

metro 

ÚTERÝ 16. ČERVENA 2015 Č. 113 • WWW.METRO.CZ

OPRAVDU VELKÝ VÝPRODEJ

16. 6. 2015
VIP DEN

+



=

20% sleva
na luxusní kosmetiku.

10% sleva

na oblečení, obuv a doplňky,
domácí potřeby, textil, hračky
a papírnictví.

až
-50%

Dezigual®

WAREHOUSE


TIMEOUT
ESTABLISHED 1992 CALIFORNIA

steilmann

COLLOSEUM

SPRINGFIELD
Man & Woman

Levi's®
Life is calling

Bellinda

VERO MODA®

F&F

oasis
OASIS.STORES.COM
OOO

JACK & JONES®


mayoral

Clarks

lamart
by Pierre Lamart

W
Mf


Berlitz

 Samsonite

Silit

 MAXWELL
& WILLIAMS
DESIGNER HOMEWARES

Ritzenhoff & Breker
since 1810

SCAN quilt®
... per 125 domer

SENCOR

SAMSUNG

arcade
COLOR

tescoma®

... a mnoho dalších značek!

www.mystores.cz

Obchodní dům My vám přináší 

Akce platí od 16. 6. do vyprodání zásob.


národní

OPRAVDU VELKÝ VÝPRODEJ

až
-50 %



999 Kč
499 Kč
COLIN'S
Pánské kraťasy



499 Kč
249 Kč
Kappa
Pánské polo tričko,
různé barvy

499 Kč
149 Kč
Disney
Dětské pyžamo,
různé druhy

999 Kč
499 Kč
oasis
Dámské šaty



3 629 Kč
1 809 Kč

Samsonite

Cestovní kufr
upright M, 71 l



7 999 Kč
899 Kč
Betty Barclay

Dámská kabelka,
různé druhy



www.mystores.cz

Obchodní dům My vám přináší **TESCO**
Národní 63/26, Praha 1

Akce platí od 16. 6. do 30. 6. nebo do vyprodání zásob.

my
národní

SLUNCE PÁLÍ A ZUŘIVÝ HMYZ NEDÁ POKOJ

CO VÁM ZARUČENĚ ZKAZÍ POBYT V LETNÍ PŘÍRODĚ STRANA 13



metro

PRAHA

Úterý, 16. června 2015

Č. 114, www.metro.cz
Svátek slavi: Zbyněk

Min. 18°
Max. 22°

Nejčtenější noviny v Praze

Zabiják MERS Česko neohrožuje. Zatím

Virus. Primářka kliniky infekčních chorob nevyloučila, že by se k nám onemocnění nemohlo nikdy dostat.
Není lék. Virus se poprvé objevil v Saúdské Arábii, napadá dýchací cesty, lékaři jej neumí vyléčit STRANA 6



Mimoni jeli jakartským metrem, brzy dorazí také k nám

V Indonésii se rozjela propagace nové komedie Mimoni. V hlavním městě Jakartě se projížděli s ostatními cestujícími v tamním metru (na snímku představitel Boba). Žlutým Mimoňům propůjčila hlas řada známých herců, mezi nimi i Sandra Bullocková či Michael Keaton. Americký snímek bude mít v českých kinech premiéru 25. června. AP – DITA ALANG KARA

Kino a hudba v kolejišti

Nákladové nádraží Žižkov se se začínajícím létem stane kulturním uzlem metropole. Kino pod širým nebem nabídne během letních měsíců na čtyřicet projekcí, ve čtvrtek zavítá do areálu Klubová noc. STRANA 2

Baroš končí v Ostravě

Fotbalový útočník nedostal od Baníku nabídku na prodloužení smlouvy, a v Ostravě tak končí. Možná i proto, že management klubu ostře kritizuje. Teď si hledá nové angažmá. STRANA 16

INZERCE

LETNÍ SLEVY DORAZILY DO PALLADIA!
Aktuální informace o zboží ve slevách sledujte na:
fb.com/palladiumpraha.cz.

NENECHTE SI UJET SLEVY

PALLADIUM

Zprávy krátce

Blanka: výměna 56 km kabelů

V tunelu Blanka bude potřeba vyměnit více poškozených kabelů, než se předpokládalo. Místo původních 80 kusů v délce asi 15 kilometrů je potřeba vyměnit asi 300 kabelů v délce zhruba 56 kilometrů.

Splašky ve vodě by se měly stát varováním

Největším bezpečnostním rizikem Prahy je chybějící kontrola nad strategickými komoditami, blackout a kybernetický útok. Na Pražské bezpečnostní konferenci to včera řekl generál a bezpečnostní odborník Andor Sándor. Velkým rizikem jsou situace podobné incidentu v Praze 6, kdy se do pitné vody dostaly splašky. Voda podle něj měla být ihned vypnuta. „Mnoho lidí mohlo být mrtvých, kdyby se nejednalo jen o koliformní bakterie,“ řekl. **ČTK**

Na žižkovském kolejišti bude kino i koncerty

Nádraží čeká týden plný kultury. Těšte se na Afriku i filmovou klasiku.

United Island of Prague a české i zahraniční filmy. Nákladové nádraží Žižkov se poveze na kulturní vlně.

Zítřejší do unikátního letního kina zavítá již druhý letošní promítání. Hudební komedii Bratři Bluesovi pořadatelé na desetimetrové plátno promítnou od 21.30 hodin. V pátek se návštěvníci mohou těšit na český film Na kolejích česká vrah.

„Během léta kino nabídne celkem čtyřicet projekcí. Mezi očekávané divácké hity patří Terminátor nebo sci-fi komedie Návrat do budoucnosti, od jejíž premiéry uplyne třetího července třicet let,“ zve do nádražního kina

Aleš Rumpel z Národního filmového archivu. Návštěvníky kina letos nepřekvapí ani dešť. „Za nepříznivého počasí se projekce odehrají v bývalých skladovacích prostorách nádraží,“ dodává.

Ve čtvrtek filmy na nádraží vystřídá pro změnu hudba. Klubová noc, která je předskokanem víkendového hu-

debního maratonu United Islands, do Žižkova zavede rock, reggae i rytmy Afriky.

Na pódiu se představí mimo jiné i kapela Aneboafro. „Základem naší hudby je pulzující rytmika západoafrických bubnů a chytlavé africké písničky. Vystupuje s námi i charismatický zpěvák a tanečník Abdul Trao-

re,“ představil kapelu její člen Jiří Vass. Kromě africko-české kapely ve čtvrtek na žižkovském nádraží vystoupí i Pohřební kapela, CCTV Allstars a Cistírna pokaždé jinak a Slepí Křováci.



MAREK HYŘ
dopisy@metro.cz

Filmy i muzika

Příští týden nabídne letní kino na Nákladovém nádraží Žižkov další tři snímky.

- Těšit se můžete na filmy **V Bruggách**, **Svatba jako řemen a Slno v sieti**.
- Ve čtvrtek na nádraží vystoupí od 20.00 **Pohřební kapela**, **Aneboafro** zahraje od 21.15, **CCTV Allstars** se představí ve 22.30, **Cistírna pokaždé jinak** od půlnoci a o závěr festivalu se postarají **Slepí Křováci**.



Aneboafro je devítičlenná hudebně-taneční kapela. ARCHIV KAPELY

INZERCE

OBROVSKÉ VÝHODY pro naše zákazníky

Pomůžeme při opravách porouchaných spotřebičů nebo jejich výměně za nové

Vyzkoušejte i celou řadu našich dalších výhod, slev a bonusů.

www.ppas.cz **840 555 333**

Revoluce v hubnutí? To je proteinová dieta s lékařem v CENTRU PREVENCE

Léto už klepe na dveře a každý by se rád předvedl pěkným tělem bez zbytečných kilogramů. Jak toho docílit jsme se zeptali **MUDr. Jany Moravcové z CENTRU PREVENCE**, kde se zabývají redukcí tělesné hmotnosti a zdravým životním stylem.

Jakou dietu klientům doporučujete? Dietu klientům doporučujeme „na míru“. Nejčastěji přicházejí klienti kvůli redukcí hmotnosti, kdy nasazujeme ketogenní bilkovinovou dietu. Umíme poradit i s dietou při onemocnění žaludku a střev, při cukrovce, při rekonvalescenci po závažných onemocněních, s dětskou dietou a samozřejmě s racionální dietou, která by měla být součástí životního stylu každého z nás.

Rozhodne-li se někdo zhubnout, je ketogenní (proteinová) dieta vhodná pro každého? I když je proteinová (ketogenní) dieta bezpečná, existují onemocnění, u kterých není vhodné tuto dietu podstoupit. Jsou to např. onemocnění ledvin nebo alergie. Ketogenní dietu nedoporučujeme ani v dětském věku a při těhotenství.

Co je principem ketogenní diety? Tělo výrazně přestane přijímat cukry a zvýší přísun bílkovin, vzhledem k tomu, že naše tělo potřebuje cukr, vezme si ho ze svých zásob, tedy výsledkem je, že zhubnete pouze tukovou tkáň. Součástí kontrol je i měření na přístroji InBody230, kde přehledně kontrolujeme úbytky tělesné hmotnosti – tedy úbytek tuku, nikoli svalové tkáně, což se často u dozorování nejrizikovějších diet bez dohledu lékaře stává.

Tělo se při ketogenní dietě dostává do stavu „ketózy“, co to je? Palivem pro naše tělo jsou při běžném způsobu stravování především cukry. Při ketogenní dietě se množství cukrů výrazně omezí a organismus jako zdroj energie používá ketolátky. Ty vznikají v játrech tehdy, kdy poklesnou zásoby cukru v podobě glykogenu. Vytvořené ketolátky (acetacetát a β-hydroxybutyrát) jsou pak organismem využívány jako náhradní zdroj energie.

U diety se často setkáváme, že lidé hladoví. U ketogenní diety se nehladoví, ani nemají lidé hlad. Energií tělo dostává z kvalitních bílkovin, které jsou podávány v pravidelných intervalech po 3-4 hodinách a navíc lze celý den pít povolené druhy potravin. Ketolátky

vznikající při ketogenní dietě přirozenou cestou navozují pocit nasycení.

Které potraviny jsou zakázané? Obecně lze říci, že jsou nevhodné potraviny obsahující velké množství cukru a škrobu, tedy slazené nápoje, alkoholické nápoje včetně piva, sladké ovoce, veškeré sladkosti a přílohy, jako brambory, knedlíky, rýže, těstoviny, luštěniny nebo pečivo.

Které potraviny jsou naopak vhodné? Jakékoliv maso, ryby a vejce, mléčné výrobky, listová zelenina, houby a povolené druhy zeleniny.

A co pohyb? Standardní součástí ketogenní diety pohyb není a řada klientů přichází právě proto, že se u ketogenní diety nemusí hýbat. Ale my klienty učíme zdravému životnímu stylu, ke kterému pohyb patří. Naším cílem je naučit klienty nejen správně jíst, ale také se správně a zdravě pohybovat.

Nedochází k jeho efektu po ukončení diety? Naší snahou je naučit klienta správně jíst a pohybovat se, aby nadále nepřibíral. Je třeba si uvědomit, že je nutné udržovat stejný příjem a výdej energie, aby nedocházelo ke zvyšování hmotnosti, čemuž klienta učíme v tzv. 3. fázi ketogenní diety. Naši klienti pak od nás odcházejí nejen se shozenými kilogramy (v první fázi 5-10 kg tuku za měsíc), ale také s návyky správné životosprávy. Vědí, že díky kombinaci zdravé stravy, správného pohybu a samozřejmě i odpočinku, zůstanou nejen štíhlí, ale také spokojení a plní energie.

Proč by klienti měli navštívit právě vaše centrum? „V CENTRU PREVENCE se klientům věnuje **lékař**, nikoliv rychlokurzem prošlý „výživový poradce“, s čímž se, bohužel, v dnešní době setkáváme stále častěji. Lékař na základě rozboru anamnézy a krevních testů zhodnotí, jaká dieta je pro klienta nejvhodnější. Po nasazení diety je klient v pravidelných intervalech lékařem kontrolován. Vzhledem k tomu, že za sebou máme pouze samé spokojené klienty, nabízíme garanci vrácení peněz na zakoupený program hubnutí!“ doplnila Marie Bahenská, manažerka kliniky.

Více informací na www.centrumprevence.cz nebo na telefonu 608 808 438 nebo 604 277 180.

Člověk je lovec a má chuť se někam trefovat

Typický lukostřelec je vždy velký individualista.

Martina Macková střílí z luku bezmála čtyřicet let. Zúčastnila se mnoha světových lukostřeleckých klání, naposledy loni, kdy na mistrovství světa obsadila šestou příčku. Je také spoluzakladatelkou sportovního oddílu Start Praha, ze kterého pod jejím vedením vzešlo jedenáct českých reprezentantů.

Jaké jsou vlastnosti správného lukostřelce?

Fyzická zdatnost je mnohdy méně důležitá než ta psychická. Vyrovnaný jedinec se totiž dokáže lépe soustředit a najít vnitřní klid. Žádná omezení tu však nejsou a střílí široká škála lidí. Tlustí i tenčí, vědátory i řemeslníky. Ty-

pický lukostřelec je obvykle velký individualista a v týmu mu to příliš nesvědčí.

Jak jste si k luku našla cestu vy?

Můj otec byl gymnasta, takže jsem odmala dělala celou řadu sportů. Když jsem začala chodit do školy, zjistila jsem, že nemám příliš v oblíbené kolektivní sporty. Asi proto jsem se zhlédla v pádlová-

metro FRAJER

ni a následně v lukostřelbě. Nejdřív jsem si sice říkala, že tak blběj sport v životě nemůžu dělat, ale vzhledem k tomu, že už střílím přes čtyřicet let, je jasné, že jsem se hodně spletla.

Chci začít střílet z luku. Jak na to?

Přijďte k nám do Start Praha, projdete si deseti lekce-



Martina Macková na závodech v Kolumbii

LUKOSTRELEC.CZ

a pak se rozhodnete, jestli chcete vstoupit do oddílu. Můžete pak využívat naše střelnice na Strahově či Střeleckém ostrově nebo se třeba díky nám akreditovat na Mistrovství České republiky.

Jak je na tom dnešní generace mladých sportovců?

Strašně špatně. Dneska jsou skoro všichni zalezlí

doma u počítačů. Ve srovnání s námi, kteří jsme běhali neustále někde venku, je to žalostné srovnání. Je potřeba dětem najít nějaký zájem a na to je luk skvělý. Člověk je jednoduše lovec a vždycky bude mít chuť se někam trefovat.



FILIP JAROŠEVSKÝ
dopisy@metro.cz

Zprávy krátce

Za pobodání se Albánci omluvil

Soud se začal zabývat pobodáním kosovského Albánce před hotelem Hilton, které podle obžaloby spáchal na podzim roku 2013 krajan napadeného. Ten je stíhán jako uprchlý, po svém advokátovi však včera poslal prohlášení, podle nějž se nikde neskrývá a žije v Kosovu. S pobodáním si prý doma vše vyřídil omluvou „podle albánských tradic“. **ČTK**

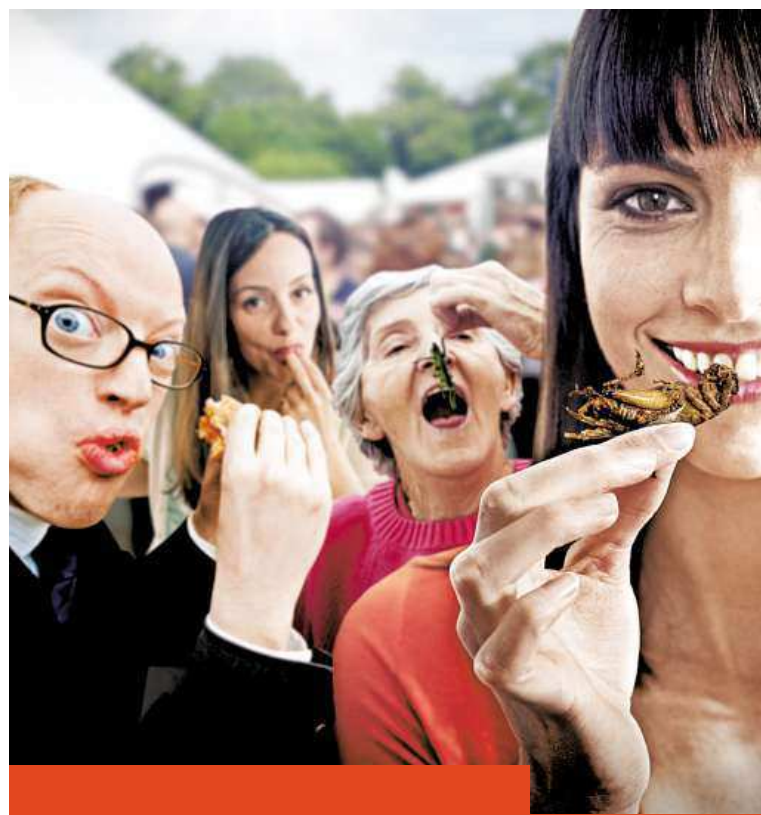
Metro hlídač

Staňte se redaktorem Metra – a vydělejte si!

O všem, co se v Praze děje, víte nejlíp vy. Pošlete nám zprávu, fotku nebo video. Nejlepší fotky otiskneme a jejich autor získá až 800 korun.

Své příspěvky posílejte na: mms@metro.cz nebo www.metro.cz/hlidac

INZERCE



GO/REGIONTOUR
si letos vychutnali všichni.

Vychutnejte si každou zakázku, kterou získáte na veletrhu v Brně.



Veletrhy
Brno

Budte tam, kde se něco děje



DO ASIE Z PRAHY PŘES MOSKVVU

Pro příznivce vodních sportů

Přeprava vybavení pro surfování a potápění zdarma!
Platí pro lety do Malé, Bangkoku, Ho Či Min City a na Phuket na období do 24.10. 2015

Pohodlný přestup v Moskvě na letišti Šeremetěvo.
Při tranzitu kratším než 24 hodin není nutné vízum.



THE BEST AIRLINE
OF EASTERN EUROPE
in the opinion of 18 million passengers
from 160 countries



2015 TRAVELERS'
CHOICE
FAVORITES

www.aeroflot.com



Unikátní lví safari v Česku

V areálu zoologické zahrady ve Dvoře Králové nad Labem na Trutnovsku vzniklo lví safari. Ve střeženém výběhu, jímž vede zhruba 500 metrů dlouhá cesta, po které budou lidé projíždět ve svých vozech, se volně pohybují tři lví samci. Zkušební provoz bude zahájen koncem příštího týdne.

ČTK

Zprávy krátce

Šéfka muzea prý kradla exponáty

Policie obvinila bývalou ředitelku litoměřického muzea z porušování povinnosti při správě cizího majetku. Z muzea prý zmizelo několik tisíc věcí v hodnotě milionů korun. Kvůli rozkrádání exponátů v okresním muzeu možná policisté obviní ještě další lidi. Bývalé ředitelce hrozí vězení dva roky až osm let.

Muž v Brně postřelil řidiče

Policie pátrá po neznámém střelci, který včera po polední v Brně-Žebětíně vystřelil na řidiče auta a zranil ho. Zároveň včera lupič ohrožoval obsluhu prodejny potravin v sousední Bystrci, policisté předpokládají, že šlo o téhož člověka. Podle policie je to 180 centimetrů vysoký štíhlý muž, který měl na sobě mikínu s kapucí a obličej si kryl šátkem.

Požár v bývalém muničním areálu

Ve skladu v bývalém muničním areálu v Ratajích na Kroměřížsku včera odpoledne hořelo. Požár vznikl při výrobě výbušnin, jeden zaměstnanec byl zraněn. Muž podle mluvčího Zdravotnické záchranné služby Zlínského kraje Petra Olšana utrpěl vážnější popáleniny v horní části těla a v obličejí. ČTK

Tropy teď nečekejte

Výhled počasí: na houbaření sucho, na koupání zase zima a deštivo.

Oproti tropickým třicítkám z uplynulých dvou víkendů nás teď čekají teploty až o dvanáct stupňů nižší. „První nádeje, že by se teploty vrátily k 25 stupňům, je až na konci června. To nejdřív,“ předkládá prognózu Jan Šrámek z Českého hydrometeorologického ústavu.

Teď se však se Šrámek podívejme na nejbližší období, kdy se teploty mají pohybovat jen kolem osmnácti stupňů nad nulou. „Vypadá to, že do středy moc přeháněk nebude, od čtvrtka pak už ano, a to i přes víkend až do začátku příštího týdne,“ říká meteorolog. Počasí nepřeje ani houbaření, přehánky totiž bu-

Úroda nic moc

Sucho na jižní Moravě je už pravidlem.

- „Spíš je výjimečné, když zaprší,“ glosuje současně počasí viceprezident Agrární komory Václav Hlaváček. Krátký déšť z minulých dnů prý úrodě moc nepomohl.
- „Déšť byl jen lokální, ale na Hustopečsku například ani kapka vody. Výnos už je poznamenán,“ říká Hlaváček.

dou spíše krátké a moc deště nepřinesou. To nepotěší ani jihomoravské zemědělce, které už několik týdnů sužují sucha. „Se suchem se asi budou na jihovýchodě republiky dál potýkat,“ očekává Jan Šrámek.



TOMÁŠ BELICA
tomas.belica@metro.cz

Majetek. Zabavit

Sněmovna bude řešit návrh zákona o prokazování původu majetku. Zřejmě v pátek. Finanční správa by díky němu měla mít možnost analyzovat vyšší majetku v souvislosti s daňovým přiznáním. Pokud hodnota neevidovaného majetku převyšuje sedm milionů korun, berňák vyzve k prokázání pů-

vodu majetku a popřípadě jej zdaní. Na projednávání chce přijít prezident Miloš Zeman, který je zastáncem nejtvrďší varianty – tedy místo zdaňování by nelegální majetek rovnou zabavil. Domnívá se také, že by se zákon měl vztahovat i na majetek pořízený před přijetím tohoto zákona. MAP

INZERCE

PŘIJĎTE SI ODPOČINOUT

Pronájem privátní vířivky pro dva 1h/1000

Erotická tantra masáž pro muže 2h/2500

Energetická masáž 1h/800

Akce: tento týden tantra masáže sleva 500 Kč dopoledne



Body masáže
Tantra pro ženy
Dárkové poukazy



608 000 500
masaz@mmsu.cz
www.mmsu.cz

-20%

-30%

-50%

LETNÍ VÝPRODEJ

ZAČÍNÁME 16. ČERVNA

-40%

-70%

-10%

Fashion Arena Prague Outlet
Zamenhofova 440
Praha 10 - Štěrboholy
Otevřeno denně 10.00–20.00

BUS Fashion Arena zdarma
– každých 30 min. od stanice metra Depo Hostivař, trasa A

FASHION-ARENA.CZ



FASHION ARENA
PRAGUE OUTLET

www.fokusoptik.cz

FOKUS[®]
OPTIK



Akce trvá od 4. 5. 2015 do odvolání. Slevy se nesčítají.
Akce platí při zhotovení kompletních brýlí (dioptrická obruba + dioptrická skla).
Sleva neplatí v outletech FAOC Štěrboholy a Hlavní nádraží Praha.

www.fokusoptik.cz

FOKUS[®]
OPTIK



SLEVA
na sluneční
brýle

Akce platí od 4. 5. 2015 do odvolání. Slevy se nesčítají.
Sleva platí ve všech pobočkách FOKUS optik kromě
outletů FAOC Štěrboholy a Hlavní nádraží Praha.

Proti viru MERS lék není, Česko ale prý ohroženo není

Nový zabiják. Virus MERS. Ve světě si už vyžádal na 1400 obětí.

„Jde o vysoce infekční virové onemocnění, které se přenáší vzdušnou cestou a bližším kontaktem. A má vysokou úmrtnost,“ upozorňuje v rozhovoru pro deník Metro Hana Roháčová, primářka kliniky infekčních onemocnění pražské Nemocnice Na Bulovce. Včera ale vláda ujišťovala, že nákaza v Česku nehrozí. Stačí, když nebudeme jezdit do rizikových zemí, jako je právě Korea nebo Arabský poloostrov.

Můžeme být tedy v klidu, jak ujišťuje vláda?

Nevím, co říká vláda. Nelze ale říct, že by Česká republika byla ohrožena významněji

než jiné státy Evropy. Žijeme ovšem v rámci celosvětového společenství, to znamená, že kontakty, cestování a tak dále jsou běžnou součástí života, takže nemůžeme vyloučit, že to onemocnění se k nám nedostane. Pravda je, že zatím Světová zdravotnická organizace (WHO) nevydala žádné doporučení k cestování.

To znamená, že situace není tolik vážná?

Ne, že není vážná. WHO nevydala doporučení ve smyslu, aby občané necestovali. Tohle se ale samozřejmě může změnit z hodiny na hodinu. V současné době však žádná omezení cestování či návštěv nejsou.

V uplynulých měsících byla celosvětovou hrozbou ebola a mluvilo se o tom, že my máme výhodu v tom, že viru nespědí chladnější podmínky...



Teď mluvíte o rozšíření. Je to ale virus, který se přenáší kontaktem. Pokud myslíte, že MERS může přežít delší dobu v našem prostředí, pak asi ano, ale musí mít vždy nějaký zdroj. Není to tak, že by byl někde na domě nebo na tramvaji a čekal, až se od něj někdo nakazí. Vždy musí mít nosiče, tedy toho nemocného člověka.

Měl jsem na mysli právě teplotní podmínky pro ší-

ření, zda je MERS spíš teplotní virus.

Ebola by se tady šířila a samozřejmě to platí i pro MERS. Naštěstí jsou u nás v těchto případech nastaveny takové režimy, že nemocný člověk je izolován, v tom jsou opatření velmi přísná.

V případě eboly můžete nakaženým jen dodávat tekutiny, co pomáhá na MERS?

Tady také není léčebná metoda. Onemocnění se projevuje selháváním dýchacích cest, je to jako těžký zánět plic, ale ne takový, který by se vyléčil antibiotiky. Toto je virový zánět plic a tam může pomáhat kyslík, podporuje se respirační činnost, ale žádný speciální lék, který bychom nakaženému podali, a onemocnění zabránili, není.



TOMÁŠ BELICA
tomas.belica@metro.cz

MERS

Virus se poprvé objevil na Arabském poloostrově (nejdříve v Saúdské Arábii, a to už v roce 2012).

• Zkratka znamená Middle East Respiratory Syndrome Coronavirus.

• Letos v červnu došlo k nárůstu onemocnění v Jižní Koreji – 138 případů a čtrnáct zemřelých.

• Jak ho poznat? Vodítkem může být, pokud se při cestě nebo po návratu do čtrnácti dnů objeví horečka vyšší než 38 stupňů, dechové obtíže, kašel, eventuálně průjem.

• Úmrtnost se pohybuje kolem 40 až 60 procent u osob s přidruženými onemocněními. Doba od nákazy do propuknutí příznaků je dva až čtrnáct dní.

INZERCE

~~RAKOVINA~~ PROSTATY PROTONOVÁ LÉČBA

Jmenuju se Bedřich a mám štěstí. Můj kamarád Tonda za mnou loni přišel, že mu našli raka. Tak jasně, je nám pětapadesát, tak se to může stát, všude píšou, že rakovina prostaty si ročně najde 9 tisíc chlapů a Tonda byl teda mezi nimi. Doktoři dali hlavy dohromady a že prý operace. Ale Tonda nechtěl, slyšel o protonové léčbě, která ho nepoškodí a zůstane prý mužský se vším všudy. Oni zase, že to nejde, že je to drahý a že mu to pojišťovna nezaplatí. Tak na tu svojí pojišťovnu zavola a bingo, Vojenská to platí, byla první a loni taky jediná. Měl jsem radost za něj, ale pak jsem se lekl: „A co ta moje pojišťovna?“ Zrovna byl červen, tak jsem vyplnil papíry a přehlásil se. Moje mladá doma trochu remcala, že prý všechno musím mít jako Tonda, ale rok se s rokem seel a dala pokoj. Letos si totiž rakovina našla mě a já vůbec nic neřešil. Přišlo se na to brzy, jsem u Vojenské zdravotní pojišťovny a tak jsem šel rovnou do protonového centra. Došel jsem tam 5 krát a hotovo. Rakovina pryč a my s Tondou sedíme v hospodě a libujeme si, že jsme měli štěstí. Stejnou možnost máte taky.

Máte právo na nejlepší léčbu. Máte i právo zvolit si zdravotní pojišťovnu. Možnost přehlásit se máte každý rok do 30. června.

Léčbu v Protonovém centru v Praze hradí zaměstnanecské pojišťovny.

www.ptc.cz

LETNÍ RELAX V LÁZNÍCH PODĚBRADY

Užijte si léto a nechte se rozmazlovat v lázních, které fungují nepřetržitě již od roku 1908.

Dobijte energii při lázeňských procedurách v královském městě Poděbrady.

Dopřejte si unikátních účinků přírodní minerální vody.

Těšíme se na vás!

Z naší široké nabídky pobytů si vybere každý.

Například:

POBYT PRO SENIORY (6 dní / 5 nocí)

polopenze, 1x lékařská konzultace, 3x uhlčitá koupel, 1x levandulová koupel, 3x solná jeskyně, poukaz do kavárny

Cena na osobu 5.990 Kč v Hotelu Zimní lázně* nebo Hotelu Libuše*****

VÍKEND PRO ŽENU A MUŽE (3 dny / 2 noci)

plná penze, 4 lázeňské procedury (např. uhlčitá koupel, infrasauna, částečná masáž Aloe Vera), poukaz do kavárny

Cena na osobu 3.890 Kč v Hotelu Zámeček** nebo Hotelu Libenský******

U výše uvedených pobytů je příplatek za jednolůžkový pokoj na osobu a noc 200 Kč.

Bližší informace a rezervace na www.lazne-podebrady.cz
e-mail: ck@lazne-podebrady.cz
tel.: 325 606 500

LÁZNĚ PODĚBRADY
AKČIOVÁ SPOLEČNOST



Běženci zaplavili italská města

Řím nebo Milán se potýkají s přílivem tisíců uprchlíků.

Francie a Rakousko je vrací zpět do Itálie.

Tisíce lidí nocují v současné době v Římě kolem autobusových a vlakových nádraží. Tamní radnice už musela zřídit stanové tábory. Římané si totiž stěžují na špatné hygienické podmínky.

Na hlavním železničním nádraží v Miláně zase uvízly téměř čtyři stovky Afričanů a Syřanů.



Citát

Podělit se jen o 24 tisíc uprchlíků, to považují spíše za provokaci.

MATTEO RENZI,
ITALSKÝ PREMIÉR

Běženci chtějí zamířit dál do Evropy, ale Rakousko a Francie v posledních dnech na hranicích s Itálií posílily kontroly a imigranty nepouštějí do svých zemí. Ti se pak

Itálie žádá o solidaritu

Podle navrženého systému kvót, který však zřejmě neprojde pro odpor rady zemí, by mělo putovat z Itálie do dalších členských zemí EU 24 tisíc uprchlíků.

- Podle odhadů by letos do Itálie mělo přijet přes 200 tisíc nelegálních migrantů.

- Itálie proto žádá Unii o větší solidaritu.



Vlakové nádraží (Milán) AP

vracejí do italského vnitrozemí. Rakouské, francouzské, ale i německé úřady obviňují Řím, že přivírá oko nad imigranty, kteří se snaží z Itálie vycestovat.

Podle stávajících pravidel by běženci měli podat žádost o azyl v zemi, v níž poprvé překročili hranice Evropské unie, tedy v Itálii. V praxi se to však podle Francie a Ra-

Vzpouza na Lesbos

Stovky uprchlíků se včera vzbouřily na řeckém ostrově Lesbos, kde hledají záchranu před násilím v Sýrii a Iráku.

- Demonstrovali za lepší životní podmínky a urychlené vyřizování azylové registrace. Proti násilnostem ostře zakročila místní policie.

- Do Řecka už letos dorazilo na 50 tisíc uprchlíků.

kouska neděje. Statistika podle nich hovoří jasně: Do Itálie loni přicestovalo přes 170 tisíc uprchlíků, ve sběrných zařízeních jich ale nyní je jen 76 tisíc. **ČTK**

Zprávy krátce

V Donbasu znárodňují

Lidové republiky proruských separatistů v Donbasu se rozhodly řešit své finanční problémy znárodněním. Upozorňuje na to ruský podnikatelský list RBK, podle něhož na seznamu znárodněných podniků už figurují doly, plynovody, tepelná elektrárna či autobusová nádraží. Z až 2,5 milionu lidí zde žije okolo milionu důchodců a dalších lidí, kteří vyžadují sociální ochranu. Nejzámožnější a nejkvalifikovanější část populace z Donbasu uprchla.

Papež vyjádřil lítost nad Husem

Papež František se u příležitosti 600. výročí smrti Jana Husa setkal včera ve Vatikánu se zástupci českých církví. Znovu vyjádřil lítost nad jeho upálením. Na papežské koleji Nepomucenum se pak uskutečnila bohoslužba smíření a odpuštění u příležitosti Husovy mučednické smrti.

Postaví před soud arcibiskupa

Vatikan poprvé postaví před soud duchovního podezřelého ze sexuálního zneužívání a vlastnictví dětské pornografie. Proces s polským arcibiskupem Józefem Wesolowským, bývalým papežským nunciem v Dominikánské republice, začne 11. července. **ČTK**



Depardieu priznal, že dělá hlouposti

Francouzský herec Gérard Depardieu (na fotografii z loňského festivalu v Cannes s dnes již bývalým prezidentem FIFA Seppem Blatterem) připustil, že má hodně chyb a dělá hlouposti. V rozhovoru, který včera vydal francouzský deník Metronews, se také priznal, že se raději než na své filmy dívá na některé americké thrillery. Ujistil, že neprovokuje schválně, že se jen chová, jak cítí či potřebuje. Například při močení na palubě letadla v srpnu 2011 měl prostě nutnou potřebu. „Dělám hlouposti, to je pravda. Ale vím, kdy překročím mez u lidí, které mám rád. Je těžké se vypořádat se svými chybami. Je nutné se snažit je zmírnit. Ale budou tu stále. A já jich mám hromadu,“ řekl listu. **AP**

Nantes. Vzplála tamní bazilika

Baziliku Saint-Donatien ve francouzském městě Nantes na západě země včera zachvátil rozsáhlý požár. Živel památku poničil, zejména její střechu, která prakticky shořela. Požár prý vypukl nešťastnou náhodou ve chvíli, kdy dva pokrývači pracovali na střeše baziliky. Monumentální církevní stavba pochází z 19. století. **ČTK**

Jeb. I bratr George Bushe mladšího chce být prezident

Od roku 2017 by mohl obývat Bílý dům již třetí člen z dynastie Bushů. Syn bývalého prezidenta George Bushe a mladší bratr dalšího prezidenta George Bushe mladšího včera oficiálně oznámil, že bude kandidovat na amerického prezidenta.



Jeb Bush AP

Jeb je považován za většího intelektuála než jeho o sedm let starší bratr. Mluví plynně španělsky, a tak by mohl zaujmout i hispánské voliče, kteří volí většinou demokraty. V zahraniční politice by postupoval vůči Rusku tvrději než prezident Obama. **ČTK**

Gruzie. Státní smutek za oběti povodní



SVÍČKY ZA MRTVÉ AP

Gruzie včera držela státní smutek za oběti víkendové povodně, která si v Tbilisi vyžádala nejméně dvanáct obětí. Osud dalších dvou desítek lidí zůstává neznámý, pátrají po nich záchranáři, podobně jako po potenciálně nebezpečných zvířatech, která uprchla z městské zoologické zahrady. **ČTK**

Číslo dne

12

Jen tolik lidí přežilo potopení lodi na řece Jang-c'ťiang, při němž 1. června zahynulo 442 lidí. Všechna těla obětí byla nalezena.

VYHRAJTE DŮM, JAKÝ CHCETE

S HALÓ, TADY IMPULSOVI

Váš dům, váš hrad. Zabouchnete za sebou dveře a celý svět vám může... Bydlete si, v čem se vám zachce. Jaký dům si vymyslíte, takový vám postavíme **s Haló, tady Impulsovi**. Přihlaste se do aktuálního kola soutěže na www.impuls.cz.



 **IMPULS**
Rááááadio

začnete |
SVOJI BUDOUCNOST
s námi

stojí ZA TO
tisknout

metro

DNES

LIDOVÉ NOVINY

5
PLUS²

+ katalogy + komerční tiskoviny + výroba magazínů + produktové letáky

hledáme

TISKAŘE

práce v osádce špičkového ofsetového tiskového rotačního stroje KBA

ROLAŘE

obsluha zařízení na odvíjení papíru

VEDOUCÍ EXPEDIČNÍ LINKY

obsluha expedičního zařízení, vedení malého týmu

EXPEDIENTY

obsluha expedičního zařízení

nabízíme

zázemi stabilní mediální společnosti, 5 týdnů dovolené ročně,
práce v nejmodernější tiskárně v ČR,
příspěvek na závodní stravování a další zaměstnanecké benefity
kontakt: Martina Sklenářová, tel.: 225 068 611, e-mail: martina.sklenarova@mafra.cz



těšíme se na vás



mafraprint.

člen mediální skupiny MAFRA a. s.

Česko. Jak ho vidí čínští fotografové



První ročník soutěžní výstavy Krásy Česka objektivem stovky čínských fotografů představí na Staroměstské radnici v Praze veřejnosti unikátní fotografie zachycující Česko tak, jak je vnímáno tamními umělci a cestovateli.

Návštěvník výstavy, která se koná ode dneška do pátku, bude mít také možnost zhlédnout originální fotografie z Číny, jež představí specifika tamějšího prostředí. Různorodou přírodu, národnostní menšiny, pro našince zcela odlišné prostředí, exotiku a pestrost. Výstava umožní navázání kulturní výměny s Čínou, prohloubení možností vzájemné spolupráce a zvýšení povědomí o jedinečné kráse Česka. **HOP**

Původní Želvy Ninja v komiksu

Vychází první díl původního komiksu pro dospělé.



Leonardo, Rafael, Michelangelo a Donatello. Želvy Ninja se ještě v Československu proslavily jako hrdinové kresleného seriálu pro děti. Jenže původní komiks byl určený dospělým a u nás vychází teprve až teď.

Svazků komiksu Želvy Ninja bude celkem čtyřicet a vycházet budou pod hlavičkou Comics Centra postupně. První díl je už v prodeji.

Želvy vymysleli mladí umělci Kevin Eastman a Peter Laird, kteří si na tisk prvního sešitu půjčili tisíc dola-

rů a distribuci do obchodů museli řešit sami. Kreslené příběhy o čtyřech antropomorfních želvích mutantech a jejich učiteli Mistru Trískovi si záhy oblíbila řada čtenářů a všimli si jich v osmdesátých letech i filmoví producenti. Teprve ti je pak přizpůsobili dětským divákům a zahájili jejich úspěšné tažení světem komerčního zábavního průmyslu. **HOP**



Max Cavallera v Josefově

Prostor pevnosti Josefov v Jaroměři je pro festival jako dělaný. Letos se tam opět od 5. do 8. srpna odehraje Brutal Assault. Line-up se zatím rodí, mezi taháky lze už ale počítat nekompromisní Cannibal Corpse. Zajímavostí je, že zde zahraje kapela Soulfly legendárního Maxe Cavallery, který po neshodách odešel v roce 1997 ze Sepulchury. Ta tu však s jiným zpěvákem vystoupí také. **SOULFLY**

INZERCE

MedelaDerma studio lékařské kosmetiky nabízí

studio lékařské kosmetiky

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

JEDNO OŠETŘENÍ OBSAHUJE:

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

PO OŠETŘENÍ JE PLEŤ NAPROSTO KLIDNÁ BEZ ZNÁMEK PODRÁŽDĚNÍ

Běžná cena **1700Kč**

Akce trvá do **15. 07. 2015**

nyní jen **399Kč**

**KONZULTACE SE ŠPIČKOVÝM PLASTICKÝM CHIRURGEM ZDARMA
APLIKACE BOTOXU - DYSPORT**

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

Na Vaši návštěvu se těší:

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

JARNÍ AKCE!
Odstranění bradaviček a znamének
1 útvár pouze 100Kč

Sudoku

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

Napište svou bublinu



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



Počasí

DNES Min. 18 Max. 22	ZÍTRA Min. 18 Max. 22	ČTVRTEK Min. 20 Max. 24	PÁTEK Min. 16 Max. 20
---------------------------------------	--	--	--

Stupeň zátěže pro dnešek: bio 1

Mírná zátěž. Stupeň zátěže umožňuje běžný denní režim bez omezení, pouze s přihlédnutím k aktuálnímu zdravotnímu stavu.
Teplotní rekord: 33,5 °C
Rok výskytu: 2012

Kvíz

- Anna Svidnická byla česká královna i římská císařovna. Manželkou Karla IV. byla v pořadí:
a) první
b) třetí
c) pátou
- Mezinárodní den dětí se slaví na začátku června, zcela poprvé to ale bylo v roce:
a) 1950
b) 1960
c) 1970
- Válka je pouze pokračování politiky jinými prostředky, řekl pruský generál a válečný strateg:
a) von Clausewitz
b) von Bock
c) von Blomberg
- Severoamerická řeka sv. Marie je dlouhá 112 kilometrů. Tvoří hranici mezi USA a kanadským:
a) Quebecem
b) Ontariem
c) Albertou
- První pražský železniční most přes Vltavu byl Karlínský viadukt známý dodnes jako:
a) Novotného
b) Negrelliho
c) Želivského

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

ČT1

- 12:30 Doktorka Quinová V
- 13:15 Kuchařská pohotovost
- 13:40 Televarieté
- 14:45 Koják IV
- 15:30 Tlustoch
- 16:25 Cestománie
- 17:00 To jsem z toho jelen (2/6)
- 17:30 AZ-kvíz
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 Míň je víc
- 18:55 Události za okamžik a počasí
- 19:00 Události
- 19:50 Branky, body, vteřiny



- 20:00 Na vlky železa (1/2)
Detekt. drama (ČR, 2010). Z váženého lékaře desperátem v nečestném boji o všechno. Dvoudílný detektivní příběh podle novely Z. Třešňáka. Hrají: M. Etzler, V. Hybnerová, L. Vaculík, B. Klepl a další
- 21:30 Svatební cesta do Jiljí
TV komedie (ČR, 1983)
- 22:55 Tělo jako důkaz III
- 23:35 Otec Brown II
- 00:25 AZ-kvíz
- 00:50 Hobby naší doby
- 01:15 Kalendárium
- 01:30 Zajímavosti z regionů
- 01:55 Objektív
- 02:25 Sváteční slovo biskupa Dušana Hejbala
- 02:30 Dobré ráno

ČT2

- 12:45 Auto Moto Revue
- 13:15 Magické hory
- 13:35 Napoleon
- 14:25 Dobrodružství vědy a techniky
- 14:50 Tajemství mrtvých mužů
- 15:40 Vzpomínky na Treblinku
- 16:40 Vesmír: Rychlost světla
- 17:25 Řeka Niyodo - Symfonie v modrém
- 18:15 Cestománie
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Vězněm v cizině (3/10)
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



- 20:00 Waterloo!
Dokument (Fr.). Poslední Napoleonova bitva
- 21:00 Letecké katastrofy: Havárie v Queensu
Tam na konečně
Psychodrama (ČR, 1957)
- 23:25 Ozvěny Tichomoří
- 23:55 Město žen V
Komed. seriál (USA, 2014)
- 00:15 Dobrovolně
- 00:35 Kandidáti
- 01:50 Krásy evropského pobřeží: Útek do Cadizu
- 02:00 Babylon
- 02:25 Z očí do očí
- 02:55 Klub přátel dechovky
- 03:25 Třikrát za život
- 03:55 Studio B
- 04:35 Neznámá Indonésie
- 05:20 Postřehy odjinud

NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:25 Odložené případy II (21)
- 13:20 Beze stopy V (1)
- 14:15 Mentalista IV (22)
- 15:15 Ordinace v růžové zahradě 2 (296)
- 16:30 Dva a půl chlapa X (10)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 17:30 Kriminálka Las Vegas XIII
Ulice (2847)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



- 20:20 Ordinace v růžové zahradě 2 (585)
Seriál (ČR, 2015). Sváta a Lepařová chystají další šílený kousek: tajně připravují svatbu Zdeny a Davida. Lékařku Báru znovu dožene minulost. Hrají: Z. Adamovská, P. Rychlý, J. Čenský a další
- 21:35 Víkend
- 22:35 Zákon a pořádek: Útvar pro zvláštní oběti XIV (1)
- 23:30 Kyberagent (2)
- 00:20 Kriminálka Las Vegas XIII
- 01:05 Mentalista IV (22)
- 01:50 Novashopping
- 02:20 Mentalista VI (14)
- 03:15 DO-RE-MI
- 04:05 Ordinace v růžové zahradě 2 (296)

PRIMA

- 12:30 Wolffův revír IV (19)
- 13:35 Komisař Rex IV (3)
- 14:45 Doktor z hor: Nové příběhy III (14)
- Loučení. Seriál (N, 2009)
- 15:45 Lilly Schönauerová: Překážky lásky
Romantický film (Rak./N, 2011)
- 17:40 Odpolední zprávy
- 18:00 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimi zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 VIP zprávy



- 20:15 Svatby v Benátkách (76)
Seriál (ČR, 2015). Pivoda chce jít na MD. Olga je z toho dost zaskočená. Probírá to i s rodinou během generálního úklidu ve Špičce, ale rodina Pivodova rozhodnutí přijímá pozitivně. Olga uzná, že na tom něco je, a svolí. Marika s Ivanem přemýšlejí o přestěhování. Hrají: P. Hřebíčková, O. Veselý, A. Vránová, J. Dvořák, P. Rezníček a další
- 21:35 Očima Josefa Klímy
- 22:20 Ano, šéfe!
- 23:35 Kriminálka Stuttgart IV (24)
- 00:35 Spravedlnost v krvi III (4)
- 01:30 Hawaii 5-0 III (5)
- 02:25 To je vražda, napsala V

PRIMA COOL

- 12:50 Doteky osudu II (4)
Myster. seriál (USA, 2013)
- 13:45 Mrcha od vedle II (3)
Komed. seriál (USA, 2012)
- 14:15 Simpsonovi XVI (20)
- 14:45 Simpsonovi XVI (21)
- 15:15 Simpsonovi XVII (1)
- 15:45 Teorie velkého třesku VII (17)
- 16:15 Futurama IX (7)
- 16:45 Boičí mýtů II (20)
- 17:50 Hvězdná brána VIII (1)
- 18:50 Simpsonovi XVII (2)
- 19:20 Simpsonovi XVII (3)
- 19:50 Simpsonovi XVII (4)



- 20:15 Top Gear XX (3)
Největší motoristický magazín světa, který pravidelně sleduje tři sta milionů diváků. Vizually působivé představení vozů je doprovázeno odlehčeným komentářem, který zaujme nejen technické nadšence
- 21:25 Teorie velkého třesku VII (18)
Sitcom (USA, 2014)
- 21:50 Partička
- 22:40 Tucker a Dale vs. Zlo
Horor (Kan., 2010)
- 00:30 Partička
- 01:10 Doteky osudu II (4)
Myster. seriál (USA, 2013)
- 01:50 Tucker a Dale vs. Zlo
Horor (Kan., 2010)
- 03:15 Fakra X II (10)
- 04:00 Firma (2)

ÓČKO

- 06:00 Ranní fresh
- 07:00 Dotykáč
- 07:05 Ranní fresh
- 09:00 Millennium
- 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 neutče
- 17:05 Mixxer show
Klipy na SMS přání, pokes s hostem
- 18:00 Óčko hity
Klipy nonstop
- 19:00 Óčko news
Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neutče
- 19:05 Moje desítka
Top 10 klipů podle diváka Óčka CZ & SK
- 20:00 České a slovenské klipy
- 21:00 Millennium
- 21:45 Filmshot
- 22:00 Simply the best
- 23:00 Óčko flirt
- 00:35 Volejte věštko
- 02:35 Óčko flirt

Sloupek

JAKUB KOHÁK

ROZLUČKOVÝ GRATULANT



HORVI

Byl to nádherný den a zároveň trochu smutný. Plzeň se oděla do slavnostních barev, stadion byl vyprodáný, diváci svátečně naladěni a přitom jistá dávka melancholie byla patrna na každém kroku. S kariérou se totiž loučil Pan fotbalista – Pavel Horváth. Ovšem Pavlovo kouzlo nebylo jen v kopací technice a velkém přehledu na hřišti – on je především skvělý chlapík. Na svět se dívá veselými očima a všem kolem sebe rozdává pozitivní energii – a právě proto se jeho rozlučky s velkým fotballem zúčastnily tisíce lidí. Jako fenomenální sportovec – a především fotbalista – jsem byl k tomuto mači samozřejmě nominován. A ač jsem spartan, všichni se ke mně chovali krásně!

Citát

K vidění byly krásné výkony – až na jednu výjimku – hokejistu Jana Kováře.

Pavla označili skalní fandové a myslím, že měli pravdu. Sportovně byla akce nesmírně kvalitní, představili se hráči současného plzeňského kádru + hokejisti + herci. K vidění byly krásné výkony – až na jednu výjimku – hokejistu Jana Kováře. Právě on byl odborníky zvolen „dřevákem utkání“! Co on dokázal neproměnit, bylo skutečně unikum! Snad dvacet střel šlo totálně vedle! To mně ke vstřelení dvou branek stačily pouhé tři střely! A zvláště moje první branka – patičkou, která byla vyhlášena Gólem tisíciletí. Záložník Kolář z toho byl tak vedle, že jsem mu vzápětí nasadil jesle tam a zpátky. Nicméně celé odpoledne, večer a následná noc patřily Horváthovi. Došlo i na slzy, bylo to důstojné a dojemné rozloučení s kariérou, a když na odchod stadion Pavlovi zpíval C'est la vie, dalo se jen povzdechnout: To je život.

Dopisy a vzkazy

Nebezpečná antikoncepce

Chtěla bych reagovat na včerejší článek o antikoncepci Diane 35. Jsem ráda, že do médií začaly prosakovat příběhy žen se špatnými zkušenostmi s touto (a nejen touto) antikoncepcí. Sama jsem kvůli ní prodělala trombozu a plicní embolii a stihla jsem do nemocnice přijet jen tak tak. V Česku zatím na následky užívání antikoncepce nikdo nezemřel, ale to neznamená, že spousta žen včetně mě není doživotně poznamenána nemocí, která k úmrtí dost často vede. Zásadní problém vidím v tom, že gynekologové, uplacení farmaceutickými firmami, předepisují antikoncepci jako by to byly bonbonky, na nic se neptají, žádné testy nedělají, ani ty jaterní. Dále v nemocnici se dva lékaři vysmáli mé obavě z trombozy, že prý je to teď moderní. Nechali mě s tím chodit dva týdny, až jsem skončila na JIP. Chtěla bych všem dívkám vyzkat, ať přemýšlejí při výběru antikoncepce a nedají se odbyt lékaři. Co neberu žádné hormony, cítím se lépe.

LENKA TONIČKOVÁ

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

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

Výrok dne



„Těším se na fanoušky, ti brněnští jsou nejlepší v extralize.“

TOMÁŠ KABERLE, HOKEJISTA

O víkendu přiletěl sedmatřicetiletý obránce z Toronto a rovnou zamířil do Brna. Hvězdný veterán je zatím největší posilou Komety před novou sezonou.

Slovo dne

TROMBÓZA

(z rubriky Dopisy a vzkazy na této straně)

Ucpání tepny nebo žily krevní sraženinou

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



INZERCE

HOROSKOP

na tento týden pro vás připravila astroložka Linda



MILOSTNÝ ČERVEN! Láska klepe na dveře, nebojte se jí vpustit! Potkáte konečně toho pravého? V červnu svou lásku můžete najít i vy! Ráda vám poradím, jak na to! Volejte **906 70 22 33** nebo pište SMS na číslo **904 30 50** s kódem **15SNP** a svým dotazem!

Beran 21/3–20/4
Drobné rodinné zmatky vám zadělají na potíže. Vy máte raději přehled, a ne luštění všelijakých záhad hlavolamu. Zvládnete to.

Váhy 23/9–23/10
Sice vás kdosi z blízkých poněkud zklame, ale neraději přehled, a ne luštění všelijakých záhad hlavolamu. Zvládnete to. uzavírejte se ve čtyřech stěnách, raději si běžte odpočnout někam ven.

Býk 21/4–21/5
Potěší vás, že ratolesti i zbytek příbuzenstva seká latinu a vy máte také čas na partnera. Evidentně se vrátíte k randění.

Štír 24/10–22/11
Máte svoje plány na večer, ale partner vám bohužel dezertuje na posezení s přáteli. Nezbyvá než být velkorysá a přehodnotit plány.

Bliženci 22/5–21/6
Rozhodnete se vzít některé věci útokem, vyhrnete si pomyslné rukávy a pustíte se do práce. Rozklíčujete i zapeklitosti.

Střelec 23/11–21/12
Budete dnes okupovat telefon a působit skoro jako domluvený propagátor určitého telefonního operátora. Máte zařizování.

Rak 22/6–22/7
Neumíte se dlouho na nikoho z rodiny zlobit, ovšem než uděláte první krok, trvá vám dlouho se odhodlat a zapomenout na řečené.

Kozoroh 22/12–20/1
Některé věci vám dnes přijdou jako zamlžené podivným oparem. Přestože máte jindy bystrý úsudek, nevíte, co si myslít.

Lev 23/7–22/8
Máte o určité věci svoje představy a za těmi si neváháte stát, ač se ukáže, že jiná cesta by byla v partnerství jednodušší.

Vodňář 21/1–20/2
Při dnešku se vám nebude nikam chtít, takže připravte občerstvení a společně se rozvalíte u televize s pěkným filmem.

Panna 23/8–22/9
Budete mít dobré nápady, jenom vám bude chybět sebevědomí k jejich prosazení. Na rozdíl od některých vašich kolegů.

Ryby 21/2–20/3
Zatímco některých kolegů si vážíte, dnes si uvědomíte, že jsou tu i tací, kteří se akorát vytažují a vlastně nemají moc čím.

Řešení sudoku

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

Anketa Oddechli jste si, že teď na čas polevila horka?



Ondřej Mattes

Nechci ani deště, ale ani horka. Něco mezi by neuškodilo.



Jana Krejčí

Dvacet stupňů bohatě stačí, víc není třeba.



Štěpán Wenke

Konečně, no. V létě si toho ještě užijeme až až.

Komiks



První rande!
Získáte HO/JI?
Zkušená astroložka Vám odpoví!

Pište SMS ve tvaru **62CNX** a svoje datum narození na číslo **904 30 50**

Tuto službu poskytuje: E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, technicky zajišťuje Materna, 1SMS/50Kč vč. DPH, 1min/70Kč vč. DPH, www.ema.biz, www.platmobilem.cz

CITYTRAIL PRAHA

Běh na 11 km, 5,5 km, štafeta a dětské běhy + bohatý doprovodný program



Partner akce

- hned v premiéře byl loni vyhlášen **českým závodem jara**
- běh v drsném terénu, ale zároveň uprostřed města
- tratě 11 km (převýšení 500 metrů) nebo 5,5 km v **Petřínském parku**
- hlavní závod začne v **10 hodin**
- dětské závody, soutěž dvojic, mixů i štafet, hlídání dětí zajištěno
- na stejné startovní čáře s nejlepšími českými reprezentanty
- ocenění nejlepších ve věkových kategoriích
- bohatý doprovodný program pro celou rodinu
- finišerské medaile, občerstvení, SMS s výsledkem (**vše v ceně!**)
- **start a cíl na Strahově** u kolejí
- omezená kapacita závodních čísel, **hlašte se brzy - online**
- součást seriálu Salomon Trail Running Cupu a Pražského běžeckého poháru
- **Salomon a Suunto** nabízejí testovací centrum a prodej za výjimečné ceny

DOPRAVNÍ SPOJENÍ: zastávka KOLEJE STRAHOV, bus 143, zastávka STADION STRAHOV, bus 191, 176

27. 6. 2015

2. ročník úspěšného závodu v centru Prahy

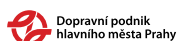


13. 6. Dolní Morava (30 a 10 km) | 27. 6. CITYTRAIL Praha (11 a 5,5 km) | 18. 7. CITYTRAIL Ostrava (13 km) | 8. 8. Špindlerův Mlýn (47 a 21 km) | 23. 8. Lipno (21 a 10 km) | 20. 9. Ještěd (15 a 6 km) | 10. 10. Čeladná (15 a 6 km) | 1. 11. Motol (8 a 4 km) |

www.strc.cz [SALOMON.COM](http://salomon.com)



SUUNTO



Partner akce

ICF CANOE SLALOM
World Cup 2015



Světový pohár ve vodním slalomu

19.-21. června

Kanoistický areál Praha 7 – Troja – ul. Vodácká

www.slalomtroja.cz

19. června - pátek 09:00 hodin - Kvalifikace

20. června - sobota 09:00 hodin - Semifinále
12:30 hodin - Finále

21. června - neděle 09:30 hodin - Semifinále
12:00 hodin - Finále

Předprodej vstupenek
v síti Ticketpro
www.ticketpro.cz



GENERÁLNÍ PARTNER

HLAVNÍ PARTNEŘI

OFICIÁLNÍ PARTNEŘI



SKUPINA ČEZ



ASE s.r.o. Automatizační Systémy pro Energetiku

Tři nejčastější nástrahy, když si užíváte léta v přírodě

Připravte se včas a nenechte si zkazit dovolenou hmyzem, alergiemi ani sluníčkem.

Léto rovná se pobyt venku. To s sebou ale přináší i problémy – hmyz a alergii na pyl. Jak na to, abyste se těmto rizikům vyhnuli?

1. Otravný hmyz

Nejde jen o klíšťata, která jsou nebezpečná, a jejich aktivity je nyní velmi vysoká. Ale potrápít dokážou komáři, ovádi, muchničky, vosy a další. Nejen že vás poštipávají, ale mohou přenášet i různá onemocnění. Účinnou obranou jsou repelenty. Nepodceňujte je, opravdu je velký rozdíl, pokud vyjdete do přírody bez nich, a to hlavně navečer.

„Po návratu domů z přírody si vždy pečlivě prohlédněte celé tělo, zda se na vás nepřichytilo klíště. Nejčastěji se paraziti uvelebují v podkoleních jamkách, tříselech, podpaží, za ušima i na hlavě. Obdobnou prohlídku je třeba provést i následující ráno, protože klíště se může po těle napadeného pohybovat delší dobu, než se definitivně zakousne,“ říká Jaroslav Sotona z Prozdravi.cz.

2. Alergie

Evergreenem letních měsíců je pylová sezona, která začíná na jaře, vrcholí v létě a končí na podzim. V letních měsících jsou nejagresivnějšími alergeny trav, obilovin, bylin a plevelů a ke konci léta spory plísni. Kdo je alergický, měl by se styku s alergenem vyhýbat. A být vybaven léky.

Zvláště nebezpečná je alergie na žihadlo od včely, vosy nebo sršně. Může vyvolat ana-



V batohu na cestách vozte i lékárníčku.

PROFIMEDIA.CZ

fylaktický šok, který je tak závažný, že může skončit až smrtí. Kdo je alergický na jed vosy, včely či sršně, měl by

s sebou nosit pohotovostní balíček s injekcí na jedno použití, která dokáže při prudké reakci zachránit život.

3. Ochrana proti sluníčku

Při cestě do přírody vezměte i opalovací krém. A to i v případě, když plánujete cestu do lesa. Nikdy nevíte, zda se něco nezvrtně a vy neskončíte na cestě mezi poli, kam sluníčko bude svítit celý den. Jak vysoký faktor opalovacího krému zvolit, záleží na tom, jaký jste fototyp.

Nejhůře jsou na tom lidé s fototypem I. Kůže na slunci vždy zrudne a člověk nikdy hnědého zbarvení nedosáhne. Ti musí volit faktor ochrany 50+.

Fototyp II je na tom o něco lépe. Na slunci jeho pokožka obvykle rudne, ale někdy dosáhne i zhnědnutí. Pro tyto typy se hodí přípravky s faktorem od 30+ do 50+. Lidem s fototypem III, který je v Česku nejrozšířenější, na slunci kůže někdy rudne a dále vždy hnědne. Pro tento typ kůže se doporučuje faktor od 20+ do 30+. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

Impuls pro Metro

Budte fit s Petrem Havlíčkem

Lidé často podceňují svůj zdravotní stav a mění své návyky, až když se jim zdraví podlomí.

Já si myslím, že tohle je takový fenomén všech Čechů. Ze se problém řeší, až když je obrovský.

Do té doby děláme, jakože neexistuje a že vůbec o nic nejde. Takže ve chvíli, kdy začínáme být nespokojeni s čímkoliv ve svém životě, měl by to být pro nás takový varovný signál, že je potřeba něco změnit. A jedním z nich je například narůstající únava.

Poslouchajte každou sobotu v 10.45 a 17.45, neděli v 10.45 a 16.45 na Rádiu Impuls.

INZERCE

NÁRAMEK proti komárům a klíšťatům s esenciálními oleji

s vysokým repelentním účinkem více jak 80%, s účinností až **8 týdnů** vhodný pro celou rodinu

149 Kč
RODINNÉ BALENÍ od 4 ks 10% sleva

Vybavte své děti na tábor nebo na dovolenou!

OBJEDNÁVEJTE
www.hannamaria.cz
mailem: hannamaria@centrum.cz
telefonicky: 725 762 825
osobně: Obchůdek Hanna Maria, Sladkovského 767, Pardubice



CHILLI TYČKA ENERGY PROTI ÚNAVĚ

KOFEIN & TAURIN

UŽÍVEJTE PRO ZVÝŠENÍ ENERGETICKÉHO & MENTÁLNÍHO VÝKONU

RUMOVÁ TYČKA ENERGY PROTI ÚNAVĚ

BEZ ALKOHOLU KOFEIN & TAURIN

PÁTĚJTE NA ČERPAČÍCH STANICÍCH, V KANTÝNÁCH, TRAFIKÁCH I V LÉKÁRNÁCH
www.rosenpharma.cz www.thebrainer.cz

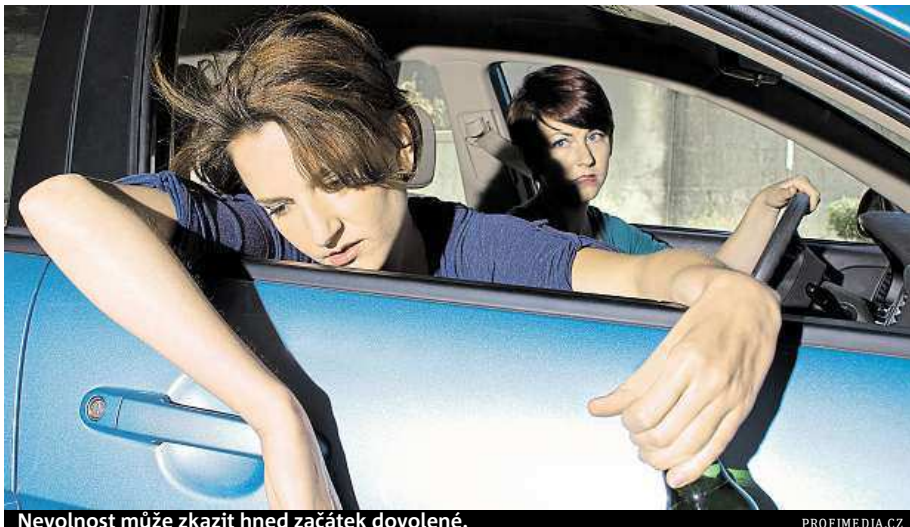
Nečekejte, až vám bude špatně, a problému předejděte

Řešením nemusí být jen prášky, ale i vhodná strava.

V autobusu rodiče vždycky říkali: Musíme si sednout dopředu, aby se ti neudělalo špatně. Něco na tom je, i když pohotovostní pytlíky jsme měli při ruce vždycky.

Nevolnost při cestování dokáže těšení se na dovolenou nebo na tábor pěkně pokazit. Především pokud cesta trvá delší dobu, až několik hodin. K tomu ještě vyčerpání, zlobení dětí, které se po cestě nudí a nejsou zrovna naladěny, a je to tady – bolest hlavy, zvedající se žaludek, zvracení, únava, vyčerpání.

Pokud vám bývá nevolno v autě, nečekejte, až se objeví první příznaky, ale předejděte jim. V lékárně nabízejí volně prodejné přípravky, které uži-



Nevolnost může zkazit hned začátek dovolené.

PROFIMEDIA.CZ

jete s dostatečným předstihem. Dejte je i dětem, pokud víte, že na nevolnost v autě, autobuse či letadle také trpí. Nezapomeňte na dostatečný přísun tekutin a na lehkou

stravu. Řízek s chlebem nebo koupená bageta u benzinky nejsou nejvhodnější. Zvolte raději lehčí stravu doplněnou kousky ovoce a zeleniny. Po cestě vás mohou samozřejmě

kromě klasické nevolnosti z auta potkat i třeba střevní potíže. I tady existuje prevence – několik dní před cestou si naordinujte probiotika, která dodávají střevní mikroflóře zdra-

Na co si dát pozor

Dvakrát měř, jednou řež – to platí i u cestování.

- Nečtěte si za jízdy ani se raději nedivte do mapy či do mobilu.
- Před cestou nejezte velké množství jídla. S sebou si vezměte jen lehké pokrmy.
- Dělejte pravidelné zastávky a procházejte se.

ví prospěšné bakterie. Vezměte si je s sebou spolu s dalšími přípravky na léčbu průjmů, jako je živočišné uhlí a podobně. Pokud se po cestě objeví bolesti hlavy, zvýšená teplota či jiné podobné obtíže, použijte léky typu paralenů nebo ibuprofenu. Ani tady nečekejte, až se příznaky zhorší – vše řešte co nejdříve. Čím víc se obtíže zhoršují, tím hůř se budou tlumit. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

INZERCE

ŽVÝKEJTE 10 MINUT

Rychlý nástup účinku • Bez zapíjení • Nemusí se polykat

TRAVEL-GUM 20 MG

(Dimenhydrinatum)

Perorální guma proti nevolnosti při cestování

CESTUJTE A DÍVEJTE SE KOLEM SEBE...

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




Cestování - nabídka

www.LUNATOUR.cz
LAST MINUTE
ŘECKO - CHALKIDIKI
 luxusním autobusem
 30.6. - 11.7.
 Vila Vergina 8-799,- 7 700,- Kč
 hotel Luna 8-199,- 7 200,- Kč
 9 noci / 10 dní
 1. dítě do 6let ZDARMA
 další do 14 let sleva 30%
 lunatour@lunatour.cz
 tel.: 499 811 408

www.leto.cz
LEVNÉ ZÁJEZDY
ŠPANĚLSKO - Fortuna
 20.6. - 27.6. 11 990,- (dítě 5 990,-)
 letecky, hotel****, polopenze
MAROKO - Agadir
 týden:
 20.6. - 27.6. 11 890,- (dítě 8 990,-)
 2 týdny:
 20.6. - 4.7. 18 990,- (dítě 8 990,-)
 letecky, hotel****, all inclusive
MAROKO - Saïdia
 týden:
 23.6. - 30.6. 15 190,- (dítě 7 990,-)
 2 týdny:
 23.6. - 7.7. 25 990,- (dítě 7 990,-)
 letecky, hotel****, all inclusive
ARABSKÉ EMIRÁTY - Dubaj
 26.6. - 3.7.
 letecky, hotel****
 polopenze 13 990,-
 all inclusive 21 190,- (dítě 10 290,-)
 leto@letto.cz
 tel.: 222 310 000

LAST MINUTE
www.E-BULHARSKO.cz
www.E-EGYPT.cz

Výměny

• Zajistíme VÝMĚNY NEMOVITOSTÍ (bytu, domu, chat, pozemků) doplatíme rozdíl ceny, případně vykupíme, poradíme, vyřešíme po právní stránce. 774335503

Finance - nabídka

PRYČ S DLUHY!!!

Má vaše společnost s.r.o., nebo akciová společnost dluhy, exekuce???

Britská finanční společnost převezme, koupí vaši zadluženou společnost se všemi závazky.

Program na záchranu majetku!!!

Zavolejte nám:
 +420 608 11 44 33
 www.reafin.com
 e-mail: info@reafin.com

STOP

STOP EXEKUCI!!!

Hrozi Vám exekuce (dražba) Vašeho bytu, domu, nebo jiné nemovitosti???

ŽÁDNÝ PROBLÉM - POMŮŽEME VÁM.
 • Okamžitě zaplacení Vašeho dluhu!
 • Okamžitě zastavení exekuce (dražby)!
 • Žádné zavazování Vašeho majetku!

TELEFON: 608 11 44 33
 E-MAIL: stop.exekuci@atlas.cz
 www.stop-exekuci.com
 Neváhejte a zavolejte nám dokud je čas ...

Pelhrim
 cestovní a dopravní kancelář

www.ckpelhrim.cz
doprodě posledních míst
CHORVATSKO
PIROVAC
 21.6. - 30.6. 8 900,- 5 500,-
 5.7. - 14.7. 8 900,- 6 500,-

ITÁLIE
CAORLE
 19.6. - 28.6. 8 400,- 4 900,-
 26.6. - 5.7. 8 700,- 6 200,-

veně u všech destinací:
 doprava, ubytování, polopenze, delegát a pojištění proti úpadku
CK Pelhrim
 Strachovská 1901, Pelhřimov
tel.: 565 326 355
ckpelhrim@seznam.cz

www.BULHARSKO.org
11 DNÍ
U ČERNÉHO MOŘE
OD 5 590,-
V CENĚ:
LUX BUS A UBYTOVÁNÍ
tel.: 602 231 498
hlavka.bus@seznam.cz

• Hotovost od 500 do 15 tis. do 5 min. bez registr. Potřebujete OP, mobil. Kde? Metro "B" Anděl, "Na Knížecí", ul. Vltavská 28, po-pá 9-18, 607801801

• 500 - 10000,- v hotovosti do 10 min. pro úplně každého. Potřebujete OP, mobil. Kde? Metro "C" Ládví, u Alberta. Po-pá 9-19, So 9-12 Tel: 736 299 299

• PŮJČUJEME PENÍZE oproti zástavě, splátky od 1% měs. až na 30 let, bez prověřování, vyplácíme exekuce. Tel.: 775439282, 733121568

• Půjčka do 24 h. bez splátky 50.000-2.000.000. Vhodná před prodejem bytu či domu. Peníze vrátíte až z prodeje. Hradíme i exekuce. Na 6-24més. 739641969

• Nový poskytovatel! Půjčka až 10000 hotově do 5 minut. Potřebujete OP a tel. Metro C Nádr. Holešovice, Za Papírnu 5, P7,Po-Pá 9-19, So 9-12, 608027698

• Nový poskytovatel pro všechny 1000-30000 hotově ihned na OP a tel. Čs. Armády 11, P6, T. 603933137 nebo Radlická 96, P5, T. 774433773. Po-pá 9:30-18h

• Zástavy nemovitosti po cele ČR od 8%, přijedeme k Vám, vyplácíme ihned. Karlovo nám. ul. Dittrichova 8 PO-PÁ 9-17, www.Rikisun.cz 778153324

• Půjčky od 30.000 výše bez zástavy a poplatku za vyřízení. Podmínkou je prokazatelný příjem. Možné i pro klienty v registru. Tel. 735869275

www.pujcky1uvery.cz
 NOVÁ Soukromá nebankovní společnost
 Půjčka od 20.000Kč do 300.000Kč
 - známým v souladu s neds nevidí
 - velká průchodnost vyřízení ještě dnes
 - schválení do 20 minut od žádosti
 Zprostředkovatelé prosíme pro více vztřítí.
TELEFON: 606 415 774

Byty - poptávka
 • Hledám OBECNÍ BYT v Praze, zaplatím dluhy na nájmu, při exekuci či výpovědi, před privatizací, i u majitele, zajistím náhr. byt, záloha. T: 776363636

• **PRÍMÝ ZÁJEMCE** ihned koupí byt na investici pouze v Praze - okamžitá záloha 300.000 Kč. Právní služby zdarma i v případě privatizace. T: 602 212121

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

• Koupím byt v Praze, družst., OV i obecní vlast. (zaplatím privat.). Platím hotově, dám zálohu, uhradím dluhy, na vstěh. nespěchám. T. 777235501

• Dobře Vám zaplatím za byt před PRIVATIZACÍ i dopřívati-zují obecní do DV, OV. Zaplatím i dluhy. Dám byt s nízkým nájmem a velké odstupné. T. 725805115

• Lékařka koupí byt v Praze v jakémkoliv stavu. Exekuce a právní servis zajistím. Možno okamžitě zálohy ještě dnes. Tel/Sms: 773109561. Rk nevolat.

• ZÁLOHA 300tis. Kč ještě dnes. Koupím byt v Praze v jakémkoliv stavu. Exekuce uhradím a možnost náhradního bydlení. Volejte nebo Sms: 775432964

Nemovitosti - poptávka

• Právní zástupce zaměstnanců O2, FIOBANK, RAIFEISEN-BANK, poptává nemovitosti ke koupi a k pronájmu v Praze. Právní servis zajištěn. Tel: 602 219 621

• Vykupíme nebo zprostředkujeme prodej - byt, rod. dům, chata, Praha a okolí. Peníze ihned. Řešíme exekuce, právní vady, dluhy. Tel. 777306102

• Koupím byt v Praze v původním stavu před rekonstrukcí. Jsem přímý kupec, mám hotovost, platím ihned. Uhradím i exekuce. Volejte, prosím na: 739641969

Služby - nabídka

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

ŽALUZIE, ROLETY, SÍTĚ PROTI HMYZU
 s jarní slevou
 tel.: **777 038 001**
www.gato.cz

VÝKUP AUT
 Rok, stav a model nerozhoduje.
731 927 627

• Žaluzie, rolety, sítě, spouštěcí garnýže, opravy a servis žaluzií. Změření a konzultace zdarma. Tel. 603715285, www.interierservisgroup.cz

• VYKLÍZENÍ nemovitosti všech druhů i velikosti! Byty, domy, zahrady, odvezeme všechny odpady! Rychle, levně, spolehlivě! Praha a stř. Čechy. 776444920

Práce - nabídka

• Přijmeme invalidní občany na lehkou práci v ostraze. Pracoviště Praha, střední Čechy. Mzda až 80 Kč/h., Nábör. v přísp. až 15000 Kč. T. 224109445, 777470798

• Přijmeme muže na pozici strážný, objekty jsou v Praze, 12hod. směny (denní/noční). Smlouva - DPP, HPP, plat 60-70Kč/hod. Podmínky přijetí: řídicí zdatnost, čistý výpis z RT. V případě zájmu volejte po-pá 8.00-15.00 hod. T. 733469469

• TAXIKÁŘI, chceš si vyvezdit až 75.000 Kč? Máš vlastní vůz? Neváhej a volej: 723424230.

• Jen u nás máte peníze za práci 2. den ve 100% výši!!! Balení, vykládky, likvidace zboží a jiné... Nástup možný ihned! Volejte Po-Pá, 9-17 h: 724772129

• ZŠ Praha 5 - Řeporyje přijme od 1.9.2015 kvalif. učitelku/le 1. stupně. Kontakt: 725700400, e-mail: vancl@zs-reporije.cz

• BRIGÁDA - hledáme zájemce na doplňování zboží, odměna od 80 Kč/hod (zálohy druhý den). Směny dle výběru. Tel.: 284083300, 777335756

• BRIGÁDA - POKLADNÍ od 80 Kč/hod - prodejny v Praze, zálohy druhý den, školení zajištěno. T.: 284083300, 777335756, www.creditzech.cz

• BRIGÁDA - hledáme brigádníky - prodavače/ka do lahůdek,pekáře/ky, školení zajištěno. T.: 284083300, 777335756, www.creditzech.cz

• BA - pozice strážný, detektiv, 90 Kč / h. + odměny. Možnost kariérního a finančního růstu, ubytování zajistíme. Volejte po-pá 9.00-16.00 t. 702033658

STRAŽNÝ VRÁTNÝ RECEPČNÍ
HLEDÁME:
 recepční,
 strážně - vrátné, ostrahu
VYŽADUJEME:
 jakýkoliv invalidní důchod
NABÍZÍME:
 náborový příplatek 5.000 Kč
 55-80 Kč/hod.
 stravenky a příspěvek na bydlení
 Jsme solidní společností.
KONTAKT: 733 467 283

• Hledáme invalidní důchodce na pozici vrátný v Praze a okolí, směny, stravenky. Po týdnu záloha, kontakt: 731540323; lhersalkova-agplus@seznam.cz

• Truhláře přijmeme do provozovny Praha východ. Tel: 777313029

• Eficia Praha přijme operátory do callcentra (75 Kč/hod - fix), Praha 3, nástup ihned. 724331501

• SBS přijme zaměstnance na ostrahu obchodních domů v Praze. Práce na HPP i DPP. Mzda 70-80 Kč, vysoké odměny za záchyty při krádeži. Více na: 777455289

• Mateřská škola, Praha 2, Na Děkanec 2 přijme od 1.9.2015 kvalifikovanou učitelku mateřské školy na celý úvazek. Kontakt: zastupkyne@dekanka.cz

HLEDÁME ŘIDIČE SKUPINY D
 Dopravní společnost
 DATA AUTOTRANS
hledá nové řidiče sk. D
 Přijmeme spolehlivé, seriózní a odpovědné řidiče na zahraniční autobus (možno i na občasnou výpomoc). Zajišťujeme jak vnitrostátní dopravu, pravidelné linky, výlety po ČR i zahraničí a vícedenní okruhy po Evropě. Platové podmínky dle dohody. Vozový park do tří let.
V případě zájmu volejte 724 773 074
nebo nás kontaktujte přes naše stránky
www.dataautotrans.cz

• BS přijme strážně pro stavbu Praha-Chodov, na DPP. Vhodné i pro SD, ID, studenty. Mzda až 80 Kč/h., Nábör. v přísp. až 15000 Kč. T. 224109445, 777470798

• Bezpečnostní služba přijme muže na pozici strážný v centru Prahy. Mzda 75 Kč/hod. Požadujeme: trestní bezúhonnost, zdravotní způsobilost, osv. o dílčí kvalifikaci a - strážný, 68-008/-E. Zájemci volejte na tel. 724503502, 721558178

• Řidič MKD, diety 40-50 Euro denně, nový vozový park, min. praxe 1 rok. Tel: 731426319, 732116245, Tomáš Pressler, firma Quehenberger Transport.

• Hledáme dlouhodobé skladníky na pozici picker - retrakář. Plat průměr 25 tis. + prémie + bonusy + školení + doprava. Pracoviště Modletice. 774196279.

• KOMWAG a.s., P-2, Perucká 10 přijme pracovníky ručního úklidu na HPP. Fyz. zdatnost, čistý trestní rejstřík a zápočtový list podmínkou. T. 236040011

• KOMWAG a.s., P-2, Perucká 10 přijme řidiče skupiny "C" s profesním průkazem. Čistý trestní rejstřík a psychotesty podmínkou. T. 236040011

• Přijmeme kuchaře - kuchařku na HPP, možo i brigádně, výhodné platové podmínky. Stabilitní společnost Potrefená Husa Na Verandách. Tel. 604487292

• Přijmeme barmana - vyčepního na HPP, možno i brigádně, výhodné platové podmínky. Stabilitní společnost Potrefená Husa Na Verandách. Tel. 725033243

• Falcon security přijme bezpečnostní pracovníky na pozici strážný-detektiv do obchodních řetězců. Pracoviště Praha. Požadujeme trestní bezúhonnost a flexibilitu. Mzdové ohodnocení - více při osobním jednání. Tel. 606618007, nebo na info@falconsecurity.cz

• Hledáme invalidní důchodce na pozici vrátný v Praze a okolí, směny, stravenky. Po týdnu záloha, kontakt: 731540323; lhersalkova-agplus@seznam.cz

• Truhláře přijmeme do provozovny Praha východ. Tel: 777313029

• Eficia Praha přijme operátory do callcentra (75 Kč/hod - fix), Praha 3, nástup ihned. 724331501

• SBS přijme zaměstnance na ostrahu obchodních domů v Praze. Práce na HPP i DPP. Mzda 70-80 Kč, vysoké odměny za záchyty při krádeži. Více na: 777455289

BEZPEČNOSTNÍ AGENTURA ADAM SECURITY
 Přijmeme ihned
STRAŽNĚ A RECEPČNĚ
 • Práce v Praze a okolí
 • Týdenní zálohy • Solidní ubytování
Volejte zdarma 800 600 333
www.adamsecurity.cz

• Přijmeme na HPP IHNED na úklid VŠ kolci v P-4 ženy (po-kojské). Prac. doba 7-15.30. Plat 10-12.000,-. Tel. 603429248

• Do restaurací na Praze 6 a Praze 7 přijmeme pracovní sílu na úklid a mytí nádobí. Volejte tel: 777250288.

• Hotel na Praze 6 přijme studenta VŠ na brigádu NOČNÍ RE-CEPČNÍ. ČJ rodilý mluvčí. E m a i l : recepcie@hotelavion.cz.

• Přijmeme ČIŠNÍKA/SERVÍR-KU do restaurace na Praze 6 - Vokovice, metro Nádraží Velešlavín. Volejte tel: 777250283.

• Přijmeme spolehlivé uklízečky s čistým TR na úklid kanceláří v Praze - Pankráci, blízkou metru Vyšehrad. Práce Ne, Po, Út, St, Čt od 19 do 21 hod. Plat 4000 Kč/měs. T. 731047367

• Vedoucí montáž. party 10 osob, Praha 4, HPP, zajištění montáží, demont. dekorací, výškové práce, výjezdy. Požadujeme SŠ, ŘP B. Kuncova@dekorace-sos.cz

• Přijmeme na balení zboží pracovníky do Brandýsa nad Labem, zsměnný provoz, možnost zajištění ubytování, plat 95-110 Kč/hod., nástup ihned. 727825170

• Úklidová firma v Praze hledá zaměstnance na úklid železničních vagonů, pracovní doba po-pá, pouze ranní směny. Praxe v úklidu nutná. Tel. 604108215

• Hotel**** na Žižkově přijme zkušeno pokojky, práce i o vikendech. Požadujeme: pracovitou nekonfliktní osobnost, nekuřačku, zodpovědnost, spolehlivost a ochotu. Nabízíme: příjemné pracovní prostředí, práce na HPP, hrubá mzda bez příplatků Kč 14.000,-/měsíc. Kontakt: generalmanager@hotelarami s.cz.

• BA přijme pro ostrahu objektů v Praze pracovníky - brigádníky. Mzda 55 - 70,- Kč/hod. Info Po - Čt 8-16,00 hod. na tel.: 2527255556

• Přijmeme pracovité důchodkyně na úklid a obsluhu toalet - Praha 6, nové stanice metra "A". Požadujeme solidní vystupování, pořádkumilovnost, spolehlivost, abstinenty, nekuřačky. Nástup ihned. Volejte Po-Ne, 9-18 hod. na tel. 777065670

• Hodi se Vám více než 27.000 Kč? Jste zdravý nekuřák, nevádí Vám odběry krve, neužíváte žádné léky, jste občanem ČR a je Vám 18-55 let? Zúčastněte se v 1. polovině července srovnávací studie na klinice v Praze. Informujte se do 17.6. na: www.quinta.cz/nabidka-studii-38 nebo na tel. 242454429

• Přijmeme pracovníka na stavební práce-obsluha strojů, jádrové vrtní a řezání stavebních konstrukcí. Pha 5, podmínkou ŘP "B", fyz. zdatnost. 724344505

Pronájmý - poptávka

• HLEDÁM PRO naše solventní ZAMĚSTNANEC z kanceláře bytu k dlouhodobému pronájmu v Praze, právní servis zajištěn. Tel.: 274 78 44 28

Bednář. Patří na rok Hradci

Zkušený hokejový útočník Jaroslav Bednář se po skončení angažmá v pražské Slavii dohodl na roční smlouvě s Hradcem Králové. I v další sezoně tak bude hrát extraligu. „Kouknul jsem na to, jak hráli v minulé sezoně, na sílu jejich kádru. Hlad po kvalitním hokeji, u kterého si tu hru můžete užívat, nakonec zvítězil. Může to být třeba moje poslední sezona, tak si ji chci užít,“ řekl Bednář. Osmatřicetiletý forward si v uplynulé sezoně připsal v 61 zápasech 60 kanadských bodů, ale sestup Slavie do první ligy se mu odvrátit nepodařilo. **ČTK**

Baroš končí v Ostravě

Fotbalový útočník nedostal v Baníku nabídku na prodloužení smlouvy.

Třiatřicetiletý Baroš si jako volný hráč hledá nové angažmá. Chce však zůstat blízko domova. Jednu nabídku už dokonce zvažuje.

„Za ty roky jsem se po světě najezdil dost a za každou cenu do zahraničí jít nechci. Něco se už rýsuje a brzo by nemohlo být jasno,“ řekl Baroš.

Ten tak po návratu do Baníku hrál v Ostravě jen jednu sezonu. Konkrétně stihl i kvůli zraněním naskočit pouze do jedenácti zápasů, v nichž dal dva góly. Na konci sezony ale zkritizoval vedení klubu.

„Chybí pokora, profesionalismus a management, který má zkušenosti a dokáže vést klub. Pokud se to nezmění, Baník se bude utápět dál,“ uvedl Baroš, a možná i proto nedostal nabídku na nový kontrakt. „Abych pravdu řekl, z vedení se mnou o prodloužení smlouvy nikdo nejednal,“ dodal Baroš. **PUR a ČTK**



Milan Baroš už dres Baníku oblékat nebude.

MAFRA

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

Pronájmy - poptávka

• Doporučíme Vám slušné a platící nájemce do Vašeho bytu v Praze. Respektujeme požadavky na nájemce. Právní servis zajištěn. Tel. 241414830, 777884183

• Slušný pár hledá byt v Praze s dobrým spojením MHD. Zařízený i nezařízený v dobrém stavu. Dlouhodobě. Solidní jednání. RK nevolat. TEL: 604778666

• Mladý lékař nekuřák hledá pronájem nebo koupi bytu v Praze. Tel. 777749085

• Hledáme hezký byt na pronájem ihned ale může být i od července. Jsme 2 os. bez zvířátek, nejlépe u mhd v dosahu obchodu a služeb. Děkujeme. 775088498

• Lékařka z Prahy hledá byt k pronájmu jakékoliv velikosti od 7-20tis za měsíc. Děkují za nabídku. Tel/Sms: 777955824

• Starší žena hledá občasný pronájem místnosti při návštěvě Prahy, znalost AJ a historie. Tel. 608054572

Zdraví - nabídka

• Nově otevřená KOŽNÍ AMBULANCE-Praha 1 (Florenc) přijímá nové pacienty. Smlouvy se všemi zdravotními pojišťovnami! Krátké objednací lhůty. T: 606072078

• Zubní ordinace Finedent Plus na Vinohradech nabízí kompletní stomatologické služby, včetně dentální hygieny za 999,- Kč. Tel. 736446266, 22522608

Byty - nabídka

• Specialista na PRODEJ/VÝMĚNY bytů, exekuce, zástavy, privatizace, výkup bytů, zálohy. www.rkzoom.cz, tel.: 777839786

Auto-moto - poptávka

• Koupím FIAT 128 SPORT COUPE. Celá ČR. Tel. 774662389

Intimní

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

• NYMFOMANKA!!! Splním každé tvé přání! Volej tel.: 724 830 977

• Rádi ti najdeme tu pravou BOKOVKU! Pošli své požadavky pomocí SMS ve tvaru 33MUM a text na 909 15 40

• Vzrušují mě sprostá slůvka! Šeptej mi je do ouška a v klidu se u toho udelej! Dana 31. Vytoč 909 801 801 nebo piš SMS na 909 15 45 s kódem 41LEU a tvůj text!

• Majetná Irena 32. Manželství s bohatcem zajistilo moje potřeby. Bohužel ne ty sexuální. Ujmi se toho TY! JEN TAJNĚ! Volej 909 80 50 40 kód HMS16



• Vdova Hanka, 73 let. Chybí mi vášnivé objetí i něco víc! Jsi na tom stejně? Třeba se nám podaří to změnit společně. Neboj se prvního kontaktu, nekoušu :-). Ozvi se 909 909 925 nebo napiš SMS na 909 15 50 s kódem 39UTJ a tvůj text!



Basketbal. Češky postoupily dál

České basketbalistky zvítězily v posledním utkání skupiny A na mistrovství Evropy a po výhře 82:71 nad domácím Rumunskem postoupily do osmifinálové fáze, kterou odehrají v Maďarsku. Svěřenkyně trenéra Lubora Blažka potřebovaly k postupu zvítězit. V poločase vedly pouze o čtyři body 39:35, ale po přestávce dokázaly Češky zabrat a navýšit náskok až na dvojciferný rozdíl. Rumunky

sice ještě stáhly skóre na tři body, ale další desetibodová šňůra české reprezentace už byla pro domácí smrtelná. Nejlepší střelkyní zápasu byla s 24 body Alena Hanušová.

Ve vyřazovací části se český tým ve skupině E postupně střetne s Běloruskem, Řeckem a Tureckem, přičemž potřeby alespoň dvakrát vyhrát, aby měl naději na účast ve čtvrtfinále. **PUR**

Zprávy krátce

Odejdou Capello a Hiddink?

Ruský fotbalový svaz zvažuje propuštění reprezentativního trenéra Fabia Capella, který s týmem ze šesti zápasů kvalifikace na ME získal jen osm bodů. Naopak trenér Nizozemska Guus Hiddink zvažuje, že post opustí sám.

Postup Češek v Birminghamu

Dvě české tenistky prošly do druhého kola. Lucie Hradecká porazila Ukrajinku Lesii Curenkovou 6:4, 6:3 a Kateřina Siniaková si poradila s Kurumi Naraoovou z Japonska po setech 6:3 a 7:6. **ČTK**



mediální skupina **mafra**

Už brzy ho odpálíme!

Velké věci se začnou dít 21. června!

Moře videí



Češi získali v Baku první dvě medaile

Kanoista Martin Fuksa a družstvo stolních tenistek vybojovali na Evropských hrách pro Česko cenné kovy.



Citát

Nezáleží na tom, že jsem byl první, ale že jsem tu medaili získal.

MARTIN FUKSA, ČESKÝ KANOISTA

Z několika finálových účastí v kanoistice se včera povedlo z českých závodníků získat medaili jen Fuksovi. V závodě na 1000 metrů byl lepší jen Němec Sebastian Brendel.

Fakt, že se dvadvacetiletý Fuksa stal prvním českým medailistou na Evropských hrách, ho těší. „Až si za pár let na tenhle závod vzpomenu, vybavím si hlavně tohle,“ řekl stříbrný kanoista.

O něco později se česká výprava radovala z další medaile. Bronz vybojovaly stolní tenistky, když porazily Ukrajinu 3:1. „Je to jedna z nejcennějších medailí. Ukázalo se, že tvoříme tým,“ řekla Iveta Vacenovská. S ní se z bronzu radovaly Renata Štrbáková a Hana Matelová. **PUR a ČTK**



Brno posílil Tomáš Kaberle

Zajímavou posilu získali hokejisté Brna pro nadcházející sezonu. Kádr Komety posílil zkušený obránce Tomáš Kaberle. Sedmatřicetiletý mistr světa z roku 2005 a bronzový medailista ze zimních olympijských her 2006 se zapojí s novým týmem do přípravy na ledě v půlce července. Kaberle naposledy hrál první ligu v Kladně. **HC-KOMETA.CZ**

Plzeň. Zahájila přípravu

Dva týdny po posledním kole minulého ligového ročníku začali fotbalisté mistrovské Viktorie Plzeň přípravu na novou sezonu. A hned ohlásili další posilu.

Do kádru Západočechů při-

šel z Jihlavy na roční hostování záložník Tomáš Kučera. Do přípravy se zapojil i Aleš Matějů. Druhá příbramská posila Jan Suchan ještě zůstane v tomto středočeském týmu na hostování. **PUR**

Závod. Na vodě

Dnes můžete vidět české kanoisty na náplavce. Vavřinec Hradílek či Jiří Prskavec se od 15 hodin zúčastní exhibičního slalomu na Vltavě. Při akci Prague Riverside Cross se budou muset vypořádat také se střelbou. **PUR**

Jaroslavl. U soudu

Pozůstalí zesnulých hokejistů Lokomotivu Jaroslavl dostanou jako kompenzaci 26 tisíc rublů (asi 11 500 korun).

Rozhodnutí soudu se nelíbí obžalobě, která požadovala v případě 11 hráčů deset mili-

onů rublů a chystá se odvolat, píše server Gazeta.ru.

Letecká tragédie, při které zemřelo 44 lidí, se stala v září 2011. Na palubě byli i tři čeští hokejisté Josef Vašíček, Jan Marek a Karel Rachůnek. **PUR**

INZERCE

NOVÉ ČÍSLO LIFESTYLOVÉHO MAGAZÍNU

metro

men
women
ONLY

MICHAELA MAUREROVÁ
OBLÍBENÁ HEREČKA, KTERÁ BY CHTĚLA
MÍT VLASTNÍ TALKSHOW

UMĚLECKÉ LÉTO
PORADÍME, KDE TO BUDE ŽÍT
A ZÁROVEŇ SE BUDE PAŘIT

TVRDÉ PŘÍSTÁNÍ
ZKUSILI JSME SI PILOTOVAT
DOPRAVNÍ LETADLO. HOŘÍ!

MICHAELA MAUREROVÁ
OBLÍBENÁ HEREČKA SE PO ŽIVOTNÍCH
ESKAPÁDÁCH VRÁTILA DO DIVADLA
A NYNÍ JI PO SEDMI LETECH DIVÁCI OPĚT
UVIDÍ V SERIÁLOVÉ ULICI. NEJVIC ZE VŠEHO
BY ALE CHTĚLA MÍT VLASTNÍ TALKSHOW.

UMĚLECKÉ LÉTO
Vydejte se v létě na
vyhlášené výstavy,
předání, kde to bude
žít. Propáčit noc pak
můžete přímo s umělci
v jejich městech.

TVRDÉ PŘÍSTÁNÍ
Zkusil jsem si pilotovat
dopravní letadlo. Hotel
mám motor, tak jsem
je raději poslal k zemi,
jak byste to udělali vy?

**ZDARMA NA VÍCE NEŽ 350
DISTRIBUČNÍCH MÍSTECH V ČR**
VYBERTE SI NA METRO.CZ

KE STAŽENÍ NA METRO.CZ

V DISTRIBUCI OD 17. ČERVNA

lenovo® FOR
THOSE
WHO DO.

SMARTPHONY, KTERÉ
VYDRŽÍ 3 DNY NA JEDNO NABITÍ



Zadní kryt
a fólie
ZDARMA



3 999,-

objednací kódy:

LE1018b3c ● LE1018b3d ○

Lenovo A5000 Dual SIM

- + Smartphone s kapacitou baterie 4 000 mAh
- + 5" IPS displej (1 280 × 720), Dual SIM
- + Čtyřjádrový procesor, RAM 1 GB
- + Paměť 8 GB + microSD až 32 GB
- + Google Android 4.4 KitKat

Zadní kryt
a fólie
ZDARMA



6 499,-

objednací kód:
LE1040a2d

Lenovo P70 Dual SIM

- + Smartphone s 8jádrovým procesorem
- + Baterie 4 000 mAh pro dlouhou výdrž i v zátěži
- + 2 GB RAM pro náročné aplikace a multitasking
- + 5" IPS HD displej, 4G/LTE, 16Mpx fotoaparát
- + Google Android 4.4 KitKat



Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 16. 6. 2015 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.

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

 **alza.cz**