

# KNIŽNÍ ČTVRTEK NABÍZÍ 14 NOVINEK

SETKÁNÍ S AUTORY PROBĚHNE V PRAŽSKÉ ÚSTŘEDNÍ KNIHOVNĚ STRANA 6

Vybírejte ze všech  
barevných variant  
Lenova A6000.  
Pouze u O<sub>2</sub>

Chytrá síť O<sub>2</sub>

INZERCE

# metro



PRAHA

Úterý, 15. března 2016

Č. 52, www.metro.cz  
Svátek slaví: Ida

Min. 0°  
Max. 4°

Nejčtenější noviny v Praze

# Zbraní se prodalo víc, zbrojáků však ubylo

**Paradox.** Lidí se zbrojním průkazem ubývá, část z nich selže u zkoušky. **Extrémní prodeje.** Loni přitom v Česku přibylo přes 54 tisíc legálně držných zbraní. **Průkaz.** Získat ho dělá Čechům problémy STRANA 6



## Gutová si poslední závody užije, velký glóbus má jistý

Sjezdárky mají před sebou vrchol sezony. Už před čtyřmi finálovými závody ve Svatém Mořici je rozhodnuto o držitelce velkého křišťálového glóbu. O něj jen teoreticky může přijít Švýčarka Lara Gutová (na snímku). Ta v celkovém pořadí Světového poháru vede o 355 bodů. Matematicky ji sice může předstihnout Viktorie Rebensburgová, tato Němka však nikdy v kariéře nenastoupila do slalomu. Před druhou Američankou Lindsey Vonnovou, která kvůli zranění kolena ukončila sezonu, vede Gutová o 127 bodů. „Velký glóbus se bude udělovat 20. března. Matematicky už jsem ho vyhrála, pokud Víki skutečně nepojede slalom. To mi dává svobodu konečně si lyžování užít,“ řekla Gutová. Pro Švýcarsko vybojuje 24letá lyžařka celkový triumf ve Světovém poháru po 21 letech. Včera se konal první trénink na zítřejší sjezd, v němž byla Gutová druhá. Rychlejší byla jen její krajanek Corinne Suterová.

AP

## Táborská má být spojením

Nusle a Pankrác jsou podle starosty Prahy 4 Petra Štěpánka rozděleny. Změnit to má rozsáhlá rekonstrukce v okolí Táborské ulice. STRANA 2

## Autobusy hlásí zlepšení

Kvalita autobusové dopravy roste. Po Praze a okolí jezdí více bezbariérových vozů, zlepšila se i čistota a spoje jezdí přesněji. STRANA 4

## Lepek škodit nemusí

Alergie na pečivo a mléčné výrobky se nám někdy spíš „hodí“. Na lepek nemusíme hned mít alergii, někdy jde jen o precitlivělost. STRANA 7

## Bohemians bez licence?

Fotbalovým klokanům hrozí, že nedostanou pro příští sezonu licenci. Na konci června jim skončí nájemní smlouva v Dolíčku, nový kontrakt však majitel asi neuzavře. STRANA 15

# Nusle a Pankrác propojí nový bulvár – opravená Tábořská

**Jinde se podjezdy staví, na Pražského povstání zmizí.**

Jako o berlínské zdi hovoří o severojižní magistrále starosta Prahy 4 Petr Štěpánek. „Nusle a Pankrác jsou rozděleny plotem. Doufám, že to rekonstrukce v oblasti ulice Tábořské změní,“ řekl Štěpánek.

V rámci úprav této ulice by mohl být zasypan podjezd pod magistrálou u náměstí Hrdinů a v blízké ulici Na Veselí. Tramvaje do Nuslí by tak dvakrát křížily magistrálu.

Nezvyklé řešení u náměstí Hrdinů je ale až posledním krokem rozsáhlé rekonstrukce celé oblasti naplánované dopravním podnikem na roky 2018 až 2020, ke které se přidaly i další městské organizace. Na 2,5kilometrovém úseku Tábořské ulice díky tomu přibude 410 stromů, 23 přečhodů, tři nové tramvajové zastávky, rozšíří se chodníky a vznikne prostor pro předzahrádky. Z nehostinné dopravní tepny se má stát příjemný živý bulvár. Jak bude čtvrť vypadat,



Na náměstí Hrdinů zmizí podjezd a vyroste nová zastávka pro tramvaje a autobusy. 3X IPR

se už nyní mohou lidé přesvědčit na venkovních panelech přímo v Tábořské ulici.

Po více než čtyřiceti letech od začátku provozu metra se také cestující dočkají pohodlné úpravy okolí stanice metra Pražského povstání, která jim umožní bezpečný přestup na tramvaj a autobus.

„Zastávky jsou tam dnes daleko od sebe, takže cestující čekají na rohu ulice, který spoj pojede dřív, a pak musí běžet přes celou křižovatku,“ popisuje ředitel Institutu plánování a rozvoje Petr Hlaváček.

Proto vznikne před budouv bývalého Centrotexu jedná zastávka. Na ní má být v budoucnu vybudován bezbariérový výtah vedoucí na nástupiště metra.

Další novinkou je přímé napojení tramvajové trati z Tábořské na vozovnu Pankrác. Nové koleje povedou před budouv soudu. Dopravní podnik plánuje, že se díky této zkratce sníží noční hluk, na který si stěžují lidé v ulici Na Veselí. **ROBERT OPPELT**

## Kdy to začne

Návrh rekonstrukce celé oblasti má několik etap.

- První je Tábořská a ulice Na Pankráci, které se mají začít upravovat v letech 2018 a 2019. Podle dopravního podniku totiž nejsou koleje na Tábořské v dobrém stavu.
- Prostory v bezprostřední návaznosti na severojižní magistrálu jsou výhledovou etapou. Ta pravděpodobně naváže po skončení ostatních etap.
- Celou oblast změní i výstavba nové trasy metra D, naplánovaná do roku 2022.



Nájezd z Tábořské do podjezdu, dnes a po jeho zasypaní

INZERCE

PLAY OFF 2016  
GO JE  
V NAŠICH  
SILÁCH

ČTVRTFINÁLE PLAY OFF  
16. A 17. 3. OD 18.20

PLAY OFF  
TipSport

Vstupenky v prodeji na [www.hcsparta.cz](http://www.hcsparta.cz) a v prodejně síti Ticketportal.

O<sub>2</sub> arena

**FOR HABITAT**

23. VELETRH BYDLENÍ, STAVBY A REKONSTRUKCÍ

**SLEVA 50 Kč NA VSTUPNÉ**  
U pokladny vyměníte inzerát za zlevněnou vstupenku.

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

**17. – 20. 3. 2016**

Deník METRO 15. 3.

PVA EXPO PRAHA

## Zprávy krátce

### Čluny na Vltavě musí zpomalit

Od dubna bude pro majitele motorových člunů platit v metropoli na Vltavě nové rychlostní omezení. Kvůli veslařům bude zakázána jízda ve skluzu v zónách: od Štvanice k mostu na Výtoni a od Císařské louky po Barrandovský most.

### Trénink pro pracovní návyky

Nové středisko pro trénink pracovních návyků by mohli využívat nezaměstnaní, bezdomovci či vězni, aby si dokázali lépe najít práci. Za drobné úkoly by byli hned vypláćeni. Učili by se i společenským a hygienickým návykům. **ČTK**



# Máte estetické vady zubů?

## Pomůžou Vám keramické fazety – veneers.

Pro toho, kdo není se svým úsměvem zcela spokojen nebo touží po krásném, okouzlivém úsměvu, lze ve mnoha případech doporučit ošetření keramickými zubními fazetami.

Jedná se o velmi účinnou a zároveň miniinvazivní metodu. Keramické fazety jsou velmi tenké porcelánové plátky, s jejichž pomocí lze dosáhnout opravdu zářivého úsměvu – nejenom opravit drobné nedokonalosti, ale i zásadně vylepšit tvar, barvu a postavení zubů.

Fazety se považují za moderní metodu, ale první fazety zhotovoval už ve 30. letech minulého století kalifornský zubní lékař Charles Pincus pro hollywoodské herce té doby. Samozřejmě, že za více než 70 let se tato metoda hodně zdokonalila, stejně jako kvalita používaných materiálů. Díky vývoji dentálních keramik, lze spolehlivě zhotovit ultratenké fazety (cca 0,3 mm silné) a odpadá nutnost výrazného odstraňování zdravých tvrdých tkání zubu. A díky rozvoji adhezivních technologií, cementace zajišťuje výborně stabilní a dlouhodobě výsledky. Kvalitně (lege artis) nacementovaná keramická fazeta nemůže spadnout.

### Fazety umožní:

- Vyřešit široké mezery mezi zuby, ortodontické vady – nerovné postavení zubů, stěsnání či naopak mezerovitý chrup
- Odstranit vrozené nebo získané nedostatky skloviny
- Překrýt rozsáhlé výplně a skvrny
- Odstranit fluoridové skvrny
- Vyřešit problém s tetracyklinovými zuby
- Navrátit barvu zubům, které ztmavly v důsledku umrtvení zubu
- Napravit mechanická poškození zubů – například následkem úrazů
- Zesvětlit barvu zubů – je to oblíbená alternativa k bělení zubů

Preparace zubu na keramickou fazetu je opravdu minimální (v mnoha případech některé plošky zubu stačí jen zahladit), což zvyšuje požadavky na zkušenost a zručnost lékaře, stejně jako na kvalifikaci zubního laboranta, který modeluje, probarvuje a individualizuje každou keramickou fazetu, která musí splňovat všechny estetické a funkční parametry.

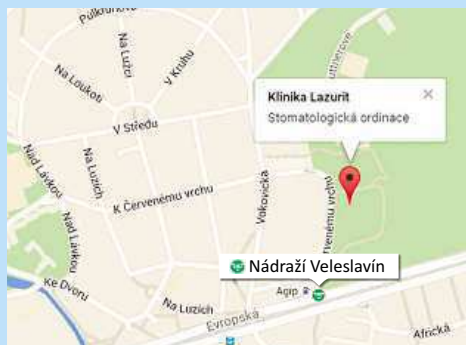
Výhodou keramických fazet je mimo jiné dlouhodobý estetický výsledek ošetření. Na rozdíl od vlastních zubů, keramika nemění barvu a téměř se neotírá. Při správné dentální hygieně a při pravidelných návštěvách zubaře může fazeta sloužit více než deset let.



Stomatologická klinika

# Lazurit

Najdete nás 3 min. chůze  
od stanice metra Nádraží Veveslavín



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

tel.: +420 777 209 929

K Červenému vrchu 844/2a

Praha 6

Po-So 8.00 - 19.00  
Přijímáme nové pacienty



› **Záchovná stomatologie:**  
fotokompozitní výplně, endodoncie,  
restaurace zubů

› **Protetická stomatologie:**  
keramické korunky, fazety, můstky

› **Chirurgická stomatologie:**  
extrakce osmiček, gingivální plastika, frenulektomie

› **Implantologie**

› **Dentální hygiena a bělení zubů**





## Dvakrát

Ondřej Brzobohatý jede! O jeho koncert, na němž s orchestrem představí jak svoje písně, tak i oblíbené hity v symfonickém hávu, je obrovský zájem. Dnešní koncert od 20 hodin v Hudebním divadle v Karlíně je vyprodaný, proto se uskuteční ještě jeden, a to od 17 hodin. Vystoupí na něm také japonský dirigent Chuhei Iwasaki.

ARCHIV

# Autobusy se lepší, ale řidičů je málo

**Kvalita autobusové dopravy roste. Na zásadní novinky si ale cestující budou muset ještě pár let počkat.**

Po Praze a okolí jezdilo loni více bezbariérových vozů, přibyly nové a zlepšila se i čistota a přesnost provozu. „Podalilo se navýšit podíl bezbariérově přístupných vozidel z 58 procent v roce 2014 na 61 procent v loňském roce. Pro cestující to znamená navýšení počtu garantovaných nízkopodlažních spojů,“ vysvětluje vedoucí odboru kvality služby Ropid Petr Ježdík. Zjištění vyplývají z analýzy provozu, kterou Ropid pravidelně uskutečňuje.

Naopak největší prohrášek dopravců v rámci PID jsou

### Busy Pražské integrované dopravy (PID) v roce 2015

Autobusy PID ujely loni 90,5 milionu kilometrů.

- Počet dopravců: 13
- Počet autobusů: 1870, z toho standardních 1199, kloubových 550 a nízkokapacitních 121
- Podíl bezbariérových vozidel: 61 procent
- Průměrné stáří vozů: 8,5 roku
- Přesnost provozu: 83,1 procenta (přesný provoz je do tří minut zpoždění)

• Počet linek: 310, z toho městských: 149, příměstských: 161

• Počet ujetých kilometrů za rok 2015: cca 90,5 milionu

• Počet obsluh. obcí: 313

• Počet přepravených cestujících za rok: 447 milionů, z toho v Praze: 406 milionů, mimo Prahu: 41 milionů

• Počet autobusů v jednotném barevném nátěru PID: 173

• Počet zastávek (sloupků): 5614, z toho v Praze: 3099, mimo Prahu: 2515

chybějící informace pro cestující přímo ve vozích, pokud nastanou v dopravě změny. A také nedostatek řidičů.

Smlouvy se všemi třinácti autobusovými dopravci končí v roce 2019 a Ropid již nyní

připravuje podmínky pro nové, které se budou týkat například technických parametrů autobusů. Cestující se mohou těšit na klimatizaci nebo moderní informační a odbavovací systémy. **ROBERT OPPELT**



## Na trávě

Ne vždy to mají řidiči autobusů snadné. Včera ráno si musela poradit s nepříjemnou situací řidička linky 188, která kvůli nehodě osobních vozů zajela na travnatý pás v ulici Počernická u stanice Plaňanská. Vozovka byla volná, ale bus uvízl na pásu. **D. HOTMAROVÁ**

INZERCE

## Jarní nabídka za svěží ceny



Pánská košile  
100% bavlna  
Carlo Ceci

**-50 %**  
599,-  
**299,-**



Dámský trenčkot  
Vero Moda

**-47 %**  
1499,-  
**799,-**



Dámská noční košile  
různé barvy  
Vesna

**-50 %**  
499,-  
**249,-**



Dámská nebo pánská šáta 1 ks  
Orsi

**-50 %**  
199,-  
**99,-**



Dámské legíny

**-30 %**  
99,-  
**69,-**



Difuzér  
Spring  
100 ml

**-52 %**  
249,-  
**119,-**



Mini EDT  
Květina  
30 ml

**-47 %**  
149,-  
**79,-**



Kabelka  
různé druhy  
Benetton

**-33 %**  
1499,-  
**999,-**



Manikúra  
možl

**-43 %**  
349,-  
**199,-**

Akce platí od 9. 3. do 31. 3. 2016 nebo do vyprodání zásob. Slevy není možné sčítat.



# 1+1 zdarma

## na kompletní dioptrické brýle



**Pořídte si nové dioptrické brýle a druhé pro vás  
nebo vaše blízké dostanete zcela zdarma!**

**FOKUS<sup>®</sup>**  
OPTIK

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

Zdarma jsou vždy kompletní dioptrické brýle v nižší nebo stejné hodnotě, jako kompletní dioptrické brýle zakoupené. Nevyčerpanou hodnotu dražší kompletní zakázky nelze směnit za peníze ani další zboží. Kompletní dioptrické brýle = obruba + skla. Akce platí ve všech pobočkách FOKUS optik včetně outletu FAOC Štěrboholy, Praha. Slevy se nesčítají. Akce platí od 7. 3. 2016 do odvolání.

# Předsezónní sleva na všechny sluneční brýle!

Sluneční brýle i z nejnovějších kolekcí se skvělou slevou již před začátkem sezóny!

# 20%



**FOKUS<sup>®</sup>**  
OPTIK

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

Slevy se nesčítají, sleva neplatí v Outletu FAOC Štěrboholy.  
Sleva platí od 7. 3. 2016 do odvolání.

# Lidé se chtějí ozbrojit. Moc se jim to ale nedaří

**Zájem o zbraně roste.** U zkoušky však uspěje jenom polovina žadatelů.

Otec Jiřího Klabana má doma drahé zbraně. Chce je odkázat synovi, ten je ale může vlastnit, jen když bude mít zbrojní průkaz. O ten se už pokoušel dvakrát. Pokaždé selhal. „Popletl jsem dvě otázky,“ popsal poslední test Jiří Klaban. Získat zbrojní průkaz dělá Čechům problémy. K úspěšnému složení zkoušky odborné způsobilosti je potřeba uspět na střelnici a napsat náročný test. Získat průkaz leze i do peněz (viz box).

Loni žádalo o zbroják přes 18 tisíc lidí. Zkoušky udělalo jen zhruba 8700 z nich. „Zvyšuje se procento neúspěšných v praktické části zkoušky,“ uvedl pro deník Metro Miro-

slav Rozlílek z odboru služby pro zbraně a bezpečnostní materiál z Karlovarského kraje. „Lidé chodí na zkoušky nepřipraveni. Problém jim dělá i bezpečné zacházení se zbraní. Na střelnici se s nabitou zbraní otočí směrem, kde jsou lidi, a to se nesmí,“ říká Jiří Otta z pražské střelnice Kapslovna.

Ačkoliv se lidem nedaří udělat si průkaz na zbraň, jejich prodej roste. Loni v ČR přibýlo přes 54 tisíc legálně držaných zbraní. Loňský přírůstek je oproti posledním rokům extrémní. Paradoxní přitom je, že lidí se zbrojákem ubývá. Řada ozbrojených civilistů si totiž oprávnění neprodlouží, část selže u zkoušky. Kdo o průkaz přijde, ten musí zbraň prodat nebo odevzdat na policii. Nyní se vydávají zbrojní průkazy na pět let. Ještě loni byla platnost průkazu 10 let. Změnu zákona vyvolal také loňský masakr v Uherském Brodě. **MAREK HÝŘ**

## Zbrojní průkazy v ČR

# 292

Zhruba tolik tisíc lidí má v Česku zbroják. Loni o něj požádalo 18 417 lidí, tedy o 1750 žadatelů více než předloni. Většinu průkazů mají muži. Žen je ozbrojených jenom 8,5 procenta.

## Ochrana především

Zbrojní průkazy jsou rozděleny do skupin.

- Nejvíce je držitelů průkazů pro skupinu E, tedy k ochraně života, zdraví či majetku.
- Druhá nejčastější skupina je B (sportovní účely). Až třetí je skupina C. Tu mají myslivci a lovci.

## Zbraně mezi Čechy

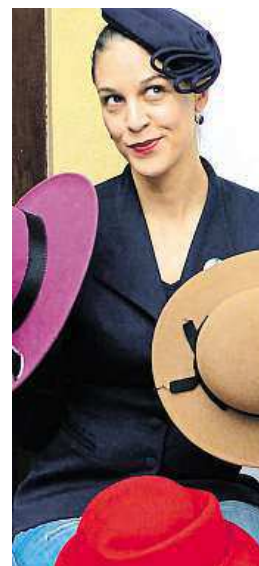
V posledních letech raketově roste počet zbraní.

- Češi mají mezi sebou už 806 895 legálních zbraní. Loni se prodalo 54 tisíc kusů.
- Předloni se v Česku prodalo 24 tisíc zbraní. V roce 2013 si jich přitom lidé přidili jen zhruba sedm tisíc.

## Drahé selhání

Zbrojní průkaz není levný. Může stát i deset tisíc korun.

- Přihláška ke zkoušce stojí 100 korun. Poplatek za požadovanou skupinu se může vyšplhat až na 3,5 tisíce.
- Při zkoušce se platí i poplatek střelnici. Ten může být až 2500 korun. Platí se i za potvrzení od lékaře. Přípravný kurz stojí až dva tisíce.



## Retro trhy

Máte rádi staré kousky? Módu, nádobí, šperky, sklo, porcelán, osvětlení nebo nábytek? Navštivte 10. dubna prostor Venuše ve Švehlovce (Slavíkova 22, Praha 3). Chystají se tam retro a vintage trhy. K mání budou designové kousky vyrobené před rokem 1989. Vstup je zdarma. **RETRO DVACET**

INZERCE

# Velikonoční ditny

- Vytvořte si dárek nebo dekoraci
- Upleťte si pomlázku
- Ukázky řemesel

v 1. patře NC Eden

**Tri nezbedné pohádky  
PiDivadlo  
od 14 hod.**

# 19. 3.

## 11–16 hod.

**edēn**  
NÁKUPNÍ CENTRUM

www.nceden.cz

## Novinky. Knižní čtvrtek představí čtrnáct knih

Už za dva dny se uskuteční další pokračování Velkého knižního čtvrtku, pravidelné akce, která dvakrát ročně přináší výběr a doporučení zajímavých knižních novinek.

„Vybrat finální sestavu naší jarní nabídky bylo jako vždy těžké, a tak namísto původně předpokládaných dvanácti titulů jich máme čtrnáct,“ říká zástupce pořadatele Ctirad Fuchs. Tradici akce také bývají setkání se spisovateli či autorská čtení. Čtenářům tak představí svůj špionážní román z blízké budoucnosti Ochlazení Michael Žantovský či novinářka Alice Horáčková knihu 7x ve vedlejší úloze, ve které se ptala osmi sourozenců sedmi velmi výjimečných lidí na to, jaké to je žít svůj život vedle známých osobností. Svůj román Ratajský les, jehož děj rozplétá vraždu z padesátých let v bývalém Československu, uvede dále Aleš Palán. Drži-

telka ceny Magnesia Litera Petra Dvořáková se svou novinkou Síť přináší tři příběhy o třech ženách a o tom, jak nízké sebevědomí dokáže ovlivnit náš život. Setkání s autory se opět odehraje v Praze v Ústřední knihovně na Mariánském náměstí a o týden později v Brně v Knihovně Jiřího Mahena. Začíná se vždy od 17 hodin a vstupné je zdarma.

Velký knižní čtvrtek našel inspiraci ve Velké Británii, kde se již po řadu let koná tradiční takzvaný Super Thursday. Každý rok první čtvrtek v říjnu vychází v jeden den množství zajímavých knižních titulů, z nichž se mohou stát bestsellery. S podobně zaměřenou akcí přišel v roce 2011 tuzemský knižní distributor Kosmas. Společně s předními českými nakladateli se snaží vybrat a představit vždy to nejlepší z nadcházející sezony. **IBE**

### Jaké tituly byly vybrány tentokrát?

Všechny tituly Velkého knižního čtvrtku bude možné zakoupit na místě s dvacetiprocentní slevou.

- Alice Horáčková – 7x ve vedlejší úloze
- Robert Littell – Amatér
- Abnousse Shalmani – Chomejní, Sade a já
- Kate Atkinsonová – Bůh v troskách
- Ian Manook – Jerúdelger

- Paula McLainová – Létala jsem za sluncem
- Michael Žantovský – Ochlazení
- Simon Mawer – Provazochodkyně
- Aleš Palán – Ratajský les
- Emer Stamp – Čuníkův supertajný deník
- Ben Aaronovitch – Měsíc nad Soho
- Petra Dvořáková – Síť
- Richard Askwith – Stopy v oblacích
- Audhild Solbergová – Válka proti superkrávám

# Lepek a laktóza. Neškodí pokaždé

**Alergie na pečivo a mléčné výrobky je někdy jen trendy.**

Dalo by se říci, že po éře popularity biopotravin následuje teď v jídelničkách mnohých lidí vynechání laktózy a lepku, tedy mléčných výrobků a pečiva. Motivuje je především vidina kvalitnějšího života, což potvrzují mnozí špičkoví světoví sportovci či hollywoodské hvězdy.

Lepek je obsažen především v obilninách, a to v pšenici, ječmeni a žitu. V Česku alergií na něj, tedy celiakií, trpí asi 50 tisíc lidí. Někteří mají na něj jen intoleranci či přecitlivělost. Ta se těžko rozpoznává i u lékaře. „Lidé mající přecitlivělost trpí často i mimostřevními problémy, jako je bolest hlavy či deprese,“ přibližuje gastroentero-

## Jak poznáte alergii

Onemocnění lze odhalit laboratorními testy.

- **Intolerance** – obtíže se dostávají po delším časovém odstupu. Jedná se o bolest břicha, nadýmání či průjem. Naopak **alergická reakce** se dostaví skoro okamžitě po požití i stopového množství. Projevuje se svěděním v dutině ústní či

dechovými obtížemi. Na kůži se může objevit i kopřivka.

- Po vynechání mléčných výrobků je nutné dodat tělu vápník z jiných zdrojů. „Nejvíce jej obsahuje mák, pohanka, lněná a slunečnicová semínka, brokolice, pekingské zelí či pažitka,“ říká výživová poradkyně Jana Lorencová.

log Přemysl Frič. Naše tělo lepek k ničemu nepotřebuje, takže jeho vynecháním nebo omezením může dojít k úlevě. Na rozdíl od laktózy, kdy se připravíte o cenný zdroj vápníku.

„Celé generace našich předků přežily jen díky zpracování mléka a výrobků z něj. Na rozdíl od asijských či afrických kultur, kde laktózu trávit neumí,“ říká imunolog a alergolog Jan Krejsek z Fakultní nemocnice v Hradci

Králové. Výskyt alergie je odhadován jen na 0,1 až 0,5 procenta dospělé populace.

„Nejsem velkým propagátorem pití mléka u dospělých, ale spíše z toho důvodu, že nemá takový podpurný efekt pro trávicí trakt jako zakysané mléčné výrobky,“ říká nutriční poradce Pavel Suchánek. Kvašené mléčné výrobky mají laktózu z větší části rozloženou, a jejich trávení tak nepůsobí problémy. **IVETA BENÁROVÁ**

## Zprávy krátce

### Babiš vysvětlí Čapí hnízdo za týden

Příští středu proběhne mimořádná schůze Sněmovny kvůli kauze Čapí hnízdo. Inicivovaly ji opoziční strany TOP 09 a ODS. V případě, v němž figuruje ministr financí Andrej Babiš, existuje podezření na neoprávněné čerpání evropských dotací. Babiš se proti tomu ohrazuje.

### Počasi se zblázní

Meteorologové varují před přívaly sněhu, od dnešního rána si musejí dávat lidé pozor hlavně v Olomouckém a Moravskoslezském kraji. Na horách zde postupně připadne až 20 centimetrů sněhu. Méně sněhové nádílky pak čeká i většinu ostatních krajů. V týdnu nás dle předpovědi čeká počasí plné zvrátů. Bude jasno, sněžit, ráno mrznout a teploty přes den vystoupají i přes deset stupňů Celsia. **IDNES.cz**



### Destinnová

Originální kostým slavné operní pěvkyně Emy Destinnové je opět vystaven. Teď v muzeu v Ústí nad Labem. Jedná se o bohatě zdobený kus, který nosila v opeře Šárka v roce 1910. Bude k vidění jen tři měsíce, aby se nepoškodil. Pak opět poputuje do temna depozitářů. Na snímku je s kostýmem kurátor výstavy Martin Krsek. **MAFRA**

INZERCE

**MedelaDerma** studio lékařské kosmetiky nabízí

studio lékařské kosmetiky

## JARNÍ MEGA AKCE!

LUXUSNÍ OŠETŘENÍ PLETI S 80% SLEVOU ~~1700 Kč~~ nyní 399 Kč

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

### JEDNO OŠETŘENÍ OBSAHUJE:

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

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

Běžná cena ~~1700 Kč~~

Akce trvá do **30. 4. 2016**

nyní jen  
**399 Kč**

Na Vaši návštěvu se těší:

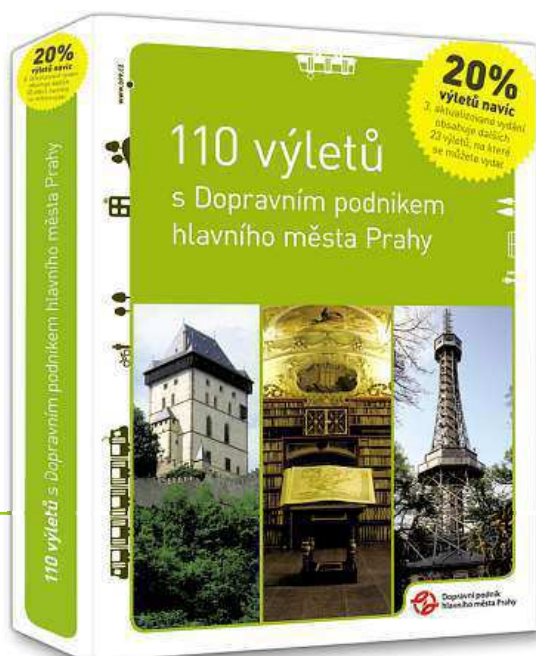
studio **MEDELA DERMA**, Bratří Dohalských 131,

PRAHA 9 - VYSOČANY, Tel.: 283 923 186, Mob.: 605 035 519, [WWW.MEDELADERMA.CZ](http://WWW.MEDELADERMA.CZ)



# Vydejte se na výlet s Dopravním podnikem hlavního města Prahy

V prodeji v Infocentrech DPP **Můstek**, **Anděl**,  
**Hradčanská** a **Nádraží Veleslavín**.



## 110 výletů s Dopravním podnikem hlavního města Prahy

Již 3. vydání oblíbené publikace.  
Vydejte se objevovat neznámá místa  
hlavního města. Každý výlet obsahuje  
mapu, spojení a GPS souřadnice.

150 Kč

## 33 Prague Trips

Poznejte ta nejzajímavější místa  
hlavního města s jedinečnou publikací,  
vydanou v anglickém jazyce.

20 Kč



Více informací na: [www.dpp.cz](http://www.dpp.cz)



Dopravní podnik  
hlavního města Prahy



# Merkelová má změnit politiku

**Německá kancléřka dostala účet za migrační politiku.**

Křesťanskodemokratická unie (CDU), strana německé kancléřky Angely Merkelové, v zemských volbách příliš neuspěla. A to i přesto, že v Sasku-Anhaltsku vyhrála a v Bádensku-Württembersku a Porýní-Falci skončila druhá. Tisk i někteří němečtí politici se shodují, že je to účet za její migrační politiku. Voliči ale dali své hlasy také stranám, které uprchlickou politiku Merkelové podporují. Propadla tedy strana CDU, ale nikoli sama Merkelová.

„Hlavní důvod je uprchlická politika. Z toho se nejde vyloučit,“ hodnotil výsledek voleb bavorský premiér Horst Seehofer. „Musíme lidem říci, že jsme je pochopili



Angela Merkelová AP

a že vyvodíme důsledky z tohoto volebního výsledku. Není možné říci, že všechno zůstane při starém,“ dodal.

Výrazně naopak uspěla pravicově populistická Alternativa pro Německo (AfD), která kritizuje kancléřčinu politiku v uprchlické krizi a žádá konec přijímání běženců.

„Nelze vyloučit, že vysoký zisk zpátečnických stran

## Rakouská politika

Rakousko mění migrační politiku kvůli očekávaným vysokým počtům přichozích migrantů v letošním roce.

- Podle rakouského kancléře Wernera Faymanna evropské řešení krize nefunguje.

- Vídeň začala v polovině února na hranicích přijímat jen 80 žádostí o azyl denně a dál do Německa pouštět nanejvýš 3200 migrantů.

jako AfD a Levice odstraší investory,“ řekl prezident Svažu německého průmyslu Ulrich Grillo. Sama Merkelová uznala, že volby značně ovlivnila uprchlická krize. Na své politice však trvá.

„Jsem pevně přesvědčena, že potřebujeme evropské řešení, že toto řešení bude potřebovat čas,“ říká rozhodně kancléřka. **ČTK, IDNES.cz**



## Královna zašla na oslavu

Britská královna Alžběta II. přichází na bohoslužbu ve Westminsterském opatství v Londýně. Obřad se konal v rámci každoročních oslav Dne Commonwealthu. AP

## Zprávy krátce

### Odplata nálety

Turecké úřady podezřívají z nedělního bombového útoku v Ankaře, při kterém zemřelo 37 lidí, separatisty ze Strany kurdských pracujících (PKK). Turecká armáda oznámila, že jako odplatu provedla deset náletů na tábory PKK na severu Iráku.

### Zpátky ze Sýrie

Ruský prezident Vladimir Putin nařídil počínaje zítřkem zahájit stahování hlavních ruských sil ze Sýrie, protože podle něj svůj základní úkol splnily. Jednotky na základnách v Tartúsu (námořní) a Hmímímu (letecká) však mají zůstat. **ČTK**

INZERCE

**KAŽDÉ ÚTERÝ**

POUZE  
**139 Kč**

**ZA 12 KOUSKŮ KUŘETE**  
6 x STRIPS, 4 x HOT WINGS, 2 x PORCE KUŘETE

**NABÍDKA PLATÍ KAŽDÉ ÚTERÝ OD 23. 2. DO VYPRODÁNÍ ZÁSOB.**

Nejpopulárnější telefon za nejnižší cenu na trhu

Vybírejte ze všech barevných variant Lenova A6000. Pouze u O<sub>2</sub>

Cena jinde 3 995 Kč

Naše cena **3 595 Kč**

Lenovo A6000

- 5" HD displej s vysokým rozlišením
- 8Mpx fotoaparát
- 3 barevná provedení

Více na [www.o2.cz](http://www.o2.cz)

Chytrá síť O<sub>2</sub>

**Sudoku**

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

**Napište svou bublinu**



„Mě tím míčem nevyděsíte!  
Umím tai-či.“  
PAVEL ROHÁČEK  
Facebook

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



Napadá vás vtipný popisěk?

**Kvíz**

- Druhý největší ze všech pěti světových oceánů, pětina povrchu země, je:  
a) **Indický**  
b) Tichý  
c) Atlantský
- Na revolver s otáčivým válcem získal patent americký vynálezce Samuel Colt roku:  
a) **1806**  
b) 1836  
c) 1866
- První moderní šachový turnaj se odehrál v londýnské kavárně Divan. Bylo to roku:  
a) **1819**  
b) 1849  
c) 1879
- Anglický fotbalový klub sídlící v Birminghamu, který byl založen roku 1874:  
a) **Aston Villa**  
b) Fulham  
c) Arsenal
- Sovětská Veněra 3 dosáhla jako první pozemské těleso povrchu Venuše roku:  
a) **1955**  
b) 1966  
c) 1977

**Počasí**

<b>DNES</b>  Min. 0 Max. 4	<b>ZÍTRA</b>  Min. 1 Max. 5	<b>ČTVRTEK</b>  Min. 5 Max. 9	<b>PÁTEK</b>  Min. 5 Max. 9
-------------------------------------	--------------------------------------	--	--------------------------------------

**Stupeň zátěže pro dnešek: bio 2**  
**Střední zátěž:** Rizikové skupiny by se měly vyvarovat zvýšené fyzické a psychické zátěže a věnovat pozornost zdravotnímu stavu.  
**Teplotní rekord:** 18,1 °C  
**Rok výskytu:** 1882

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

**ČT1**

- 12:30 Sama doma
- 14:00 Soudkyně Amy VI
- 14:45 Med
- Povídka z cyklu Bakaláři
- 15:00 Koják II
- 15:50 Hubert a Staller III
- 16:40 Cestování
- 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 3 plus 1 s Miroslavem Donutilem**  
Povídka změna je život, Straka a Vražda na vsi spojuje téma Návraty

- 21:15 Hercule Poirot
- Krimidrama (VB, 2000)
- 22:54 Výsledky losování Šťastných 10 a Euromilióny
- 22:55 Na stopě
- 23:20 Kriminálka Paříž
- 00:15 AZ-kvíz
- 00:40 Hobby naší doby
- 01:10 Kde bydlely princezny
- 01:25 Zajímavosti z regionů
- 01:55 13. komnata Věry Martinové
- 02:20 Sváteční slovo kapucína Rafaela Budila
- 02:25 Dobré ráno
- 05:00 Malá farma
- 05:20 Postřehy odjinud

**ČT2**

- 14:00 Život se sopkami (6/7)
- 14:55 Vzducholodi nad zákopy 1. světové války
- 15:45 Vesmír
- 16:30 Kouzla přírody monzunových oblastí (1/5)
- 17:25 Dunaj - evropská Amazonka (1/2)
- 18:15 Trabantem Jižní Amerikou (9/12)
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Skrytý potenciál
- 19:25 Zatopené osudy
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce

**20:00 Letecké katastrofy: Těžvá nejistota**  
Transportní letoun s 248 americkými vojáky na palubě se krátce po startu zřítil. Panovaly obavy, že šlo o teroristický čin

- 20:50 Dům z karet (10/13)
- 21:45 Faunovo velmi pozdní odpoledne
- Komedie (ČR, 1983)
- 23:25 Californication VII (11)
- 23:55 Citizenfour: Občan Snowden
- 01:45 Křesťanský magazín
- 02:10 Nás venkov
- 02:35 Cesty
- 02:45 Češi očima Poláků
- 03:05 Poláci očima Čechů
- 03:10 Havířské srdce
- 03:30 Abeceda komunistických zločinů

**NOVA**

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:30 Tescoma s chutí
- 12:40 Můj přítel Monk VII (15)
- 13:40 Tělo jako důkaz (12)
- 14:40 Dr. House (12)
- 15:35 Ordinace v růžové zahradě 2 (480)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Mentalista V
- 18:25 Ulice (2992)
- 19:25 Seriál (ČR, 2016)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí

**20:20 Ordinace v růžové zahradě 2 (639)**  
Seriál (ČR, 2016). Tomáš se dočkal, bude spolujazycelem nemocnice. V cestě mu stojí už jenom René. Hrají: Z. Adamovská, J. Kanyza, V. Závřel, J. Stránský, P. Rychlý, R. Fiala, K. Cibulková, M. Zounar

- 21:35 Víkend
- 22:45 Kriminálka Miami X (6)
- 23:30 Zákon a pořádek: Útvar pro zvláštní oběti XIII (7)
- Krimiseriál (USA, 2011)
- 00:25 Dr. House (12)
- 01:20 Mentalista V
- 02:05 Antentá (17)
- 03:05 Krok za krokem III (23)
- 03:55 Ordinace v růžové zahradě 2 (480)
- 04:55 Novashopping

**PRIMA**

- 12:25 Policie Hamburg V (2)
- Krimiseriál (N, 2010)
- 13:25 Komisař Rex VI (13)
- Krimiseriál (N/Rak., 2000)
- 14:35 Castle na zabiti V (8)
- Krimiseriál (USA, 2012)
- 15:35 Sri Lanka. Romantický seriál (N, 2004)
- 17:30 Loď snů (7)
- 17:30 Odpolední zprávy
- 17:50 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimi zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 TOP STAR

**20:15 Vraždy podle Agathy (3)**  
Krimiseriál (VB, 2014-2016). Agatha se opět ujímá role detektiva, aby prošetřila sebevraždu ve zvonici místního kostela. Spolu s asistentem z Londýna a uklízečkou se pouští do sběru informací i hledání podezřelých. Brzy se ukáže, že oběť měla spousta plánů do budoucna, ale sebevražda mezi nimi rozhodně nebyla. Hrají: A. Jensenová, J. Glover, L. Liemannová a další

- 21:30 Očima Josefa Klímy
- 22:15 Jste to, co jíte
- 23:20 Prostřeno!
- 00:20 Misto činu: Mnichov (36)
- 02:05 Policie Hamburg V (2)

**PRIMA COOL**

- 12:55 Jmenuju se Earl III (10)
- Buchtva v troubě. Seriál (USA, 2007)
- 13:25 Simpsonovi III (22, 23)
- 14:25 Simpsonovi IV (1, 2)
- 15:25 Teorie velkého třesku VI
- Loď snů (7)
- Kripke-Cooperova inverze. Sitcom (USA, 2012)
- 15:55 Futurama VII (10)
- Tělo mého přítele. Anim. seriál (USA, 2010)
- 16:25 Hvězdná brána II (8)
- 17:20 Bylo nebylo III (11)
- 18:20 Simpsonovi IV (3-6)

**20:15 Top Gear speciál: Když se nedaří (3)**  
Připomeňte si další nepřítis vydařených reportáží. Výrobu vozíků pro handicapované nebo skok mini cooperem z lyžařského můstku. Chybět nebude ani cesta obojživelnými vozy kanálem La Manche

- 21:25 Teorie velkého třesku VI (15)
- 21:55 Partička
- 22:45 Žraločí masakr v Jersey Shore
- Thriller (USA, 2012)
- 00:40 Partička
- 01:25 American Horror Story (3)
- 02:10 American Horror Story: Asylum (8)
- 02:50 American Horror Story (3)

**ÓČKO**

- 06:00 Ranní fresh
- 07:00 Dotykáč
- 07:05 Ranní fresh
- 09:00 Zpátečka
- 10:00 Óčko hity
- 12:00 Óčko news
- 12:05 Óčko hity
- 13:30 Dotykáč
- 13:35 Óčko hity
- 14:00 Óčko news
- 14:05 Óčko hity
- 15:00 Dotykáč
- 15:05 Óčko hity
- 15:30 Óčko news
- 15:35 Mixxer show

**17:00 Óčko news**  
Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neutěče

- 17:05 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 19:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neutěče
- 19:05 Moje desítka
- Top 10 klipů podle diváka Óčka
- 20:00 CZ & SK
- České a slovenské klipy
- 21:00 Zpátečka
- Nejhit a pořady na Óčko před x lety
- 21:45 Filmshot
- Svět filmu
- 22:00 Artur
- Soutěž krátkých studentských filmů
- 22:05 Óčko flirt



## Sloupek

TEREZA  
BOUČKOVÁ

SCENÁŘISTKA A SPISOVATELKA

NADIJA  
SAVČENKOVÁ

Sevěná úzkostí a smutkem sleduju osud ukrajinské pilotky a důstojnice Nadiji Savčenkovej, obžalované z vraždy a pokusu o vraždu a nezákonného překročení ruských hranic v červnu 2014. Měla navést palbu ukrajinské armády na ruské novináře, z nichž dva zahynuli. Podle obhajoby však byla tou dobou už zajata proruskými separatisty, kteří ji předali Rusům. Sevěná úzkostí a smutkem sleduju, jak tato hrdá mladá krásná žena trvá na svém, nehodlá ve svých nekompromisních a drsných názorech ustoupit a nehodlá prosit ani jakkoliv smlouvat. Několikátou hladovkou si vynucuje nenápadně, ale přesto jasné ústupky ruského „nezávislého“ soudu. Připojila jsem se podpisem k petici apelu-

## Citát

**Bojím se, že lidé jako ona jsou jen figurkami v boji politiků a oligarchů o moc.**

jící za její propuštění. Není pochyb, že je tato žena, pro niž žalobce navrhuje 23 let a pokutu sto tisíc rublů, souzena politiky. Přestože s Ukrajinou sympatizuju, jsem rozpolcená a nejistá v tom, komu z jejích představitelů věřit. Mocenská hra, která začala Majdanem a skončila ruskou anexí Krymu, není – na rozdíl od postav Savčenkovej – ani čistá, ani jednoznačná. Bojím se, že lidé jako ona jsou pouhými figurkami v boji politiků a oligarchů o moc, který se odehrává od začátku ukrajinských protestů. Takové dobré duše se využijí a smetou, protože nekompromisní politické hvězdy – a tou se Savčenkovej už stala – budou nakonec nebezpečné pro všechny. Spekuluje se, že tu krásnou mladou ženu vymění a vrátí se na Ukrajinu. Doufám, že dřív než bude pozdě. Pak budu sevěná úzkostí sledovat, co se s ní a s její vlastní stane dál.

## Dopisy a vzkazy

## Možný důvod?

Článek Louží a smradu je čím dál více jsem si v Metro se zájmem přečetl. A chtěl bych na něj zareagovat. Když jsem byl na výletu v brazilském Rio de Janeiru, tak kromě jeho krásou jsem byl mile překvapen spoustou záchodků pro muže. Záchody tam byly bez placení, jednoduché a plechové, které nikterak nerušily vzhled města. Myslím, že takové záchody by byly vhodné nejen pro Prahu, ale pro většinu našich měst. Města by tolik nesmrděla a my staří s nemocnou prostatou bychom mnohdy za jedno dopoledne ve městě nemuseli odevzdat na WC měsíční příspěvek, který jsme dostali pro zlepšení k důchodu na letošní rok. Víím, že v Praze by měli památkáři s tímto řešením velké problémy, ale městu by odpadly zbytečné výdaje za čišťení ulic. Aby radní nemuseli letět na služební cestu do Rio de Janeira, tak jsem ochoten zaslat své „záchodové“ fotky z cest, protože i tam jsem myslel na krásu naší matičky měst.

MILAN BUREŠ

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

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

## Výrok dne



„Je zřejmé, že dominantní téma voleb byli uprchlíci.“

ANGELA MERKELOVÁ,  
NĚMECKÁ KANCLÉŘKA

Přiznala, že víkendové volby ovlivnilo to, že se stále ještě nepodařilo nalézt řešení krize. To má podle ní hledat EU společně.

## Slovo dne

## SEPARATISMUS

(Ze sloupku Terezy Boučkové na této straně)

Úsilí o odloučení nějaké skupiny od státního, politického či kulturního celku

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK  
CIZÍCH SLOV



## INZERCE

## HOROSKOP na úterý 15. 3.

**ŠANCE NA LÁSKU!**  
Kdy přijde ta vaše! Karty znají odpověď!  
Pošlete SMS ve tvaru **15ZKH**  
a svoje datum narození na číslo **9043055**

	<b>Beran</b> 21/3–20/4 Domov pro vás bude oázou klidu, kterou nutně potřebujete, pokud nechcete začít sahat po pilulkách na nervy a nervovat se více.		<b>Váhy</b> 23/9–23/10 Domácí pohoda nebude jenom kulisou v reklamě, ale vaší dnešní příjemnou realitou, která vám umožní zase rychle načerpat síly.
	<b>Býk</b> 21/4–21/5 Vaši blízcí vám dnes budou skutečně blízko, až budete pochybovat o tom, zda se do jednoho shodného působiště všichni vejdete.		<b>Štír</b> 24/10–22/11 Zkuste připravit pro vaše rodinné hnízdo také nějaké to překvapení. Uvařte třeba večeri nebo kupte lístky na nějakou akci.

	<b>Blíženci</b> 22/5–21/6 S každým sice nemůžete být zadobře, ale minimálně v rodinných vztazích se o to dnes pokusíte a bude to věru s úspěchem.		<b>Střelec</b> 23/11–21/12 Vaše domácí flotila bude hlásit poměrně klidný let, takže si budete moci po delší době přečíst i svoje oblíbené noviny.
--	--	--	---

	<b>Rak</b> 22/6–22/7 Domácí mužstvo bude dnes hlásit klidový stav a vy budete spokojeni, že nemusíte řešit situaci doma a můžete se věnovat práci.		<b>Kozoroh</b> 22/12–20/1 Menší sladká tečka za jídlem nebo dobrý dezert při televizi napomůžou vytvořit dnes příjemnou rodinnou pohodu konce zimy.
--	---	--	--

	<b>Lev</b> 23/7–22/8 Doma budou kupodivu všichni poslušní, a tak nebudete muset cenit zuby ani pouštět hrůzu jinak. Bude se dařit i tady.		<b>Vodňář</b> 21/1–20/2 Udělat si ve svém životě pořádek bude vaší mantrou i tento den. A vaši blízcí vás v tom naštěstí budou svorně podporovat.
--	--	--	--

	<b>Panna</b> 23/8–22/9 Doma je doma, to si budete opakovat, až konečně zasednete unavení k večeri nebo se svalíte k televizi a budou vás obskakovat.		<b>Ryby</b> 21/2–20/3 Nebojte se také ukázat vaším blízkým, že s dárečky nemusejí čekat jenom na Ježíška, ale dáte jim klidně něco jen tak.
--	---	--	--

**Zkušená kartářka Ester**  
Výklady z oblasti vztahů a lásky!  
Ptejte se!  
8:00 – 24:00 hod.  
Zavolej mi na **906 701 701** nebo mi napiš SMS ve tvaru **60TXP** a svůj dotaz na číslo **904 30 46**  
Tuto službu poskytuje: E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, technicky zajišťuje Materna, 1SMS/55Kč vč. DPH, 1min/70Kč vč. DPH, www.ema.biz, www.platmobilem.cz

## Řešení sudoku

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

## Anketa Láká vás pořídít si zbrojní průkaz?



**Adam Všetíček**

Proč ne. Čím víc toho člověk umí, tím najde lepší uplatnění.



**Jakub Ložinský**

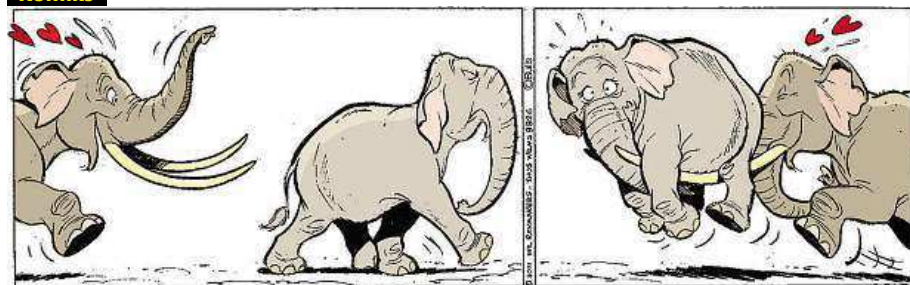
Nikdy se ozbrojovat nebudu, násilí není cesta.



**Honza Tokar**

Ano, ale je to velká odpovědnost.

## Komiks





# TRIATHLON

**Get ready for the Summer Olympic Games with our new series** and learn about different Olympic and Paralympic sports.

**Questions and answers**

**Triathlon? That's running, cycling and swimming isn't it?**

Well, swimming, cycling and running actually.

**That's what I said!**

Well, not quite. Triathlons are always performed in that order. Swimming always comes first, then cycling, and finally running.

**Why's that?**

For safety. The event is very tiring, and it could be dangerous for an athlete to become exhausted while swimming. So that's why they start with the swimming, when they are least tired.



What do you know about triathlon? BRITISH COUNCIL

**Lesson No. 3**



**I see. Sounds easy. Why did you say it was tiring?**

Because of the distances. They swim 1.5 km, cycle 40 km, then run 10 km.

**I've changed my mind. It sounds horrible. Why on earth do people do it?**

It's a test of endurance. And lots of people absolutely love doing triathlons.

**Oh well. At least you can have a rest after each of the stages. Do they have showers?**

No! And they don't rest. They go from one event onto

INZERCE



**Activity**

What do triathlon contestants do? Put these things in the right order.

- A. Get the bike
- B. Leave the bike
- C. Get into the water
- D. Run 10 km
- E. Finish the triathlon
- F. Swim 1.5 km
- G. Get out of the water
- H. Cycle 40 km

the next as quickly as possible. Some contestants even leave their shoes already on their bike pedals. This means that when they finish the swimming, they can start the cycling really quickly.

**So what's the secret of completing the triathlon quickly then?**

As well as being incredibly fit, you need to save energy during the race. So, when you're swimming, use the arms more and the legs less.

**That sounds like a strange way to swim!**

Maybe, but it can make the

legs less tired. And of course you need all the strength in your legs for the cycling and running later.

**I see. So it's all about planning for the next stage then?**

That's right. In the cycling, contestants often use a lower gear so that their legs are moving faster. This keeps them flexible for the running stage.

**Answers**

- Activity**  
1. C; 2. F; 3. G; 4. A; 5. H; 6. B; 7. D; 8. E

**Rules for triathlon**

- An Olympic triathlon is a race with three separate parts. First, contestants do a 1.5 km swim, then a 40 km cycle ride, and finally a 10 km run.
- There are „transition areas“ on the course for contestants to get ready for the next stage.
- Contestants do not have any breaks during the race. They must get ready for the next part of the race quickly.
- The first transition is after the swimming. Contestants get out of the water and put on clothes for the cycle ride. Then they get on (or „mount“) their bikes.
- These changes (or 'transitions') are still part of the overall race. Contestants try to keep their transition time as low as possible.
- The second transition is after the cycle ride. They get off (or „dismount“) their bikes, and begin their 10 km run.
- Contestants wear an electronic chip around their ankle to measure the time each stage takes.
- At Olympic level, the race is usually completed in under two hours.

**Wordsearch**

T	R	A	N	S	I	T	I	O	N
R	Q	S	W	I	M	M	I	N	G
C	Q	X	H	Y	D	Q	P	N	E
Y	M	H	C	S	T	A	G	E	B
C	Y	M	V	H	A	X	M	T	R
L	C	Q	H	F	I	T	Z	M	N
I	J	L	K	E	R	P	G	C	I
N	K	R	U	N	N	I	N	G	Q
G	E	N	D	U	R	A	N	C	E
M	O	U	N	T	I	T	F	F	I

**Find these words in the grid:** swimming, cycling, running, endurance, transition, chip, stage, mount



The second transition is after the cycle ride. PROFIMEDIA.CZ



This English series is presented by the British Council and Metro. [www.britishcouncil.cz](http://www.britishcouncil.cz)



## Péče o zrak. Jezdíte v autě bezpečně?

Dubnová osvětová kampaň, kterou pořádá Mezinárodní sdružení optiků a optometristů (MSOO) ve vybraných městech Česka, prověří, zda řídíte bezpečně. Akce nese název Bezpečně za volantem – péče o zrak a její součástí je test zraku zdarma pro všechny účastníky silničního provozu. „Každé sté auto řídí člověk, který by za volantem vůbec neměl sedět. Přijďte proto zjistit, zda neohrožujete bezpečnost na silnicích právě vy,“ říká prezidentka MSOO Iva Urválková. Tým odborníků složený z očních lékařů, optometristů a optiků za pomoci optického přístroje určeného k testu zraku posoudí kvalitu zraku jednotlivce bez korekce a následně i s ohledem na jeho korekci. To znamená, že pokud člověk používá korekci brýlemi nebo kontaktními čočkami, odborník se testem přesvědčí, zda je korekce vyhovující, případně zda je vůbec nutné ji nasadit. Přesná místa screeningu zraku naleznete na adrese [www.sdruzenioptiku.cz](http://www.sdruzenioptiku.cz). **MBT**

# Progresivní čočky zajistí perfektní vidění kdykoli

**Vetchozrakost potká dříve či později každého z nás.**  
Řešením jsou kvalitní brýlové čočky.

Oční vada presbyopie nastupuje poměrně nenápadně zhruba po čtyřicátých narozeninách. V rané fázi ji můžeme celkem úsměvně nazývat nemocí krátkých rukou, později už se však bez pořádných brýlí neobejdeme.

Celodenní namáhání očí a oddalování předmětů bez vhodné korekce do dohledné vzdálenosti může způsobovat neostře vidění, bolesti hlavy, pálení a řezání očí a v neposlední řadě také vrásky z nadměrného mhouření očí. Optimální řešení při korekci presbyopického zraku poskytují progresivní čočky.



Progresivní brýlové čočky mohou vypadat skvěle. ARCHIV

„Spojují v sobě optimální řešení pro stárnoucí oko. Jsou napohled nerozeznatelné od standardních brýlí, přitom poskytují plynulý přechod z vidění do dálky, přes střední vzdálenost, až na blízko. Zároveň korigují i vaši obvyklou oční vadu. Vyhnete se tak neustálému střídání brýlí,“ uvádí Petra Ustohalová,

optometristka spolupracující se společností Omega Optix.

Dnešní progresivní brýlové čočky vám díky technickým inovacím a také studiím, které byly s nositeli těchto brýlí provedeny, umožní vidět jasně a ostře v libovolné vzdálenosti. „S každým klientem probereme jeho vizuální návyky, na co nejčastěji bude

brýle používat, přeměříme jeho anatomické parametry a podle toho můžeme přesně vyrobit a uzpůsobit design čoček. Výsledkem jsou tak jedinečné brýle přesně na míru,“ říká Ustohalová.

Protože progresivní čočka v sobě vlastně spojuje troje brýle, bývá pro uživatele důležité naučit se s nimi koukat tak, aby kvalita jejich vidění byla stoprocentní. „Na specifika progresivních čoček si lze úspěšně navyknout do měsíce a obecně platí, že čím dříve je začnete používat, tím jednodušší to bude. Klientům doporučuji vytrvat a nestřídat nové progresivní brýle jinými,“ dodává odbornice.

Presbyopie je přirozeným projevem postupné ztráty elasticity oční čočky. Zatímco dvanáctileté dítě zaostří dokonale i na osmicentimetrovou vzdálenost, průměrný jedinec před padesátkou už potřebuje 33 centimetrů. **MBT**

INZERCE

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



PROTON  
THERAPY  
CENTER

## ~~RAKOVINA~~ PRSU

PROTONOVÁ LÉČBA



### MYSLÍME NA VAŠE SRDCE I O VELIKONOCÍCH

Protonová léčba zasáhne cíleně pouze nádor a tím chrání srdce, plíce, míchu i druhý prs. Významně tak snižuje riziko vzniku sekundárních nádorů.

**OBJEDNEJTE SE NA KONZULTACI ZDARMA**

**VOLEJTE: 222 999 000**

**PIŠTE: [patient@ptc.cz](mailto:patient@ptc.cz)**



**E P I D**  
**PREVAPIS**  
ADULTS

NEALERGENNÍ  
**PROPOLIS E.P.I.D.**

KOMBINOVANÝ  
S PŘÍRODNÍMI  
LÁTKAMI

PRO SPRÁVNOU  
IMUNITU



- Šumivé tablety obsahují nealergenní propolis E.P.I.D.®, enzym serapeptázu, N-acetylcystein, šípek, harpagovník a vitamin C
- Pro děti od 12 let a dospělé
- Vhodné rozpustit 1 – 2 tablety denně



**K dostání v lékárnách a na [www.samoleceni.cz](http://www.samoleceni.cz), [www.prevapis.cz](http://www.prevapis.cz)**





## Karolína. Postup

Třiatřicetiletá česká tenistka Karolína Plíšková deklarovala ve třetím kole turnaje v Indian Wells 6:2, 6:0 Srbku Anu Ivanovičovou a stejně

jako loni postoupila do osmifinále. V něm se utká s Britkou Johannou Kontaovou, která porazila 6:4, 6:1 další Češku Denisu Allertovou. **SM**

# Klokanům končí nájem v Ďolíčku

**Fotbalovému klubu Bohemians 1905 hrozí, že nedostane licenci pro příští sezonu.**

Klokaní mají s majitelem stadionu podepsanou nájemní smlouvu jen do konce června a plánovanou koupi vršovického Ďolíčku městem dosud magistrát neschválil. Nový kontrakt vlastníků stadionu společnost Bohemians Real s klubem pravděpodobně neuzavře. „Majitel stadionu nehodlá v tuto chvíli nic prodloužit, protože se za ten rok v podstatě nic nestalo. Čekáme na město,“ řekl ředitel klubu Darek Jakubowicz. Důležitě bude dnešní zasedání Rady hlavního města. „Na programu ten bod nemají, ale může se stát, že to pan radní Libor Hadrava dá takříkajíc na stůl mimo program. Prakticky nám to v pátek slíbil. Pokud by to udělal a rada by to schválila, mohlo by to jít ještě do březnového zastupitelstva,“ uvedl marketingový manažer Bohemians Svatoslav Baťa.

O převodu stadionu se jedná už od roku 2011. Zástupci Prahy 10 na podzim 2014 schválili výměnu stadionu za sousední pozemky v odhadní ceně 60 milionů korun. Radnice tak měla místo 109 milionů zaplatit za stadion 49 milionů. Proti dohodě se ale postavilo tehdejší vedení Prahy, jejíž souhlas je nutný pro všechny majetkové převody městských částí nad 50 milionů. Cena Ďolíčku nyní byla stanovena na 134 milionů korun, daň z nabytí nemovitosti 5,4 milionu korun je ochoten zaplatit Bohemians Real.

Kvůli chybějící nájemní smlouvě klub Bohemians do včerejšího rádného termínu nestihl Fotbalové asociaci ČR předložit podklady v licenčním řízení pro příští sezonu. Nejzazší datum pro odvolání je sice 23. květen, ale situace musí být vyřešena dříve. „Nebude-li předložena nájemní smlouva ke stadionu, znamená to, že klub neprokázal zajištění sportovně technického zázemí na celý soutěžní ročník. V případě, že by to nedoložil, je to jasný důvod pro neudělení licence,“ řekl licenční manažer FAČR Stanislav Rýznar. **ČTK**



### Co na to fanoušci

Fanoušci Bohemky chystají poklidné demonstrace.

- „Dvě stě taxikářů zablokovalo magistrálu. Nás je třeba šest tisíc, tak uvidíte. Ale neplánujeme zapalovat auta, jako se dělo například v Paříži,“ řekl předseda Družstva fanoušků Bohemians Luděk Provazník.



## Kožíšek porazil i Northuga

Druhé místo obsadil lyžař Dušan Kožíšek ve skikrosovém závodě na běžkách Red Bull Nordix v kanadském Lake Louise. Dvaatřicetiletý český reprezentant nestačil po pádu ve finále jen na domácího Yannicka Lapierra. Za sebou však nechal norskou hvězdu Pettera Northuga. V závodě plném skoků, prudkých sjezdů, sprintů a klopečných zatáček startoval už posedmě. Před třemi roky ve Špindlerově Mlýně ve světovém finále zvítězil. **RED BULL**

## Čtvrtfinále. Gól padl v Plzni až v prodloužení

Hokejisté Plzně vstoupili úspěšně do čtvrtfinálové série play-off extraligy proti Olomouci díky vítězství 1:0 v prodloužení. V čase 76:31 rozhodl v přesilové hře po přihrávce kapitána Ondřeje Kratěny Tomáš Svoboda. Branč Matěj Machovský udržel poprvé v kariéře v extraligovém play-off čisté konto. Celkem třikrát mu pomohla tyč, z toho dvakrát v prodloužení. „Měli jsme štěstí a hlavně jsme neudělali žádnou velkou chybu. Nechci si štěstíčko urazit. Doufám, že vydrží co nejdéle,“ řekl Machovský.

Ve druhém včerejším zápase hokejisté Hradce Králové porazili Mladou Boleslav 5:2. Východočechy za úspěšným vstupem do série nasměrovaly dvě branky v první třetině, další přidali ve třetí části. Hosté navíc přišli o kapitána Davida Výborného, jehož ve 27. minutě zranil Bedřich Köhler. Druhé zápasy obou sérií se hrají už dnes opět v Plzni a Hradci Králové. **SM**



## Na biatlon 700 tisíc denně

Mistrovství světa v norském Oslu bylo pro Českou televizi nejsledovanějším šampionátem v biatlonu v historii. Závody s vedoucí ženou Světového poháru Gabrielou Soukalovou (na snímku) a spol. přilákaly během jedenácti dnů k obrazovkám v průměru sedm set tisíc diváků. **ČTK**

### Číslo dne

# 20

Český šerm bude mít po dvaceti letech zástupce na olympijských hrách. Místo v Rio de Janeiro si zajistil fletlista Alexander Choupenitch. Jistotu má po Grand Prix na Kubě.

### Zprávy krátce

## V deseti stupních

Dálková plavkyně Abhejali Bernardová zdolala jako první Češka úžinu mezi ostrovem Robben Island a Kapuským Městem (7,5 km). V chladné vodě o teplotě kolem deseti stupňů Celсия strávila 2:35 hodiny.

## Dvě výhry v řadě

Tenistka Petra Kvitová zdolala Švédku Johannu Larssonovou 6:3, 4:6, 7:5. Poprvé v sezoně vyhrála dva zápasy za sebou a v Indian Wells je v osmifinále. **IDNES.cz**

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

E.M.A. Europe s.r.o., P. O. Box 14, Praha 05, 110 05, IČ: 25318181, zajišťuje Materna, jen pro starší 18let, 1sml/50Kč vč DPH; 1min/50Kč vč DPH, www.ema.cz, www.platmbiorem.cz

• Zadaná a přítulná! Zaskoč za manžela! Hned! volej 774 413 689!

• Chceš STARÉ ženské na sex? Tak neváhej! Stačí poslat SMS ve tvaru 88FXA a text na 909 15 40

• Svoji vybavičku bych moc ráda zužitkovala. Poradíš si s pevnými čtyřkami? Obrázky za odměnu. Iva 30. Vytvoř 909 801 801 nebo pošli SMS na 909 15 45 s kódem 53USR a tvůj text!

• Koketa Rozárka 22. Jsem mladoučká, ale něco málo už umím. Nejradši bych fešného čtyřicátníka. FLIRTÍČEK? Cinkni mi 909 80 50 40 kód PPB50



• Starší podnikatelka Žaneta 58. K plný spokojenosti už mi chybí jen mladá klouček (18+) na smyslné hrátky. Ráda zaučím a zhýčkám. Seber odvalu a zavolej mi 909 90 99 25 nebo piš SMS na 909 15 50 s kódem 11EDD a tvůj text!

# Restartuj na nový!



## NABUŠENÝ HERNÍ STROJ

Lenovo™



### LENOVO IdeaPad Y700

**34 999,-**

objednací kód: NT365e4

Čtyřjádro s možností zpracování až 8 vláken naráz.  
Grafika, co si poradí i s novými herními peckami.  
A k tomu rychlé SSD. Tady není co řešit – tohle je  
ideální mašina pro nadšené hráče.

- + Procesor Intel® Core™ i7-6700HQ Skylake
- + 15,6" antireflexní IPS displej, Full HD
- + Grafika NVIDIA GeForce GTX 960M 4 GB
- + SSD 128 GB + HDD 1 TB, podsvícená klávesnice
- + Windows 10 Home

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 15. 3. 2016 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na [www.alza.cz/reklama](http://www.alza.cz/reklama). Aktuální ceny najdete vždy na [www.alza.cz](http://www.alza.cz). Dárky jsou dodávány pouze do vyčerpání zásob.

kup na [www.alza.cz](http://www.alza.cz) nebo volej 225 340 111

