a výprodeje. Podle psychoterapeutů je „výhodnější“ nakupování formou náhradní cesty při frustraci. **Nejnáchylnější.** Ženy a lidé ve věku 15 až 29 let. **Ušetřené peníze.** Později si lze koupit vysněnou věc STRANA 4

Atletické hvězdy v Ostravě

Už dnes večer proběhne v Ostravě mezinárodní atletický mítink Czech Indoor Gala 2019. Divákům se představí také kanadský koulařský šampion Tim Nedow či Ewa Swobodová, aktuálně vedoucí žena na nejkratším sprintu. K vidění budou i výkony domácích reprezentantů, například Pavla Masláka, který ovládl mítink světové tour v Karlsruhe. Na snímku další účastníci, zprava dálkař Radek Juška a sprinter Zdeněk Stromšík a Michael Rodgers z USA. ČTK



Ve Venezuele těží horninu se zlatem

V době hroující se venezuelské ekonomiky se vydalo do džungle 300 tisíc lidí, aby v provizorních podmínkách dobývali horninu obsahující zlato. STRANA 6

„Můj syn si říká Duda“

Herec Jakub Kohák se ve svém sloupku vyznává z lásky ke svému synovi Jiřímu. Ten slaví třetí narozeniny. STRANA 8

INZERCE

Máte bolesti kvůli endometrióze?

Studijní centrum hledá ženy pro účast v klinickém hodnocení, ve kterém se bude posuzovat, jestli by mohl hodnocený přípravek zmírnit bolest způsobenou endometriózou.

Tohoto klinického hodnocení se mohou zúčastnit ženy, které:

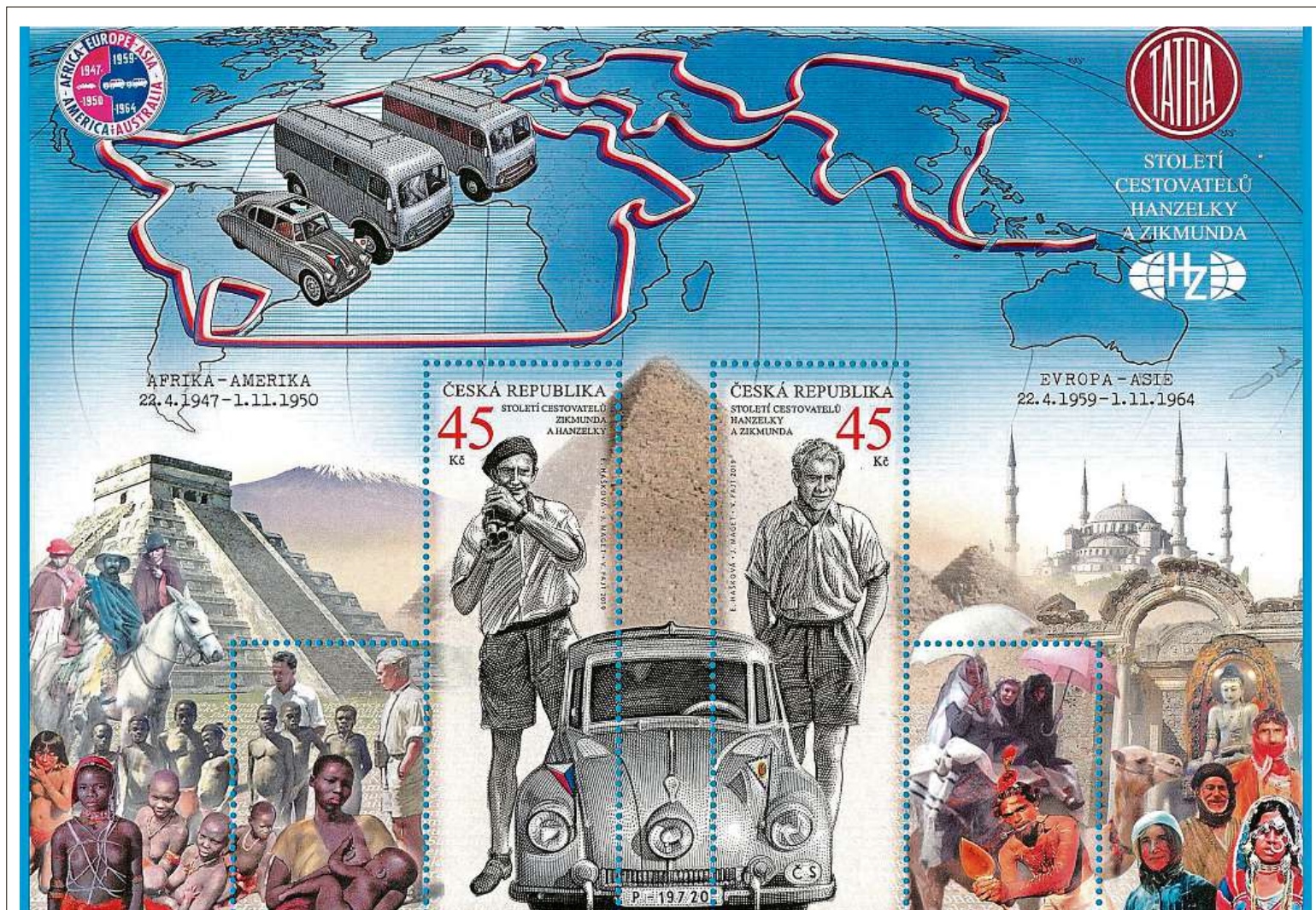
- ♦ jsou ve věku od 18 do 50 let
- ♦ mají každý měsíc menstruaci
- ♦ zaznamenávají bolestivé příznaky způsobené endometriózou
- ♦ podstoupily během posledních 10 let operační zákrok zjišťující endometriózu
- ♦ budou platit i další požadavky

Zavolejte prosím na číslo +420 733 532 512, kde můžete obdržet další informace a zjistit, zda jste způsobilá k účasti v tomto klinickém hodnocení.

Pokud budete způsobilá, budete dostávat hodnocený přípravek a péči související s klinickým hodnocením zdarma, a navíc můžete obdržet náhradu cestovních nákladů.

Protokol MVT-601-3101/3102, Nábrový plakát 1, V 14. listopadu 2017





Speciální edice známek k 100. narozeninám Miroslava Zikmunda

Výstavy, projekce filmů i radioamatérské vysílání připomenou sté narozeniny Miroslava Zikmunda, které oslaví ve čtvrtek. V ten den vyjde speciální edice známek České pošty, které uctí i Zikmundova celoživotního přítele Jiřího Hanzelku. Cestovatelům bude částečně věnován také zlínský filmový festival, letos zaměřený na objevování a cestování. Ve Zlíně, kde Zikmund žije, chystá akce Muzeum jihovýchodní Moravy, které spravuje archiv cestovatelů, a Klub H+Z. „Celý tento rok je připomínkou stých narozenin pana Zikmunda,“ rekla členka výboru klubu, pracovnice zlínského muzea a Zikmundova spolupracovnice Magdalena Preiningerová. „Už loni jsme vydávali dvouletý kalendář složený z fotografií Hanzelky a Zikmunda velkého formátu,“ uvedla Preiningerová. Připravuje se výstava dvou mladých plzeňských cestovatelů, kteří se loni vydali po stopách Hanzelky a Zikmunda v Asii. Výstava bude nejdříve v Plzni, kde se Zikmund narodil, v létě bude k vidění ve Zlíně. Na zlínském filmovém festivalu připomenou cestovatele projekce jejich filmů, připraveny budou i besedy.

ČESKÁ POŠTA

Jména restaurací s podivným původem hovězího masa

Kauza s masem z Polska odhaluje další problémy.

Od propuknutí kauzy s nevyhovujícím hovězím polským masem provedla Státní zemědělská a potravinářská inspekce (SZPI) intenzivní kontroly v obchodní síti i v provozovnách společného stravování. Inspekce realizovala přes 1100 kontrol a ve třech případech došlo ke klamání spotřebitele o zemi původu masa. SZPI při kontrolách ověřuje

zejména pravdivost deklarovaných údajů o původu masa i korektní způsob uvádění informací pro spotřebitele. Pozornost zaměřuje také na kontrolu nabývacích dokladů a prověřuje, zda nejsou uváděny na trh potraviny neznámého původu. Kontrolní výsledky od počátku kauzy naznačovaly, že jsou provozovatelé potravinářských podniků, jde-li o uvedenou komoditu, obezřetnější, avšak aktuální výsledky intenzivní kontroly napříč všemi kraji ČR ukazují, že se případy klamání spotřebitele o původu masa objevují a v pořádku

není ani stav kontroly dokladů prokazujících původ a dohledovatelnost masa.

V celkem 48 případech nebyli provozovatelé v průběhu kontroly schopni předložit nabývací doklady k použitým surovinám a byli vyzváni k jejich dodatečnému předložení. Z následně dodaných nabývacích dokladů bude dále možné posoudit pravdivost informací o původu hovězího masa deklarovaných v nabídce a výčet nevyhovujících zjištění tak nemusí být konečný.

Ve třech případech pak došlo k jasnému klamání spotřebitele o zemi původu masa.

Týkalo se to restaurací Mexita v Hradci Králové a Pizzerii Ciao z Děčína, kde restaurátoři nabízeli steaky i suroviny z argentinského masa, ačkoliv maso prokazatelně pocházelo z Brazílie.

Menu National restaurantu v Mariánských Lázních pro změnu slibovalo carpaccio z jihoamerické hovězí svíčkové. Přitom kontrola SZPI zjistila, že pokrm obsahoval dle deklarace na obalu maso původem z Nizozemska.

V dalších dvou provozovnách bylo skladované maso na místě vyhodnoceno jako nevhodné k lidské spotřebě

(maso s prošlým datem použitelnosti a zkažené maso) a inspektoři nařídili zákaz jeho uvádění do oběhu. S kontrolovanými osobami bude zahájeno správní řízení o uložení pokuty.

O původ masa v restauracích se veřejnost a média začala zajímat poté, co ministr zemědělství Miroslav Toman (za ČSSD) minulý týden poslancům zemědělského výboru řekl, že některé luxusní restaurace v Praze vydávají polské maso za argentinské. Ve čtvrteční tiskové zprávě ministerstvo Tomanova slova mírnilo. **idnes.cz**

Žaloby na Zemana

Vysoké školy jsou i nadále ve sporu s prezidentem.

Univerzita Karlova podala k pražskému soudu dvě správní žaloby na prezidenta Miloše Zemana, a to kvůli jeho rozhodnutí nejmenovat fyzika Ivana Ošťádal a historika umění Jiřího Fajtu profesory. Podle rektora školy Tomáše Zimy tím prezident porušil pravidla pro jmenování profesorem a akademické svobody. Prezidentův mluvčí Jiří Ověčáček sdělil, že Zeman na svém rozhodnutí trvá. „Podle našeho názoru pravidla a zákony musí platit pro všechny, pro každého občana jed-

notlivě, jak pro rektora, tak i pro pana prezidenta,“ řekl včera Zima. „V tuto chvíli se jedná o porušení pravidel a akademických svobod na Univerzitě Karlově, ale v budoucnu se to může týkat každého z vás,“ poznamenal rektor. Jmenování obou mužů podle něj „výrazně doporučily“ vědecké rady při tajném hlasování. Prvním argumentem univerzity je to, že prezident nemůže věcně přezkoumávat, zda je uchazeč o profesuru dostatečně odborně či morálně způsobilý. Tuto pravomoc totiž zákon svěřuje orgánům vysokých škol. Druhý argument spočívá v tom, že dané rozhodnutí prezidenta měl spolupodepsat premiér či jím pověřený ministr, což se nestalo. **ČTK**



Kluci postavili tatrovku ze stovek dílů

Motor běží! radují se uční Střední průmyslové školy v Třebíči v automobilce Tatra Trucks v Kopřivnici. Včera tam poprvé nastartovali nákladní automobil Tatra Phoenix, který z dodaných dílů poskládali během praktické výuky. Deset učňů třetího ročníku na stavbě vozu pracovalo zhruba tři měsíce, dohlíželi na ně tatrováčtí technici. Stovky dílů nákladního vozu včetně komponentů unikátního tatrováckého podvozku s centrální nosnou rourou, kabiny a motoru s převodovkou automobilka do školy dopravila v létě. „Kluci vůz stavěli postupně – podvozek, motor, převodovku, kabínu, rozvody, vzduchotechniku a tak dál. Chodili tam dvakrát týdně,“ popsal ředitel školy Zdeněk Borůvka. Během tří měsíců byl vůz hotový. Po potřebných zkouškách bude tatrovka sloužit jako sypač na Vysočině. **ČTK**

Spory s prezidentem

Výběr nejznámějších případů:

• Nejmenování profesorů.

Tento případ se táhne už čtyři roky. Prezident odmítá docenty Ivana Ošťádal a Jiřího Fajtu jmenovat profesory. V roce 2015 své rozhodnutí zdůvodnil prohřešky kandidátů z minulosti. Rozhodnutí odůvodnil u Ošťádal jeho kontakty s komunistickou StB, v případě Fajty informací o tom, že Národní galerie chtěla od Komerční banky, aby část sponzorského daru sloužila jako příspěvek k Fajtovu platu.

• **Peroutkův text.** V lednu 2015 u příležitosti 70. výročí osvobození koncentračního tábora v Osvětimi Zeman tvrdil, že novinář Ferdinand Peroutka velebil svým článkem nacisty.

Podle něj napsal článek s titulkem Hitler je gentleman. Ani po snahách hradního mluvčího Jiřího Ověčáčka se tento text nepodařilo najít. Peroutkova vnučka Terezie Kaslová se několik let domáhá omluvy.

• **Zeman je nemocný.** Brněnský politik Svatopluk Bartík v roce 2017 na Facebooku napsal, že prezident Miloš Zeman má rakovinu v posledním stadiu a zbývá mu pár měsíců života. Státní zástupce včera zamítl stížnost Hradu proti odložení trestního oznámení týkající se této kauzy. Bartíkovi s konečnou platností nehrozí trestní stíhání. Prezident bude pokračovat v civilním sporu, ve kterém po Bartíkovi požaduje omluvu a pět milionů korun.

Krátce

Kradli samopaly

Za krádeže zbraní po výbuchu v bývalém muničním areálu ve Vrbčticích na Zlínsku včera soud uložil šesti lidem tresty. Hlavnímu organizátorovi 34 měsíců vězení. Kráde-

že se děly po výbuchu areálu. Obvinění do něj vlezli a kradli samopaly či výbušniny, některé z nich pak prodávali. Jednou z potrestaných je Yvona Lopraisová, která část zbraní schovala ve sklepě. **ČTK**



Yvona Lopraisová **ČTK**

Strážníci omylem dostali milion

Policie řeší případ neoprávněného vyplacení mezd městským strážníkem v Jirkově. Ti v letech 2015 až 2017 dostali navíc téměř milion tři sta tisíc korun, neměli na ně však nárok. Rozdíl ukázala kontrola. **iDNES.cz**

Číslo dne

744

Toolik tisíc návštěvníků z 50 zemí loni dorazilo do Plzeňského Praždroje. Stále větší ohlas mají zážitkové programy. Z akcí byl úspěšný Pilsner Fest, kam přišlo 55 tisíc lidí.

180

Brněnská policie žádá o pomoc. Hledají akordeon typu Pignini 58/B De Luxe. Zloděje sice chytili, ale už bez nástroje. Chmaták ho ukradl mladému muzikantovi v jednom z brněnských divadel. Nástroj je v hodnotě sedmi tisíc eur, v přepočtu 180 tisíc korun.

INZERCE



Jaromír **HANZLÍK**
Alena **ANTALOVÁ**
Igor **BAREŠ**

v kinech od **14. ÚNORA**

producent a režie: Jiří Adamec
producent a scénář: Jaromír Hanzlík

GENERAL PARTNER: **Prime** PARTNER: **CINEMA**, **CPP**, **CEPRO**, **PŘEROST A SVORC AUTO**, **Svíjany**, **ORASIA**
MEDIA PARTNER: **ZIMPEL**, **magazín**, **INPROZNYCE**, **TOTALFILM**, **EuroZpravy.cz** DISTRIBUTOR: **HONOL**

Slevová šílenství probouzejí v našem mozku centrum slasti

Sale! Výprodej! Obchodníci z nás mají peníze všemi způsoby. Proč jim podléháme?

Slevy a výprodeje se už dávno neomezují jen na leden. Prodejci je nabízejí v podstatě celoročně. Mají pro nás leckdy „fantastické“ slevy až 80 procent. „Novoroční nákupní horečka našich klientů, kteří platili kartami, kulminovala druhý a třetí lednový týden.“ řekla deníku Metro Jana Karasová, mluvčí Air Bank. Každý zmíněný týden klienti jen této jediné banky nakoupili ve výprodejním období za více než miliardu korun.

Podle nejnovějšího průzkumu ING Bank dokáže náporu slev odolat pouze polovina

z nás. Nejnáchylnější jsou k tomuto počínání ženy a věková kategorie mezi patnácti až devětadvaceti lety. „Problém je v tom, že slevy na začátku roku jen málokdy ušetří peníze,“ komentuje slevovou mánií Martina Jakelová z komunikační agentury Havas. „Prodejci buď krátkodobě zvýší ceny, aby pak mohli prezentovat vysoké slevy, nebo vůbec neuvádějí původní cenu,“ dodává Jakelová.

Útoky jsou opravdu nelítostné. Původní americký Black Friday, který fungoval vždy jenom jediný pátek, se v Česku transformoval v téměř celoroční formu výprodejů. Skutečných i smyšlených. Vedle toho můžeme nakupovat takřka neustále nejen v e-shopech. Například nábytkářský řetězec nyní láká dvakrát do měsíce na nákupy v noci. Se slevou, samozřejmě.

„Nakupování, zvláště to přehnané, je, zjednodušeně

řečeno, určitá forma náhradní cesty při frustraci,“ vysvětluje psychoterapeutka Daniela Vizinová. „Slyšela jsem také názor, že nakupování ve slevách aktivuje centra slasti, podobně jako u jiných činností, kde nám to ale připadá logičtější,“ dodává.

Dá se výprodejovému nátlaku vůbec odolat? Poradkyně pro životní styl a jeho změny Martina Vieweghová říká, aby si ten, kdo se nedokáže zbavit závislosti na nakupování nebo neumí odolávat slevám, vytvořil opačný návyk. „Odepřete si nákup, ale spojte si toto odepření s tím, že za ušetřené peníze si můžete za čas dopřát vysněnou věc,“ vysvětluje poradkyně. „Zkuste si sami zodpovědět otázku: Z čeho budete mít lepší pocit? Z toho, když si stovku odložíte, nebo když ji utratíte,“ komentuje Vieweghová.

Jak také ukazuje průzkum, téměř třetina dotázaných se

Black Friday

1952

V tomto roce zavedli v USA poprvé výprodejové akce den po listopadovém Dni díkůvzdání. Až později se vžil označení Black Friday.

2011

V listopadu tohoto roku se Češi poprvé setkali s akcí Black Friday.

Mají nás na háku

Triky se slevami byly, jsou a budou.

- Česká obchodní inspekce eviduje dlouhodobě pochybení u výprodejů ve 43 procentech. V extrémních případech jsou slevy fiktivní až při 50 procentech kontrol.

- Slevy inzerované na stojanech a v regálech nejsou často v pokladním systému, zákazník tak platí, pokud si toho nevšimne, vyšší cenu.

nedokáže vzdát menších nákupů, aby si počkali a pořídili něco, co je dražší, a odložit peníze a nákup na pozdější dobu. Slevy pak naše rozhodnutí ještě víc nahlodají. Zvláště když narazíme na všudypřítomné slogany „zboží za polovinu“ nebo „pouze tento ví-

kend“. „Cítíme nátlak, bojíme se potenciální ztráty a nakupujeme věci, které pak leží ladem ve sklepech,“ vysvětluje Jakelová. „Prodejci jen využívají naší nevědomosti, a přitom mají za úkol jediné – vyprázdnit regály pro nové zboží,“ dodává Jakelová. **PAVEL HRABICA**

INZERCE

NA ♥ JSOU PODĚBRADY

Velikonoce v Lázních Poděbrady

Dopřejte si wellness pobyt s procedurami a kulturním programem v termínu od 19. - 22. 4. 2019

Délka: 4 dny / 3 noci

Stravování: polopenze

Procedury: uhlíčitá koupel, přísadová koupel, částečná masáž, parafínový zábal na ruce, solná jeskyně

Program: vstupenka na Křeslo pro hosta s Marcelou Holanovou, velikonoční koncert, velikonoční pomlázka a poukázka do kavárny

Cena od 4.790 Kč

LÁZNĚ PODĚBRADY
AKČIOVÁ SPOLEČNOST

Tel.: 326 530 500
www.lazne-podebrady.cz/velikonoce



Karel Gott byl opět v nemocnici

Zpěvák Karel Gott skončil minulý týden kvůli opětovnému zánětu dýchacích cest v nemocnici. Další případný zápal plic nebo průdušek by mohl zpěváka ohrozit na životě. Zpěvák už byl podle své mluvčí propuštěn do domácí léčby. Gott byl hospitalizován v pražské nemocnici na Karlově náměstí. Zpěvák putoval do nemocnice jen krátce poté, co se minulou neděli vrátil z pobytu ve Špindlerově Mlýně, píše deník Blesk. Gott byl ze stejného důvodu v nemocnici v listopadu. Koncem roku 2015 diagnostikovali lékaři Gottovi zhoubné nádorové onemocnění mízních uzlin, takzvaný non-Hodgkinův lymfom. Umělec okamžitě zahájil cílenou onkologickou léčbu a zrušil všechny své naplánované koncerty. Po šesté chemoterapii ukázala následná vyšetření, že nádorové onemocnění zcela vymizelo. Na snímku z konce ledna je Gott s Felixem Slovákem, kdy Mistr vystoupil na plese Czech Top 100 na pražském Žofíně.

PROFIMEDIA.CZ

SAMSUNG

Galaxy A7

Vyladili jsme cenu



-22 %

Samsung Galaxy A7

6" FHD+ sAMOLED displej

RAM 4 GB, interní paměť 64 GB

Trojité zadní fotoaparát 24 + 5 + 8 Mpx

Čtečka otisku prstů na boku telefonu, Dual SIM

~~8 999,-~~

6 999,-

obj. kód: SAMO0163b2

Odborník na smartphony



alza.cz

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

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 12. 2. 2019 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.

Těží zlato pro Madurův režim

Většina drahého kovu putuje do Turecka. To se stalo významným obchodním partnerem Venezuely.

Nejúspěšnější finanční operace Venezuely se v posledních letech neodehrávaly na Wall Street, ale v primitivních dolech na jihu země. V době hroučící se ekonomiky se vydalo do džungle 300 tisíc lidí, aby tam v provizorních podmínkách dobývali horninu

obsahující zlato. Lopatami a krumpáči tak podporují levicovou vládu prezidenta Nicoláse Madura. Podle centrální banky vláda od roku 2016 odkoupila od těchto horníků 17 tun zlata v hodnotě asi 650 milionů dolarů, což je kolem 15 miliard korun.

Horníci placení bezcennými venezuelskými bolívary vládě obstarávají tvrdé platidlo, za něž se nakupují potřebné potraviny a další zboží. USA se snaží sankcemi Madurovi znemožnit používat zlato k udržení se u moci. Administrativa prezidenta Donalda Trumpa tlačí na Británii, aby nevydala Venezuele její

zlaté rezervy v hodnotě 1,2 miliardy dolarů uložené v Bank of England. USA také pokáraly investiční firmu z Abú Zabí za nákup venezuelského zlata a varují ostatní.

Madurův zlatý program je znám, nikoli ale to, jak funguje. Agentura Reuters hovořila se 30 obeznamenými lidmi, kteří ale odmítli nechat zveřejnit svá jména. Jsou mezi nimi horníci, prostředníci, obchodníci, vědci, diplomaté i vládní činitelé. Pomohli objasnit zoufalý experiment Venezuely.

Americké sankce dopadly na její národní ropný průmysl a ochromily její možnost

půjčovat si. Oficiální těžbu zdecimovalo znárodnění. Proto Maduro ponechává amatéry drancovat minerální bohatství bez regulací a státních investic. Většinu zlata Venezuela prodává tureckým rafinériím a část výnosu využívá k nákupu zboží. Základem Madurova dotovaného potravinového programu jsou turecké těstoviny a sušené mléko. Loni obchodní výměna mezi oběma zeměmi vzrostla osmkrát. Ankará americké ministerstvo financí ujistila, že veškeré její obchody s Caracasem jsou legální. V roce 2016 Venezuela oznámila, že Turecké aerolinie začnou pro-

vozovat přímé lety mezi Caracasem a Istanbulem, což překvapilo, neboť poptávka po spojení mezi oběma zeměmi není velká. Podle údajů letadla převážejí nejenom pasažéry. Od začátku roku 2018 začala venezuelská centrální banka vozit do Istanbulu zlato. Jen několik týdnů předtím byl Maduro na návštěvě v Turecku. Loni se převezlo zlato za devět set milionů dolarů.

I kritici přiznávají, že se Madurovi podařil trik získat cenný kov za inflaci znehodnocený bolívar zaplacený horníkům. Dokázal ze slámy vyrobit zlato. **ČTK a MET**

INZERCE

NIKDO VÁM NEZAKAZUJE MÍT SVŮJ VLASTNÍ NÁZOR

ParlamentníListy.cz



Čtyři ceny Grammy pro Musgravesovou

Nejvíce cen Grammy – po čtyřech – dostali v posledním ročníku těchto prestižních ocenění countryová zpěvačka Kacey Musgravesová (na snímku) a rapper Childish Gambino. Musgravesová byla kromě alba roku oceněna rovněž za nejlepší countryové album a nejlepší píseň a nejlepší sólové vystoupení v žánru country. Mezi vítězi byl letos opět i čtyřicetiletý americký exprezident Jimmy Carter, který dostal už potřetí cenu v kategorii nejlepší mluvené slovo, tentokrát za audioverzi své knihy Faith: A Journey for All (Víra: Cesta pro všechny).

AP

Krátko

Žák zabíjel v běloruské škole

Učitelku a spolužáka zavraždil včera patnáctiletý chlapec na střední škole ve městě Stoubcy u běloruského Minsku. Zranil další dva studenty. Po útoku vyskočil z okna v prvním patře a utekl. Policisté ho po dvouhodinovém pátrání zadrželi. **ČTK**

Blíží se výročí vraždy Kuciaka

Server Aktuality.sk zveřejnil celou nahrávku rozhovoru podnikatele Mariána Kočnera s později zavražděným novinářem Jánem Kuciakem. Rozhovor se uskutečnil v září 2017. Novinář byl zavražděn spolu s přítelkyní Martinou Kušnířovou 21. února loňského roku. **MET**



Do Bílého domu?

Demokratická senátorka Amy Klobucharová včera oznámila, že se bude ucházet o nominaci Demokratické strany na úřad prezidenta USA. Její předkové přišli do Spojených států z území nynějšího Slovinska. **AP**

Sudoku

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

Počasí

| DNES | ZÍTRA | ČTVRTEK | PÁTEK |
|------------------|------------------|------------------|------------------|
| | | | |
| Min. 0 Max. 4 | Min. 2 Max. 6 | Min. 5 Max. 9 | Min. 5 Max. 9 |

Stupeň zátěže pro dnešek: bio 1

Mírná zátěž. Stupeň zátěže umožňuje běžný denní režim bez omezení, pouze s přihlednutím k aktuálnímu zdravotnímu stavu.

Teplotní rekordy: -26, °C / 13,7 °C

Roky výskytu: 1929/1958

Napište svou bublinu



„Teď královnou jsem já...“

KATKA FRANCOUZOVÁ
Facebook

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



Napadá vás vtipný popisek?

Kvíz

- Na rozlehlém Apeninském poloostrově leží pouze Itálie, Vatikán a:
 - Monako
 - San Marino
 - Lichtenštejnsko
- Hudební alba Supa Dupa Fly nebo Da Real World patří ke jménu:
 - Missy Elliott
 - Eminem
 - Vanilla Ice
- Slavná bitva u Trafalgaru s britským vítězstvím se odehrála v roce 1805 u:
 - Holandska
 - Francie
 - Španělska
- Řikání o vile Amále je animovaný seriál známý díky večerníčům z roku:
 - 1975
 - 1985
 - 1995
- Marie Stuartovna, narozená roku 1542, byla královna skotská, ale i královna:
 - španělská
 - francouzská
 - holandská

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

ČT1

- 12:30 Sama doma
- 14:00 V porodnici
Povídka z cyklu Bakaláři
- 14:15 Zpátky se Sobotou
- 15:10 Doktor Martin VIII
- 15:55 To je vražda, napsala X
- 16:45 Cestománie
- 17:15 AZ-kvíz
- 17:40 Černé ovce
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 Kde domov můj?
- 18:55 Události za okamžik a počasí
- 19:00 Události
- 19:50 Branky, body, vteřiny



- 20:00 **Jedna ruka netleská**
Komedie (ČR, 2003).
Černá komedie o věčném smolaři. Hrají: I. Trojan, J. Macháček, M. Taclík, K. Pollertová-Trojanová, J. Tříska a další. Režie D. Ondříček

- 21:45 **Columbo**
Krimiseriál (USA, 1975)
- 23:19 **Výsledky losování Šťastných 10 a Euromilióny Taggart**
Kriminální cyklus (VB, 2000)
- 01:00 **Na stopě**
- 01:25 **Zajímavosti z regionů**
- 01:50 **Pod pokličkou**
- 02:15 **Dobré ráno**
- 04:45 **AZ-kvíz**
- 05:15 **Černé ovce**
- 05:30 **Události v regionech**

ČT2

- 13:05 Uzamčený svět (3/6)
- 13:45 Svědkové času II (1/3)
- 14:15 Lovci mamutů
- 15:05 Soluňský Čížek
- 15:55 Hitlerova vražedná mašinerie (3/3)
- 16:50 Báječné krajiny (4/5)
- 17:35 Alpami nejen za sněhem
- 18:00 Rodina je nejvíc (5/7)
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Divnopis
- 19:00 Uchem jehly
- 19:25 Jan Erazim Vocel
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



- 20:00 **Peklo pod hladinou (6/6)**
Řádění německých ponorkových vlčích smeček v Atlantiku způsobilo spojeneckým konvojům těžké ztráty

- 20:50 **Evropská rodina Coudenhove-Kalergi**
- 21:45 **Pouta**
Psychologické drama (ČR/SR, 2009)
- 00:05 **Babylon Berlín (7/16)**
- 00:50 **Babylon Berlín (8/16)**
- 01:40 **KGb versus CIA: Soubor v Berlíně**
- 02:35 **Příběhy železné opony**
- 02:50 **Hranice dokořán – Rozmówki polsko-české**
- 03:15 **Ze zoo do zoo**
- 03:40 **Okno do věčnosti**
- 04:10 **Hlavnice zpívá a tančí**

NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:25 Krok za krokem III (23)
- 12:45 Ordinance v růžové zahradě 2 (389)
- 14:05 Mentalista (5)
- 15:00 Mentalista (6)
- 15:55 Kriminálka Miami VI (18)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Co na to Češi
- 18:25 Ulice (3612)
- 19:25 Seriál (ČR, 2019)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



- 20:20 **Ordinance v růžové zahradě 2 (871)**
Seriál (ČR, 2019).
V rodině Mázlů se schyluje k průvilhu: načapá Čestmír svoji dceru in flagranti s Rytířem? Vilka napadne šílený pacient. Hrají: Z. Adamovská, P. Rychlý, P. Štěpánek, M. Etzler, R. Fiala, M. Stránský a další

- 21:40 **Vikend**
- 22:35 **Námořní vyšetřovací služba XV (22)**
- 23:25 **Beze stopy VII (17)**
- 00:20 **Mentalista (5)**
- 01:15 **Mentalista (6)**
- 01:55 **Kriminálka Miami VI (18)**
- 02:35 **Krok za krokem III (23)**
- 03:15 **Co na to Češi**
- 03:55 **Ordinance v růžové zahradě 2 (389)**

PRIMA

- 12:20 Polední zprávy
- 12:35 Jake a Tlusťoch V (20)
Nedělám nic špatného
- 13:30 Doktor z hor:
Nové příběhy II (11)
Krásné hloupé
- 14:30 Komisař Rex IV (10)
Pomsta
- 15:30 Komisař Rex IV (11)
- 16:35 Odpolední zprávy
- 16:50 Policie v akci
- 17:50 Prostřeno!
- 18:55 Velké zprávy
- 19:40 Divožky
- 19:55 TOP STAR



- 20:15 **Krejzovi (41)**
Komedijní seriál (ČR, 2018). Viky začne mít zvládnuté otázky a Báře nezbude než s ní promluvit o sexu. Lukymu ale její vysvětlování přijde příliš naivní a vezme sexuální výchovu Viky do svých rukou. Hrají O. Navrátil, V. Hybnerová, M. Plánková, F. Blažek, J. Šťastný, M. Suchánek, I. Korolová, M. Novotný, J. Komínek

- 21:35 **Policajti z centra (5)**
Krimiseriál (ČR/SR, 2012)
- 22:50 **TOP STAR magazín**
- 23:35 **Policie v akci**
- 00:30 **Komisař Rex IV (10)**
- 01:25 **Komisař Rex IV (11)**
- 02:15 **Doktor z hor:
Nové příběhy II (11)**

PRIMA COOL

- 12:10 Futurama VII (7)
- 12:40 Simpsonovi XIV (17)
- 13:10 Simpsonovi XIV (18)
- 13:30 COOLfeed
- 13:40 Simpsonovi XIV (19, 20)
- 14:40 Teorie velkého třesku V (4, 5)
- 15:35 Futurama VII (8)
- 15:55 COOLfeed
- 16:00 Špinavá práce (12)
- 17:00 Top Gear 2008
- 18:05 COOLfeed
- 18:15 Simpsonovi XIV (21, 22)
- 19:15 Simpsonovi XV (1, 2)
- 20:05 Úplně debilní zprávy



- 20:15 **To nejlepší z Top Gearu (2)**

- 21:20 **Teorie velkého třesku V (6)**
- 21:50 **Teorie velkého třesku V (7)**
- 22:15 **Partička**
- 23:00 **COOLfeed**
- 23:10 **Špinavá práce (12)**
- 00:10 **Partička**
- 00:55 **Živí mrtví VII (4)**
Hororový seriál (USA, 2016)
- 01:55 **24 hodin:
Nezastavitelný (7)**
Akční seriál (USA, 2016)
- 02:45 **Živí mrtví VII (4)**
Hororový seriál (USA, 2016)
- 03:45 **24 hodin:
Nezastavitelný (7)**
Akční seriál (USA, 2016)

OČKO

- 06:00 Ranní fresh
Vstávání s muzikou
- 09:00 Zpátečka
Co jsme hráli na Očku tento den v roce 2017
- 10:00 Očko hity
Klipy nonstop
- 12:00 Očko news
Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neuteče
- 12:05 Očko hity
- 14:00 Očko news
- 14:05 Očko trendy
- 14:30 Top 3 YouTube Chart
- 14:45 Očko trendy



- 15:00 **Očko news**
Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neuteče

- 15:05 **Mixxer Show**
Klipy na přání, soutěže a zajímaví hosté nejen z hudební scény
- 17:00 **Očko news**
Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neuteče
- 17:05 **Očko hity**
Klipy nonstop
- 19:00 **Očko news**
Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neuteče
- 19:05 **Moje desítka**
Top 10 klipů podle diváka Očka
- 20:00 **Očko hity**
Klipy nonstop
- 22:00 **CZ & SK**
- 23:00 **Očko flirt**

Sloupek

JAKUB KOHÁK

TATÍNEK JIŘÍČKA



DUDA

Okamžitě bylo nad slunce jasné, že bude bojovník. Známe ho od první vteřiny jeho života – a už tehdy měl sverpý, zaťatý výraz. Nějakou chvíli jsme nevěděli, jak se bude jmenovat, proto žil skoro týden beze jména, jen s příjmením. Nakonec jsme vybrali skvěle! Královské jméno, také jej nosí Bartoška, Schmitzer, Suchý, Schelinger, Sovák, Kolář, Kodet, Lábus... Ano, ti všichni nosí jméno JIŘÍ! Můj druhý syn. A zatímco první syn Honzík je „nejlepší kluk“, tak Jiříček dostal přízvisko „nejlepší chlapeček“. Od malička se uměl neskutečně šklebit, ale také krásně usmívat, přičemž obojí dokázal hbitě střídát

Citát

Jelikož však ještě neuměl mluvit, stal se z toho Duda. Parádní jméno!

na požádání, takže udělej šklebka a smajlíka byla jednu dobu naše nejpoužívanější slova. A také se poměrně brzy dokázal postavit a dělal panáčika, takže chodil po bytě a často bořil vše, co mu stálo v cestě... Z té doby pochází další jeho přezdívka Obr Jurčina. Ovšem zásadní jméno, které mu už zřejmě zůstane navždy, je DUDA. Začali jsme totiž nejlepšímu chlapečkovi říkat Jurko nebo Juro, takže jakmile dokázal sám něco říkat, začal se označovat Jura. Jelikož však ještě neuměl mluvit, stal se z toho Duda. Já jsem rád dvojnásob, protože se tak jmenuje můj oblíbený hokejista Parádní jméno! A tak máme doma veselého Duda, který z předškolky Mufánkov nosí slova jako pomůcky (to slovo jsem snad v životě neřekl) nebo ta hůlka je báječná. Když jsme si před týdnem četli (knížkovali) o náklonu zemské osy a že se díky tomu střídají roční období, řekl: „To je nějaký divný, co?“ A když Český rozhlas Plus pronáší: Když chcete vědět proč?!, tak má Duda vlastní verzi: „DDDDDDDD poč.“ Pokud něco nese, tak tátovi nebo mámovi... A vůbec, je to nejlepší chlapeček, Duda! A právě mu jsou tři roky! Miluji Tě!

Dopisy a vzkazy

Přesný čas?

Velké TV stanice do svého programu zařazují vysílání přesného času. Ty ostatní alespoň na silvestra. Jen s tou přesností je to problematické. Například čas na ČT se oproti přesnému času z vysíláče ve Frankfurtu u mě doma zpožďuje o čtyři sekundy a čas na Nově dokonce o osm sekund. Ke zpoždění asi dochází překonávaním překážek na cestě signálu ze studia až k televizi. S výjimkou scén z běčkových filmů, kdy se parta mafiánů nebo družstvo záškodníků chystá na sofistikovanou akci a nastavují si velitelský čas, si neumím představit, komu by tyto nepřesnosti mohly vadit. Stejně tak mě nenapadá komu, by mohly vadit rozdíly v časech východu a západu Slunce na 15. poledníku a 50. rovnoběžce, které se standardně mezi ČT a Novou liší o dvě, někdy o tři a výjimečně i o čtyři minuty. Na Nově obvykle Slunce vychází později. Buď mají jiné tabulky, nebo vzorec, ze kterého to počítají. Možná ale chtějí zmást čínské špióny.

MILAN TOMÁŠEK, PRAHA 8

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

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

Výrok dne



„Podle našeho názoru musí pravidla platit pro všechny.“

TOMÁŠ ZIMA, REKTOR
UNIVERZITY KARLOVY

Podle vedení univerzity není na prezidentovi nebo ministrovi, aby přezkoumávali, jestli mají akademici titul profesora dostat, či ne.

Slovo dne

SOFISTIKOVANÝ

(Z dopisu čtenáře na této straně)

Složitý, důmyslný, propracovaný, promyšlený

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK
CIZÍCH SLOV



INZERCE

HOROSKOP

na úterý 12. 2.

VĚŠTÍRNA LÁSKY!

Položte jakoukoli otázku! Nebojte se!

Zavolejte na **906 70 30 35** nebo napište SMS ve tvaru **46VXF** a váš text na číslo **904 30 55**

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

Beran 21/3–20/4
Nedodělky v domácnosti na vás vykouknou v době, kdy se vám to nejméně hodí. Víte-li o nějakých restech, pusťte se do nich!

Váhy 23/9–23/10
Opoziční postavení Marsu vůbec nepomáhá rodinnému soužití. Nechápete jejich odlišný pohled na svět a oni jsou stejně uzavření.

Byk 21/4–21/5
Někdo blízký vás zaskočí novinkou, která může významně zamíchat kartami v rodinném životě. Nebojte, nejde o žádnou velkou hrůzu.

Štír 24/10–22/11
Neuvažujete o změně adresy trvalého bydliště – nebo by stačila renovace stávajícího bydlení? Děti budou tímto nápadem nadšené.

Blíženci 22/5–21/6
Rodinné vztahy jsou s každým dalším únorovým dnem napjatější a tato atmosféra graduje v polovině měsíce. Buďte trošku trpěliví!

Rak 22/6–22/7
Svým blízkým moc nedůvěřujete a vnímáte ochlazení dřívějších vztahů. Přitom za stávající stav může naprostá hloupost.

Kozoroh 22/12–20/1
Chováte se jako zodpovědní rodiče a partneři, kteří si jsou vědomi svých závazků. Z morálního naladění máte opravdu dobrý pocit.

Lev 23/7–22/8
Nechápete, že si někdo blízký neustále stěžuje na své ratolesti. Vy jste přesvědčeni, že vaše děti zlobit vlastně ani neumí.

Vodňář 21/1–20/2
Vodňáři našli recept na rodinné štěstí a jsou přesvědčeni, že jim vydrží. O víkendě se Luna stěhuje z příznivého postavení.

Panna 23/8–22/9
Merkur s Venuší komplikují rodinnou komunikaci s vaší malíčností. Jako byste se vyžívali v tom, že jste za každou cenu v opozici.

Ryby 21/2–20/3
Děti jsou už smířené s tím, že se vidíte u snídaně a v lepším případě u večeře. Nedivte se, že se vám pak s ničím nesvěřují.

Řešení sudoku

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

Anketa

Kolik toho sní váš mazlíček (pes, kočka, křeček, had)?



Pavel Svoboda
Můj mazlíček Jindra toho sní více než já.



Marek Mahdal
Naše rybičky mají granule na příděl, stejně tak jako děti!



Petra Stancová
Náš morčák žere neustále a z druhý strany to sype.

Komiks



Osudové partnerství! ANO či NE?

Zeptejte se vykládacích karet!
Píšte SMS ve tvaru 41BNH a vaše 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, max. délka hovoru 17 minut, www.ema.bz, www.platmobilem.cz

PLACE NAMES IN THE UK

Activity 1

Before you read, decide which word (1-5) goes with which meaning (a-e).

1. camp
2. confidently
3. inhabitant
4. tough
5. tribe

- a. difficult
- b. somebody who lives in a certain place
- c. people who have the same language, customs and religion
- d. doing something in a way that shows you are sure that something is true or will happen
- e. a place where soldiers live and sleep

Activity 2

Use a word from Activity 1 to complete the sentences below. Put singular nouns into the plural if necessary.

1. Travelling across the mountains had not been easy – it had been a journey.
2. Harry was the oldest of the village – he was over

- one hundred years old.
3. In the forests, there are who live as they have done for centuries.
 4. She answered all the teacher's questions, although she was not always correct.
 5. It was the end of the day and they were tired – it was time to return to the for the night.

Activity 3

What information do place names give us about the past? For each topic (1-5), write Yes if the article says place names give us information about that topic and No if they do not.

An example has been done for you:

Example: Who built the town or city Yes

1. People's religion
2. Diet in the past
3. Where different people lived
4. What the countryside looked like
5. Sport and leisure

Activity 6

Do you know the meaning of the place you live in? How did place names in your country get their names and what do they tell you about the history of your country?

Answers

Activity 1

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

Activity 2

1. tough;
2. inhabitant;
3. tribes;

4. confidently; 5. camp

Activity 3

1. Yes; 2. No;
3. Yes; 4. Yes; 5. No

Activity 4

1. (example);
2. c; 3. e; 4. d; 5. b; 6. a

Activity 5

1. begin;
2. get/got; 3. describe;
4. means;
5. meaning

And how about London? Experts cannot agree! The Romans called the city Londinium, but they were not the first inhabitants.

6
.....
.....

Our best guess today is that the name comes from a Celtic word meaning a fastflowing river. Like a number of British place names, its history is lost in time! **ANDY KEEDWELL**

Lesson No. 11

BRITISH COUNCIL

OXFORD STREET W1
CITY OF WESTMINSTER

Activity 4

Choose one sentence (a-e) to complete each gap (2-6) in the article.

An example has been done for you:

Example: 1. The name of every British town and city, however, has a long history.

- a. People once believed that the United Kingdom's capital city got its name from the castle of a King called Lud, but this is very unlikely.

b. Finally, in 1066, England became Norman – the Normans gave us the place name 'grange', which means farm.

c. For example, Welsh place names that begin with 'Llan' come from the Celtic word for church.

d. Place names that end in '-ford' (a place where you could cross a river) also describe the location of Anglo-Saxon villages.

e. Without the Roman army, it was impossible to protect the country from these people.

Activity 5

Choose a word from the box to complete the article about modern place names. There is one word you will not need. Change the form of verbs if necessary. You can only use each word once. An example has been done for you.

• meaning

• begin

• get

• end

• mean

• call

• describe

- Most place names in the United Kingdom are very old, but there are some modern names too. There's a place near Liverpool **Example called** Port

Sunlight because that's where Sunlight soap was made in the nineteenth century. Many places that 1.....with the word Port were new harbours built in that century. Other towns 2.....their name from famous battles – there are lots of places called Waterloo.

- Some place names 3..... exactly what you can find there. For example, the town of Ironbridge gets its name from the first iron bridge ever built (in 1775). Seaside towns sometimes have unusual names. King George V liked the town of Bognor so much he gave it the name of Regis, which 4..... 'of the king'. And what's the 5.....of Westward Ho!, another town on the south coast? It actually got its name from a book about pirates!

This series describes interesting facts about different aspects of culture in the UK.

In many countries of the world, people can confidently tell you the meaning of their town or city, but most people who live in Manchester, Oxford or Birmingham would not be able to explain what the name of their city means.

1.....

Two thousand years ago, most people living in Britain were Celts. Even the word 'Britain' is Celtic. Then the Romans arrived and built camps which became cities called 'castra'. This is why there are so many place names in England which end in '-chester' or '-caster' – Manchester, for example. The Romans never reached Wales or Scotland and many place names there are Celtic.

2.....

After the Romans left Britain, it was attacked by

tribes called the Anglo-Saxons who were from the area of Europe that is now Germany and Holland.

3.....

The names of their villages often ended in '-ham' or '-ton'. Some got their name from the leader of the village, so Birmingham, for example, means 'Beormund's village'. The Anglo-Saxons were farmers and the landscape was very important to them, so we have villages called Upton ('village on a hill' – a good place to build a village) and Moreton ('village by a lake', where floods could make life tough).

4.....

Twelve hundred years ago, the Vikings came to England from Scandinavia. They traded with the Anglo-Saxons but lived in their own villages. These

often ended in '-by' or '-thorpe'. The name 'Kirkby' means 'a village with a church' and Scunthorpe was the village of a man called Skuma.

5.....

Vyvětrejte si otrávený domov

I když dům či byt, kde žijete, vypadá hezky, bydlení v něm může být život ohrožující.

Přinášíme vám otázky a odpovědi, které nastíní, jak si ozdravit domácí hnízdo.

Jak se liší bydlení ve starém domě a novostavbě?

Rozdíl nemusí být žádný, záleží na kvalitě stavebního a architektonického řešení. U starších budov často bývá problém až po rekonstrukci, kdy se dům zateplí a vymění se okna.

„Pokud se během rekonstrukce zároveň neřeší přítomnost čerstvého vzduchu, pak rapidně klesá kvalita vnitřního prostředí. Starší budovy, které díky netěsnostem lépe dýchají, mohou proto v tomto ohledu paradoxně vykazovat lepší výsledky proti nové budově se špatně řešeným větráním,“ podotýká Simona



Čerstvý vzduch a světlo jsou základ.

PROFIMEDIA.CZ

Kalvoda z České rady pro šetrné budovy.

Co v nevyhovujícím domě či bytě hrozí za zdravotní problémy?

V jakémkoli nevhodně větraném domě může docházet k nedostatečnému odvodu vlhkosti a následnému vzniku plísní. Špatné vnitřní prostředí může vyvolat celou řadu onemocnění od bolesti hlavy a bolavých očí až po alergie či astma. Vyšší relativní vlhkost způsobuje vznik plísní a množení bakterií a roztočů. Lidé mají o 40 procent vyšší pravdě-

podobnost astmatu, když žijí ve vlhkém a plesnivém domově. Dalšími důležitými, často opomíjenými faktory, které ovlivňují kvalitu bydlení, jsou i světlo a akustika.

Jak se dají eliminovat alergeny?

„Je potřeba rozlišovat, jaká rizika pocházejí z vnějšího a jaká z vnitřního prostředí. Zmiňované plísně, které jsou jednoznačným zdrojem některých alergií, lze eliminovat právě pomocí kvalitního a dostatečného větrání,“ říká Eva Neudertová ze společnos-

Jak bydlet zdravěji

V bytě především nekuřte a rozhodně omezte zapalování vonných svíček.

- Denně po dobu alespoň pěti minut vyvětrejte. Ideálně více než jedním oknem, aby se vzduch dostatečně vyměnil. Vyvětrejte si i před spaním.
- Zajistěte si dostatek denního světla. Je vědecky prokázáno,

že denní světlo funguje jako přírodní antidepressivum.

- Zajistěte si „zdravou“ tmu nezbytnou pro kvalitní spánek – snažte se eliminovat umělé osvětlení zvenku i zevnitř bytu.
- Pravidelné čištění koberců sníží množství roztočů a bakterií.

ti Skanska Reality. Pylové či prachové částice, které se do bytu dostávají zvenčí, mohou být v rámci systému větrání na přívodu vzduchu odstraněny pomocí filtrů.

Množství roztočů pak ovlivní typ vybraných povrchů a kvalita a četnost úklidu. S kvalitou budovy ale nemá přítomnost roztočů mnoho společného.

Jaké by mělo být ideální vnitřní klima, co se týče vlhkosti, teploty či světla?

Požadavky na vnitřní prostředí jsou definovány v hy-

gienických předpisech i technických normách. Obecně se byty navrhuji na teplotu 21 °C. U relativní vlhkosti je preferovaný stav v rozsahu 40 až 60 procent. Zapomínat nesmíme ani na zmíněnou koncentraci oxidu uhličitého a přítomnost těkavých látek. Co se osvětlení týče, v návrhu bytu je potřeba brát v potaz mnoho předpisů a požadavků. Pro psychologický komfort je pak vhodné mít dostatek denního světla, ale i efektivní prostorové řešení místností. Světlo a pocit komfortu se pojí i s barvou stěn. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

INZERCE

PLÍSNĚ NA ZDI OHROŽUJÍ ZDRAVÍ A ŽIVOT



Od jara do podzimu je množství spór (semínek) plísní v bytech menší, než v okolním ovzduší. V zimě je množství spór v bytech větší. V létě více větráme a spóry plísní se s prouděním vzduchu usazují na stěnách, kde čekají na příhodné podmínky. Ty přicházejí s podzimem a v zimě, kdy utěšujeme domovy, nedostatečně větráme a tím vzniká vysoká vlhkost nebo se projeví místo s tepelným mostem.

Plísně nejčastěji rostou u oken, u dveří, na prochladlých stěnách, za skříněmi, závěsy, na hranici zdi a koberce... Mycelium plísně vidíme a většinou i cítíme. Ale nevidíme, že plísně vystřelují do ovzduší miliony až miliardy spór, které mohou způsobovat zdravotní potíže – alergie, dýchací potíže, záněty očí, vyrážky. Horší však je, že plísně při svém růstu a v důsledku svého metabolismu uvolňují do okolí ketony, aldehydy, étery a další. Ty mohou alergizovat, způsobovat bolest hlavy, únavu, záněty průdušek a spojivek, plicní mycetomy a mykotoxikózy, exogenní alergické alveolity, otomykózy, gastroenterotoxikózy apod. Proto bychom s plísněmi neměli kamarádit. S likvidací plísní máme každý svou zkušenost a přinášet si do svého domova z přechemizovaného světa další jedy nechceme, zvláště když Evropa nastoupila cestu nahrazení nebezpečných látek za bezpečnější se stejnou nebo vyšší účinností. Jednou z těchto nových účinných látek schválených podle nových Evropských regulací je mikroorganizmus *Pythium oligandrum* a přípravek **BIOREPEL**, určený k odstranění plísní na zdech a k preventivnímu ošetření proti plísním.

Aplikace **BIOREPEL**u je jednoduchá. Sypký prášek smícháme s čistou vodou a pomocí štětce, válečku nebo houbičky postižené místo omyjeme. Po zavradnutí (částečném zaschnu-

tí) natřeme postižené místo druhou složkou. **BIOREPEL** je vhodné 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.

BIOREPEL je první přípravek na jině než chemické bázi. Představení na světových veletrzích v Paříži, na Floridě v Orlandu, tureckém Istanbulu,... vzbudilo značnou pozornost a v současnosti probíhají jednání s celosvětovými distributory. *Pythium oligandrum* přímým parazitizmem napadá jiné plísně a tvorbou enzymů potlačuje bakteriální růst. Takových mikroorganismů je více než tři sta, ale *Pythium oligandrum* je zatím jediný, kde je prokázáno, že kromě plísní nenapadá žádné jiné (lidské, zvířecí nebo rostlinné) buňky. Proto se také některé kmeny využívají pro nehty nebo pokožku se sklonek k plísním, pro dásně se sklonek k zánětům, v intimní hygieně pro místa náchylná k výskytu kvasinek, pro pokožku se sklonek k lupence a atopickému ekzému nebo pro úpravu fyziologické mikrobiální flóry při hojení poškozené pokožky.



Přípravek **BIOREPEL** s Chytrou houbou – *Pythium oligandrum* dostanete v prodejnách barev, v řetězcích v odděleních s barvami nebo drogeriích prodávající barvy. Chytrou houbu pro humánní použití dostanete ve své lékárně. Vaše otázky, rádi zodpovíme na infolince **728 814 202**, e-mail klimes@biopreparaty.eu nebo pythium@pythium.cz. Více informací naleznete též na www.biorepel.cz nebo www.chytrahouba.cz.

AS Řím proti Portu bez Schicka. Ten je zraněný

Ve fotbalové Lize mistrů se od osmi-finále premiérově představí také videorozhodčí.

Jarní fáze fotbalové Ligy mistrů dnes odstartuje dvěma zápasy. Manchester United hostí Paris St. Germain. Anglický tým se výrazně zvedl po příchodu trenéra Oleho Gunnara Solskjaera, který v prosinci nahradil odvolaného Josého Mourinha jako dočasný kouč a Manchester rychle vytáhl z herní i výsledkové krize. Rudí ďáblové pod bývalým útočníkem ještě neprohráli a vyhráli 10 z 11 soutěžních zápasů. „Když jsem sledoval los Ligy mistrů, tak jsem si řekl, že to bude pro United velká výzva. Za dva tři dny jsem byl tady a najednou je to moje výzva. Musím přiznat, že z toho pořád mám husí kůži,“ řekl Solskjaer.

Podle něj není pro domácí velkou výhodou, že PSG bude

chybět zraněný útočník Neymar. „I bez něj mají několik skvělých fotbalistů. Vedl jsem United v 11 zápasech, abych se na ně připravil, a myslím, že vím, čeho jsou moji hráči schopní. Myslím, že můžeme porazit každého,“ uvedl norský kouč. Francouzský mistr vedle Neymara navíc bude na Old Trafford zřejmě postrádat i další ofenzivní hvězdu Edinsona Cavaniho, jenž si v sobotním ligovém utkání s Bordeaux poranil stehno.

AS Řím doma rozehraje osmi-finále proti Portu bez zraněného Patrika Schicka. Český reprezentační útočník v pátek nedohrál vítězný ligový utkání s Chievem Verona (3:0) a musel odstoupit kvůli problémům se stehnem. Podle trenéra Eusebia Di Francesca dnes nenastoupí. Římský tým se dosud utkal s Portem v pohárech čtyřikrát a ani jednou nevítil. AS naposledy s portugalským soupeřem vypadl ve čtvrtém předkole LM v roce 2016, kdy po nadějně venkovní remíze 1:1 doma propadl a prohrál 0:3. **ČTK**



Patrik Schick (vlevo) nebude ani na lavičce AS Řím. AP

Nejen dostihy

30

Na pardubickém dostihovém závodišti se letos uskuteční více než třicetka akcí, včetně dostihů. Novinkou jsou turnaje koňského póla, závodit zde budou i chrti.

Jágr. Stále mimo hru

Návrat Jaromíra Jágra do sestavy prvotřídního Kladna se opět odkládá. Hvězdný útočník, který v pátek oslaví 47. narozeniny, zvažoval, že by oblékl dres Rytířů ve včerejším utkání na ledě Prostějova. „Nakonec se však rozhodl,

že hrát nebude,“ uvedl mluvčí kladenského klubu Vít Heral pro iSport.cz. Jágr o možnosti, že by se poprvé v sezóně zapojil do soutěžního zápasu, mluvil minulý týden na setkání s fanoušky. Nakonec však nechce hrát i proto, že

Středočeši mají dostatek zdravých hráčů. „Situace je taková, že trénuju. Ale abych se cítil nějak dobře, to vůbec ne. Zatím nemám pocit, že bych mužstvu byl prospěšný. Proto nehraju,“ řekl Jágr před několika dny. **IDNES.cz**

Zlato pro Pinturaulta

Kombinaci na MS v Aare vyhrál francouzský lyžař Alexis Pinturault. Stříbrný medailista z loňských olympijských her získal první individuální titul v kariéře. Sedmadvacetiletý Francouz po sjezdu figuroval na 24. místě a triumf si zajistil druhým nejlepším časem ve slalomu, v němž nestačil pouze na Štefana Hadalina. Slovinský lyžař po životním vystoupení nečekaně získal se ztrátou 24 setin stříbro, třetí byl Marco Schwarz z Rakouska. Čech Jan Zabystřan kombinací dokončil na 15. místě. **ČTK**



Liga. Uzavření sektoru je nově podmíněčné

Spartanští fanoušci nakonec budou moci při pondělní dohrávce 21. ligového kola proti Dukle na Julisce do svého sektoru. Podle klubového webu disciplinární komise Ligové fotbalové asociace vyhověla žádosti letenského klubu a změnila trest ze závěru loňského roku uzavření sektoru pro hostující fanoušky na jedno venkovní utkání na podmíněčný se zkušební dobou na dva měsíce. Sparta trest dostala za výtržnosti fanoušků při posledním podzimním utkání v Příbrami. Letenský klub zároveň dostal pokutu 200 tisíc korun, která zůstává v platnosti. **ČTK**

Krátce

Už třetí čtvrtkař

Patrik Šorm se stal třetím českým čtvrtkařem, který poběží na halovém mistrovství Evropy v Glasgow. V Saské Kamenici v neděli zvítězil v čase 47,01 sekundy a o čtyři setiny pokořil A limit českého svazu.

Zemřel šampion

Třicetiletý německý veslař a olympijský vítěz Maximilian Reinelt zemřel při lyžování. Zkolaboval v sobotu v běžecké stopě poblíž olympijského můstku ve švýcarském zimním středisku a okamžitě přivolání záchranáři bojovali o jeho život marně.

Japonka předčila české tenistky

Nejlepší tenistkou ledna byla vyhlášena japonská vítězka Australian Open a světová jednička Naomi Ósakaová. V internetovém hlasování fanoušků dostala v anketě WTA přednost před Petrou Kvitovou a Karolínou Plíškovou. **ČTK**

Kancelář rádkové inzercce: Václavské náměstí 1, palác koruna, Praha 1

Intimní

E.M.A. Europe sro, PO Box 14, Praha 05, 110 05, tech.zaj, Materna, od 18let, 1sms/50Kč, 1min/80Kč včDPH, max. délka hovoru 15 minut, www.ema.cz, www.platmobilem.cz



• **Toužíš** po své vlastní milence? Tak napiš SMS ve tvaru 91FHJ a text na 909 15 50



• **Manžel** je pořád v práci a já jsem často sama doma! Pojďme využít volný čas hrátkami v postýlce! Bez zábrán a bez závazků. Monika 37. Vytoč 909 80 50 40 nebo mi napiš SMS na 909 15 45 s kódem 57MPZ a tvůj text!



FRANTIŠKOLÁZEŇSKÁ LÉČEBNÁ KÚRA **BONUS** SE SLEVOU AŽ **45%** A BONUSOVÝMI SLUŽBAMI NAVÍC!

14 nocí již od 15 990 Kč



14 DENNÍ LÉČEBNÝ POBYT ZAHRNUJE:

- garantovanou kvalitu Františkolázeňské léčebné kúry
- 18 léčebných procedur týdně předepsaných lékařem dle aktuálního zdravotního stavu
- vstupní a výstupní lékařské vyšetření
- ubytování ve vybraném lázeňském hotelu
- plnou penzi (snídaně, oběd a večeře)

BONUSOVÉ SLUŽBY NAVÍC!



NEOMEZENÝ VSTUP DO AQUAFORA
po dobu lázeňského pobytu¹⁾

nebo



VLAKEM I. TŘÍDOU
tam i zpět za 299 Kč²⁾

nebo



14x NÁPOJ
k obědu či k večeři³⁾

¹⁾ Aquaforum - největší a nejkrásnější akvapark českých lázní. ²⁾ Vlaková jízdenka je platná odkudkoliv z České republiky až do Františkových Lázní a je platná na jakýkoliv vlakový spoj Českých drah včetně Pendolino, na které je nutné si zakoupit místenku. Poukázku na přepravu je možné si objednat pouze u společnosti Lázně Františkovy Lázně a.s. v rámci pobytu Bonus, jízdenka vám bude zaslána po zaplacení zálohy (800 Kč). ³⁾ Vybírat si můžete z nealkoholických nápojů, vína či piva, tuto službu nelze vybrat pro hotely Belvedere a Royal.

| LÁZEŇSKÝ HOTEL | LETNÍ BONUS 31.03. - 12.10.2019 | | ZIMNÍ BONUS 01.01. - 30.03.2019 13.10. - 15.12.2019 | | 08.12. - 22.12. 2019 |
|---|---|-----------------|---|-----------------|-------------------------|
| | BĚŽNÁ CENA | CENA SE SLEVOU* | BĚŽNÁ CENA | CENA SE SLEVOU* | |
| 2* lázeňský hotel Jesenius ** (pokoje s WC) | až 21 000 Kč | 17 890 Kč | až 19 600 Kč | 16 690 Kč | • |
| 2* lázeňský hotel Royal ** ^s | až 28 000 Kč | 18 490 Kč | až 24 150 Kč | 17 490 Kč | • |
| 2* lázeňské hotely s příslušenstvím Radbuza **, Jesenius ** | až 26 600 Kč | 19 890 Kč | až 23 100 Kč | 18 190 Kč | • |
| 3* lázeňský hotel Metropol *** | až 30 100 Kč | 23 310 Kč | až 27 020 Kč | 20 690 Kč | • |
| 3* lázeňské hotely Dr. Adler ***, Luisa *** | až 30 100 Kč | 23 310 Kč | až 27 020 Kč | 20 690 Kč | 15 990 Kč |
| 3* lázeňský hotel Belvedere *** | až 32 200 Kč | 24 990 Kč | až 28 700 Kč | 22 490 Kč | • |
| lázeňský hotel Pawlik - Aquaforum **** - budova B | až 41 020 Kč | 29 490 Kč | až 38 500 Kč | 26 990 Kč | 17 990 Kč |
| lázeňský hotel Pawlik - Aquaforum **** - budova A | až 41 720 Kč | 35 790 Kč | až 39 620 Kč | 30 490 Kč | 18 990 Kč |
| Doplatek za jednolůžkový pokoj na celý pobyt | 3 500 Kč 2 800 Kč (Belvedere, Royal) | | 3 500 Kč 2 800 Kč (Belvedere, Royal) | | 1 000 Kč/pobyt |

*Uvedená cena se vztahuje na osobu ve dvoulůžkovém pokoji bez rozdílu kategorie vyjma kategorií Superior, Deluxe a Apartmá, které je možné rezervovat za příplatek. V ceně je započítána sleva pro klienty partnerských zdravotních pojišťoven (VZP, OZP, ČPZP, ZPŠ, ZPMV, RBP, VOZP), při příjezdu na pobyt je potřeba předložit kartu zdravotní pojišťovny. Pobyt začíná v den příjezdu obědem a končí snídaní v den odjezdu. Lázeňský poplatek 15 Kč na osobu a den není zahrnut v ceně pobytu. Kapacita omezena, změny vyhrazeny.



INFORMACE A REZERVACE
Tel.: 351 012 345
info@frantiskovylazne.cz
www.frantiskovylazne.cz

Nabídka platí
pouze pro klienty
českých
partnerských
pojišťoven.

Při rezervaci
uveďte prosím
kód: 216222

