

# NĚJAKOU OČNÍ VADOU TRPÍ 60 PROCENT LIDÍ

POKUD HŮŘE VIDÍTE, JDĚTE K LÉKAŘI. PROBLÉMŮ MŮŽE BÝT VÍCE STRANA 11

# metro

mojemetrom | denikmetro

Úterý, 16. června 2020

Č. 114, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Zbyněk



# Nejsem prase. Přírodě pomůže nová kampaň

**Osvěta.** Výzva s názvem #nejsemprase má za cíl apelovat na chování lidí na horách a v lesích. **Turistické cesty.** Po uvolnění opatření proti šíření koronaviru jsou bohužel plné plastů, papíru i dalšího odpadu STRANA 4



## V obýváku na Moravském náměstí zahrál violoncellista Josef Klíč

Koncertní mistr a violoncellista Národního divadla v Brně Josef Klíč vystoupil včera v takzvaném obýváku na Moravském náměstí v centru Brna, kde pořadatelé představili chystaný festival Maraton hudby Brno. Symbolem festivalu jsou „pokoje“ navržené umělkyní Kateřinou Šedou, tedy otevřené scény s různorodým bytovým vybavením, ve kterých se konají pod širým nebem koncerty. Od 13. do 16. srpna na těchto scénách na různých místech v centru Brna zahrají stovky účinkujících různých žánrů.

ČTK



# Nemocí od klíšťat rapidně přibývá

**Na jihu Česka je nakažených lidí více než před rokem touto dobou.**

Klíšťovou encefalitidou se v Česku do konce května letos nakazilo více lidí než loni. Nejvíce případů bylo na Vysočině, v Jihočeském a Jihomoravském kraji, vyplývá to z informací Státního zdravotního ústavu (SZÚ). Více než dvojnásobný je také počet nálezů lymfskou boreliózy. Nejvíce případů onemocnění od klíšťat obvykle lékaři zaznamenávají v létě, kdy lidé do přírody chodí častěji.

Do konce května onemocnělo encefalitidou padesát lidí, loni 33 a 774 za celý rok, což bylo nejvíce za posledních osm let. „Zatímco v minulosti se klíšťata vyskytovala jen omezeně v pásu lesů a luk po-

**Na léčení boreliózy se pracuje, léky se testují na opicích**

Odborníci zaznamenali klíšťata až do nadmořské výšky 1500 metrů.

- Očkováno je proti klíšťové encefalitidě asi 29 procent obyvatel. **Jedna dávka vakcíny stojí 900 korun, přispívají na ně zdravotní pojišťovny.**

- **Pacienti po nakažení encefalitidou obvykle trpí horečkou s bolestí hlavy, kloubů či svalů.** Neléčené onemocnění může přejít v zánětlivé postižení mozkových blan.

- **Na rozdíl od encefalitidy proti borelióze zatím není dostupná vakcína,** kterou by se mohli chránit lidé, očkují se

ale psi. Výrobce veterinárních léčiv Bioveta z Ivanovic pracuje na očkování pro lidi ve spolupráci s Univerzitou Palackého v Olomouci a Výzkumným ústavem veterinárního lékařství v Brně. Nyní se testují na opicích Makak rhesus.

- **Borelióza se léčí nasazením antibiotik a úspěšnost léčby závisí na jejím včasném odhalení. Nemocní jsou unavení a mají zvýšenou teplotu.**

Typická červená skvrna v místě přisátí klíštěte či bodnutí jiného hmyzu může mít vybledlý střed. Ve druhé fázi mohou být postiženy klouby, centrální nervový systém a někdy také srdce.

děl řek, v současnosti si musíme zvyknout na to, že jejich přirozeným prostředím jsou také zahrady, parky nebo

i horské oblasti,“ uvedl vedoucí Oddělení epidemiologie infekčních nemocí SZÚ Jan Kynčl. **ČTK**

**Krátce**



Plzeňský pivovar přepravuje svoje pivo po Labi. **ČTK**

## Rekordní prodej plzeňského piva

Plzeňský Prazdroj loni celkově prodal rekordních 11,7 milionu hektolitřů piva, meziročně o procento více. Z toho prodeje v zahraničí činily 4,5 milionu hektolitřů, což je také nové maximum a nárůst o 2,5 procenta. Největší český pivovar o tom včera informoval v tiskové zprávě. Prazdroj loni nadále nejvíce vyvážel do Německa a na Slovensko. Prodej rostl i v dalších ze-

mích, nejvýrazněji v Rusku, Maďarsku, USA nebo Japonsku. Letošní výsledky ale budou výrazně ovlivněné pandemií koronaviru.

## Z kamionu vytekla smetana

Kamion převážející smetanu včera havaroval v Benešově nad Ploučnicí na Děčínsku. Při nehodě uniklo asi 300 litrů smetany do kanalizace a do místního potoka. Hasiči ji odstranili. **ČTK**

INZERCE

**sparesortlibverda** Wellness

#sparesortlibverda #lazne #wellness #Liberec

**WELLNESS & RELAX**

2 / 3 / 5 nocí • od 3.340 Kč / os. / pobyt

Ubytování, polopenze, 2-5 wellness procedur, voucher na kávu a zákusek

**SENIOSKÝ POBYT**

5 nocí • od 6.090 Kč / os. / pobyt

Ubytování, polopenze, vstupní prohlídka lékařem, 10 procedur, voucher na kávu a zákusek

**CYKLO AKTIV**

2 noci • od 3.720 Kč / os. / pobyt

Ubytování, polopenze, 3 wellness procedury, mapy tratí, možnost zapůjčení elektrokol, voucher na kávu a zákusek

**LÁZNĚ NA ZKOUŠKU**

Min. 5 nocí • od 1.400 Kč / os. / noc

Ubytování, polopenze/plná penze, vstupní lékařská prohlídka, 1 procedura denně

Spa Resort Libverda  
Tel.: +420 482 368 100-102  
E-mail: info@lazne-libverda.cz  
www.lazne-libverda.cz

Při předložení voucheru **KÁVA ZDARMA**



## V Domově seniorů nejde elektřina

Heřmanův Městec na Chrudimsku sčítá škody po přivalových deštích, které město zasáhly v neděli. Voda z nedalekého rybníka zaplavila přízemní část Domova pro seniory hlavního města Prahy a několik domů a firemních prostor. V objektu bývalého zámku stále nejde elektřina, neteče teplá voda, nefunguje prádelna a kuchyně, zatopen byl rytířský sál. Jaké škody voda způsobila, zatím není jasné. Voda z okolních luk a polí a z přeteklého rybníka zatopila také jiné části města. **ČTK**

## Trest. Za nezdaněný lih

Olomoucký krajský soud včera uložil Pavlu a Petrovi Hemžským za odběr nelegálního lihu od šéfa lihové mafie Radka Březiny deset let vězení. Majitelé likérky HP premium z Hluboček na Olomoucku si nechali podle rozsudku dovézt zhruba 340 tisíc litrů nezdaněného lihu, škoda na daních je vyčíslena na 89 milionů korun. Obžaloba stojí na výpovědi Březinova bratra Tomáše. Otec se synem vinu ce-

lou dobu popírali; o Březinově nelegální činnosti prý nevěděli a mimobilanční lih od nich neodebírali. Podle obžaloby muži nakupovali od Radka Březiny lih v roce 2012. Členové takzvané lihové mafie v čele s Radkem Březinou jsou pravomocně odsouzení, Březina dostal 13 let. Podle rozsudku dodali na trh desítky milionů litrů nezdaněného lihu se škodou na daních 5,6 miliardy korun. **ČTK**

# „Vozidla poslední záchrany“ zvyšují průměrné stáří aut

**Statistika jako přesný součet nepřesných čísel.** Dobře se hodí na český vozový park.

Před rokem 1989 si lidé pořizovali jeden či dva vozy za celý život. Třicetileté auto nebylo na silnici raritou. Na začátku 90. let minulého století byl průměrný věk auta kolem patnácti let. Oficiálně se ale tento údaj od té doby moc nezměnil.

Jsme snad stále vrakoviště Evropy, kam se svázejí dožívající „popelnice“ z vyspělých automobilových trhů? „Klíčem k záhadě je takzvané dynamické měření,“ vysvětluje Petr Příkryl z Asociace autobazarů APPAA. Co ono dynamické měření vlastně je? Nečítá jen papírově registrova-

ná auta, ale počítá i vozy opravdu jezdící v provozu. Vládní registr vozidel totiž nereflektuje, zda všechny automobily, které mají platnou registraci, také doopravdy jezdí. Dynamické měření sčítá na vybraných komunikacích auta i jejich espézetky. Z tohoto měření vychází, že průměrný věk českého provozovaného auta je 8,5 roku. Což je stejně jako v Německu, Švýcarsku nebo Rakousku.

Starší auta, která zvedají celkový průměr na uvedených patnácti letech, najezdí ročně kolem dvou tisíc kilometrů. „Jsou to převážně auta, která se dají nazvat vozidly poslední záchrany. Majitelé s nimi jezdí třeba jen k nádraží na vlak či do sousední vsi,“ komentuje Příkryl. Pro porovnání: pražský taxikář ujede denně přibližně tři sta kilometrů.

Po koronavirové epidemii se v Česku opět rozbíhá pro-



**Citát**

**Stočený tachometr má zhruba třetina prodávaných ojetin. Ke konci roku by to mohlo být až 40 procent.**

MARTIN PAJER, CEBIA

dej ojetých automobilů. Momentálně je v nabídce autobazarů asi 110 tisíc vozů, jejichž průměrné stáří se pohybuje kolem deseti let. Průměrná ojetina v Česku má na tachometru necelých 152 tisíc kilometrů. V květnové nabídce inzertních autoserverů dominu-

## V ojetinách vede Škoda

V posledních dvou letech stoupá v Česku poptávka po ojetinách do pěti let stáří, splňujících přísné emisní limity.

- Nejžádanější značkou mezi autobazarovými vozy je Škoda Octavia, následuje Škoda Fabia a Volkswagen Passat.

- V dubnu 2020 nabízeli prodejci v bazarech a na internetu necelých 80 tisíc ojetých automobilů.

## Jezdící jsou mladší

# 177

V roce 2019 se v Česku prodalo přes 177 tisíc ojetých aut.

# 15,1

Průměrné stáří auta registrovaného v Česku bylo v roce 2019 lehce nad patnácti lety. Průměrný věk skutečně jezdících vozů je ale přibližně poloviční.

Větším problémem než stáří ojetin je v Česku údaj o skutečně ujetých kilometrech. Stočený tachometr může nekalamnému obchodníkovi zvýšit zisk až o dvacet procent. Výjimečně se podvodníci snaží v dokladech snižovat skutečné stáří auta. **PAVEL HRABICA**

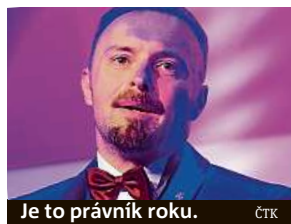
INZERCE



## Těšíme se, až budou stadiony znovu nabití vaší energií

Podporujeme sport i kulturu. Brzy zase budeme s vámi. Moc se na vás těšíme.

## Superúředník. Nastoupí v létě



Je to právník roku. ČTK

Novým náměstkem ministra vnitra pro státní službu bude dosavadní náměstek z legislativní sekce ministerstva práce a sociálních věcí Petr Hůrka. Kabinet schválil jmenování nového takzvaného superúředníka na návrh premiéra Andreje Babiše, nastoupí 1. července. Hůrka působí od září 1997 na Právnické fakultě Univerzity Karlovy, kde je od roku 2010 docentem na katedře pracovního práva a práva sociálního zabezpečení. V letech 1997 až 1998 pracoval na České správě sociálního zabezpečení. Je expertem na pracovní právo. Na MPSV se podílí na tvorbě pracovněprávních předpisů, zejména zákoníku práce a jeho novelizací. Loni byl vyhlášen Právníkem roku v oboru pracovního práva. ČTK

# Nejsem prase, čistím přírodu

## V Česku se rozjíždí kampaň za čisté hory a lesy.

Chystáte se letos v létě na české a moravské hory? Plánujete si užít dovolenou v některém z tuzemských kempů? Užijte si ji v čistém prostředí. Pomocí by měla výzva s názvem #nejsemprase. Jedná se o osvětovou iniciativu, jejímž cílem je apelovat na chování lidí v přírodě. „Projekt vznikl zcela přirozeně v průběhu

pandemie koronaviru v podstatě jako následek nečekané dlouhodobého pobytu lidí v domácím prostředí. Všichni jsme byli svědky toho, že jakmile se uvolnila opatření, spousta lidí vyrazila nadšeně do přírody. Menší nadšení už ale sdíleli třeba její pravidelní návštěvníci,“ říká Miloš Židák, jeden z iniciátorů projektu. „Zkuste se dnes projít po turistických stezkách a koukat se pořádně pod nohy a okolo sebe. Asi budete překvapeni, ale bohužel ne příjemně – v trávě se povalují papírové kapsesníky, plastové

### Zapojte se i vy!

Záštitu kampaně daly Český svaz ochránců přírody nebo Klub českých turistů.

- „Agentura ochrany přírody a krajiny ČR, která spravuje chráněné krajinné oblasti, tuto iniciativu vítá. Jsme rádi, když lidé vyrazí za přírodními krásami, ale bohužel množství odpadu v přírodě mnohde

narůstá. A #nejsemprase přichází v pravou chvíli,“ vyjádřil podporu Tomáš Růžička z agentury.

- Iniciativu může podpořit každý – zodpovědným chováním k přírodě, šířením myšlenky na sociálních sítích či registrací podpory na webu [www.nejsemprase.cz](http://www.nejsemprase.cz).

pytlíky nebo cigaretové špačky a z řady turistických stezek se pomalu stávají odpad-

kové koše. I proto jsme vytvořili iniciativu #nejsemprase,“ dodává. MET

### Krátce

## Pět let za podporu terorismu

Slovák Dominik Koblunický si za propagaci teroristického hnutí odpyká pět let ve vězení. Trest mu uložil odvolací pražský vrchní soud, který ho také na deset let vyhostil z Česka. Muž ve svém praž-

ském bytě skladoval chemikálie, ze kterých by bylo možné vyrobit výbušninu. Na Facebooku pak sdílel fotografie a příspěvky radikálních islamistů. Šestadvacetiletý Koblunický původně čelil obžalobě z přípravy teroristického útoku, v této části ho však soudy osvobodily. Od konce roku 2017 je ve vazbě.

## Chorvatsko mýtné v létě nezdraží

Pro Čechy, kteří letos vyrazí do Chorvatska autem na dovolenou je to dobrá zpráva. Oblíbená destinace letos přes léto nezdraží mýtné ani trajekty a ponechá ceny platné mimo sezonu. „Lidé tak proti loňsku mo-

hou ušetřit desetinu až pětinu nákladů,“ řekl jednatel Travel Family Ivan Lachovič. Nyní je větší zájem o ubytování ve vilách, penzionech a menších hotelích. Většina Čechů jezdí do Chorvatska vlastní dopravou. Tamní vláda rozhodla, že do 14. září budou platit pro mýtné a trajekty mimo sezónní ceny. ČTK

INZERCE

## NA ♥ JSOU PODĚBRADY

### Dovolená v Poděbradech

Užijte si akční letní pobyt s lázeňskými procedurami a vynikající gastronomií.

Délka: 3 dny/2 noci

Stravování: polopenze

Program: 3x lázeňská procedura a poukázka do kavárny

Cena od  
3.990 Kč

Délka: 6 dní/5 nocí

Stravování: polopenze

Program: 6x lázeňská procedura a poukázka do kavárny

Cena od  
9.490 Kč



LÁZŇNĚ PODEBRADY  
AKČIOVÁ SPOLEČNOST

Tel.: 326 530 500

[www.lazne-podebrady.cz/dovolená](http://www.lazne-podebrady.cz/dovolená)



Více najdete na  
[WWW.METRO.CZ](http://WWW.METRO.CZ)

## Kutnohorská čokoláda se vrátila

Lada Bartošová (na horním snímku) obnovila s manželem Pavlem výrobu čokolády Lidka. Ta se vyráběla v Kutné Hoře od roku 1918 čtyřicet let. Bartošová vyprávěla, jak kdysi ženy kradly suroviny i výrobky z továren nebo jak se vyráběla čokoláda s opravdu dlouhou trvanlivostí (dole), do které se za války přidával pro německé vojáky pervitin. Nyní si můžete kromě koupit čokolády prohlédnout ve městě i malé muzeum. 2x ARCHIV



# Přidáte si k autu další kola?

Bezpečné nosiče pro přepravu dvoukolých mazlíků



**Peruzzo**  
100% MADE IN ITALY

-11 %



## PERUZZO PURE INSTINCT pro 4 kola

Nosič na tažné zařízení pro 4 kola  
Kompletní brzdová a směrová světla + odrazky  
Integrovaný zámek a bezpečnostní popruh  
Skládací a sklopná konstrukce

9 490,-

**8 490,-**

obj. kód: AUPR00469

**uebler**



## UEBLER i21 na 2 kola

Nosič na tažné zařízení pro 2 kola  
Sklopný, skládací, s odnímatelným ramenem  
Nosnost až 60 kg, uzamčení nosiče i kol  
Inovovaný upínací mechanismus, 13pinový konektor

**17 779,-**

obj. kód: AUPR246650

**THULE**  
SWEDEN

-10 %



## Thule EasyFold XT pro 3 kola

Nosič na tažné zařízení pro 3 kola  
Velký prostor i pro robustnější kola  
Sklopný, skládací, s odnímatelným ramenem  
Uzamknutí kol i nosiče k vozu, nosnost až 60 kg

19 990,-

**17 990,-**

obj. kód: AUPR03748

**Peruzzo**  
100% MADE IN ITALY

-11 %



## PERUZZO PURE INSTINCT REAR 3

Nosič na zadní dveře pro 3 kola  
Dvojitý upevňovací systém, 6 kvalitních popruhů  
Sklopná ramena, nosnost až 45 kg  
Zpevněné ocelové trubky s antikorozní úpravou

4 790,-

**4 249,-**

obj. kód: AUPR04707

Vše pro vaše auto i motorku na  **alza auto-moto**

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

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 16. 6. 2020 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.

## Abnormality

V Lidovém domě v Karlových Varech je až do neděle k vidění putovní výstava s názvem Lidé z vosku – muzeum lidských abnormalit. Návštěvníci se mohou seznámit nejen s uměleckými díly, ale i s velice poutavými osudy lidí, jejichž vzhled byl prapodivnou hříčkou přírody a kteří se od pradávna v naší společnosti vyskytovali. Často pracovali v cirkusech a panoptikách. Společnost se jich stranila, ale současně byla přitahována jejich zvláštností.

MAFRA



## Krátce

### Vlci a psi se kříží

Expert na velké šelmy Hnutí Duha a akademický pracovník Ústavu ekologie lesa Mendelovy univerzity Miroslav Kutal upozorňuje na novou zprávu mezinárodní studie, v níž se píše, že v Evropě dochází ke křížení psů a vlků. „Mohli by být méně ostražití a plaší, tím pádem by se častěji dostávali do konfliktu s lidmi,“ řekl v rozhovoru pro server iDNES.cz Kutal. Kříženci psů a vlků se objevují napříč Evropou včetně Česka. Státy nedostatečně předcházejí riziku křížení.

### Soud kvůli dotacím

Hlavní líčení v kauze manipulace se sportovními dotacemi ministerstva školství včera nemohlo začít. Obžalovaná bývalá náměstkyně Simona Kratochvílová totiž zaslala soudu omluvu, že je hospitalizovaná v Brně. Soudkyně si však vyžádala stanovisko lékařů, podle nichž je Kratochvílová schopna účasti na jednání. Na lavici obžalovaných za značného zájmu médií usedli bývalý předseda Fotbalové asociace ČR Miroslav Pelta, šéf České unie sportu Miroslav Janšta, generální sekretář ČUS Jan Boháč a někdejší ministerský podřízený Kratochvílově Zdeněk Bríza. Kratochvílová podle obžaloby nezákonně ovlivňovala rozdělení dotací, a to v souladu s pokyny svého milence Pelty a také na základě přání Janšty. **ČTK**

## SPD. Návrh, že postižené děti přijdou o školy

Hnutí SPD se ve Sněmovně pokouší o to, aby základní školy mohly odmítnout vzdělávání žáků s mentálním postižením nebo autismem. Jejich návrh včera přes vládu ale neprošel. Poslanci SPD navrhli upřednostnit vzdělávání handicapovaných žáků s více vadami, z nichž alespoň jedno postižení je mentálního charakteru, nebo s autismem, ve speciálních základních školách. Pro jejich zařazení do klasické základní školy by měl být podle SPD nutný její souhlas, žádost žákova rodiče a písemné doporučení školského poradenského zařízení. Návrh projedná Sněmovna. Ministerstvo školství k poslancek nové školského zákona uvedlo, že návrh je v rozporu s mezinárodními závazky České republiky i s judikaturou Evropského soudu pro lidská práva. „Návrhem by byla dotčena i řada dětí s lehkým mentálním postižením, pro které je společné vzdělání prokazatelně přínosné,“ dodalo ministerstvo zdravotnictví. **ČTK**

INZERCE

## 21. ČERVNA DEN OTCŮ

Značka dm

*Sprchový gel 3v1 je vhodný pro použití na tělo, obličej i vlasy. Hydratační komplex chrání pokožku před vysušením. Díky technologii Micro Balm je pokožka vyživená.*

\* Více informací k věrnostnímu programu na [www.dm.cz/ab](http://www.dm.cz/ab). Sbíráni a uplatnění bodů se nevztahuje na nákup dárkových a předplacených karet, vratné obaly, na počáteční kojeneckou mléčnou výživu a dle zákona č. 40/1995 Sb., o regulaci reklamy, a na potraviny pro zvláštní lékařské účely dle nařízení Komise v přenesené pravomoci (EU) č. 2016/128.

www.dm.cz  
facebook.com/dm.cesko  
instagram.com/dm\_cesko

10x VÍCE DŮVODŮ  
K RADOSTI  
A RYCHLEJŠÍ  
CESTA KE SLEVĚ

Přijďte nakoupit své oblíbené produkty do našich prodejen do 25. 06. 2020 a získáte po předložení své active beauty karty 10x více bodů na celý nákup.

Nakupte například za 500 Kč a získáte slevu 50 Kč na příští nákup!



10x  
VÍCE BODŮ\*  
NA CELÝ NÁKUP!



Balea MEN  
Sensitive  
sprchový gel  
300 ml

19<sup>90</sup>  
Kč

6,63 Kč za 100 ml

# Kriminalita v Česku během nouzového stavu mírně klesla

## Ubylo loupeží i výtržnictví.

Během měsíců, kdy byl v Česku vyhlášen nouzový stav v souvislosti s epidemií koronaviru, poklesla v meziročním srovnání kriminalita. „V březnu klesla meziročně o čtvrtinu, v dubnu o třetinu a v květnu zhruba o sedm pro-

cent,“ uvedl to mluvčí policejního prezidia Ondřej Moravčík. Pokles se podle něj týká téměř všech sledovaných oblastí, nejvýznamnější je však u trestných činů, které jsou jakkoliv provázané s venkovním pohybem osob. Nouzový stav vláda vyhlásila 12. března, skončil v polovině května. Naopak u vražd policie eviduje za prvních pět měsíců letošního roku pětina

nárůst, podstatnou část z nich ale policisté zaznamenali už v únoru, tedy před počátkem koronavirových opatření.

Kriminalita v Česku klesá několik let, výjimkou byl ale právě loňský rok, kdy vzrostl o 3,5 procenta na 199 221 trestných činů. Domácí násilí v době vládních opatření podle policie nijak neeskalovalo. „V jedné z jeho sledova-

ných proměnných – počtu vykázaní – jsme evidovali v posledních měsících spíše pokles četnosti oproti roku 2019,“ uvedl Moravčík.

Česká policie od 16. března do 10. června provedla 970 tisíc kontrol dodržování nařízení vlády i dalších krizových opatření a zjistila 9000 správních deliktů, které postoupila příslušným orgánům. „Nejčastěji se jednalo

o porušení povinnosti nosit ochrany dýchacích cest, nerespektování zákazu shlukování se více osob a nedodržování povinnosti mít uzavřenou provozovnu v souladu s krizovými opatřeními,“ uvedl v tiskové zprávě Moravčík. Drtivou většinu porušení vládních opatření však řešili domlouvou a činnost policistů byla hlavně informační a preventivní. **ČTK**

Číslo dne

17,5

Majetek této hodnoty v miliardách amerických dolarů (asi 418 miliard korun) odepíše britský energetický gigant BP kvůli propadu cen ropy a zemního plynu, horšímu výhledu a plánované změně strategie. Firma na začátku června oznámila, že se chystá propustit asi 10 tisíc zaměstnanců, odpovídá to asi 15 procentům její celkové pracovní síly. Pandemie covidu-19 prudce snížila ceny ropy i poptávku po této surovině.

# Rusko. Dva Češi opustí zemi

Za nežádoucí osoby označilo včera Rusko dva pracovníky českého velvyslanectví v Moskvě. Podle prohlášení ministerstva zahraničí jde o odpověď za provokační akci oficiální Prahy. Diplomata by měli zemi opustit i s rodinami nejpozději zítra. Jejich vypovězení je reakcí Moskvy na vyhoštění dvou ruských diplomatů před dvěma týdny z Česka. Mluvčí Kremlu řekl, že Moskva takové jednání nebude tolerovat, i když má zájem o udržování dobrých vztahů s Českem.

Velvyslance České republiky v Moskvě Vítězslava Pivoňku o odvetném kroku informovalo ruské ministerstvo zahraničí, kam byl z tohoto důvodu včera předvolán.

Diplomat podle agentur řekl, že se kromě uvedeného důvodu hovořilo i o konzultacích o vztazích obou zemí, které se mohou uskutečnit za několik týdnů. Tématem má být i spor kolem sochy sovětského maršála Ivana Koněva, která byla odstraněna v dubnu z pražského náměstí Interbrigády. **ČTK**



Český velvyslanec v Moskvě Vítězslav Pivoňka

ČTK

INZERCE



## Beyoncé si stěžuje

Americká zpěvačka Beyoncé Knowles-Carterová napsala otevřený dopis ministru spravedlnosti státu Kentucky, v němž žádá spravedlnost pro rodinu Breonna Taylorové. Ta zemřela 13. března při razii policie u ní doma ve městě Louisville. Beyoncé se postavuje nad tím, že žádný ze zasahujících policistů nepřišel o práci a ani nečelí obviněním. **AP**

## 21. ČERVNA DEN OTCŮ

Značka 

Poskytuje efektivní dlouhotrvající ochranu a svěžest až po dobu 24 hodin. Neobsahuje hliníkové soli a mikroplasty.

\* Více informací k věrnostnímu programu na [www.dm.cz/ab](http://www.dm.cz/ab). Sbíráni a uplatnění bodů se nevztahuje na nákup dárkových a předplacených karet, vratné obaly, na počáteční kojeneckou mléčnou výživu a dle zákona č. 40/1995 Sb., o regulaci reklamy, a na potraviny pro zvláštní lékařské účely dle nařízení Komise v přenesené pravomoci (EU) č. 2016/128.

[www.dm.cz](http://www.dm.cz)  
[www.facebook.com/dm.cesko](https://www.facebook.com/dm.cesko)  
[instagram.com/dm\\_cesko](https://www.instagram.com/dm_cesko)



Balea MEN

Sensitive deodorant sprej 200 ml

**29<sup>90</sup>** Kč  
 14,95 Kč za 100 ml

10x VÍCE DŮVODŮ K RADOSTI A RYCHLEJŠÍ CESTA KE SLEVĚ

Přijďte nakoupit své oblíbené produkty do našich prodejen do 25. 06. 2020 a získáte po předložení své active beauty karty 10x více bodů na celý nákup.

Nakupte například za 500 Kč a získáte slevu 50 Kč na příští nákup!



10x VÍCE BODŮ\* NA CELÝ NÁKUP!

Krátko

## Vloží peníze do výrobce vakcín

Německá vláda vstoupí do německé společnosti CureVac, která vyvíjí vakcínu proti koronaviru. Do firmy vloží 300 milionů eur (osm miliard korun), a získá v ní tak 23procentní podíl. Firmu dříve lákal americký prezident Donald Trump, aby se přesunula do Spojených států, nebo aby jim lék exkluzivně poskytla.

## Bývalý žák vyhrožoval

Slovenská policie obvinila bývalého žáka jedné z bratislavských základních škol za to, že před zhruba týdnem opakovaně zastrašoval prostřednictvím e-mailových zpráv učitelku. Hrozil vyhlášením války všem učitelům, což měla být odpověď na přísný přístup pedagožky. **ČTK**

# Návrat do práce. Už není kam

**Pracovní trh se v USA těžko vrací k normálu. Na deset propuštěných připadají jen tři znovu přijatí.**

Když grafická návrhářská firma v Atlantě v březnu Erika Benze propustila, neměl velké obavy. Byl si jist, že jakmile začne pandemie opadat a klienti zase začnou utrácet, najmou ho zpět. Uplynuly tři

měsíce, a nikdo nevolá. Benz požádal o místo doručovatele u společnosti Instacart.

Naděje musela ustoupit před naléhavostí platby účtů, protože dávky v nezaměstnanosti Benzovi zatím nezačaly chodit. Vyjednal si odklad na splátku hypotéky na dům, který si s manželkou koupil, ale odklad nepotrvá dlouho.

Americká ekonomika se začíná probouzet k životu, propouštění se zpomalilo a někteří z propuštěných byli povoláni zpět. Zničující dopad epidemie začíná být jasný milionům těch, kteří doufali, že

se do práce rychle vrátí, a teď vidí, že to hned tak nebude. Některé podniky znovu otevírají, vláda ohlásila, že přibýlo 2,5 milionu pracovních míst a míra nezaměstnanosti se snížila ze 14,7 na 13,3 procenta.

Jenomže syrová pravda je, že nabírání lidí zpět nebude pokračovat stejným tempem jako v květnu. Až 42 procent pracovních míst zrušených za epidemie může být trvale ztraceno, uvádí studie Beckerova a Friedmanova ekonomického institutu Chicagské univerzity. Mnoho podniků

nepřežije ztráty – navzdory federální pomoci. Pomoc rychle dojde. Přes postupné uvolňování se lidé stále bojí chodit do restaurací, barů, hotelů, kadeřnictví, jen málo jich zas cestuje, sportoviště zůstávají zavřená. Toto kolektivní zpomalení udržuje miliony lidí na vedlejší koleji.

Podnik v Charlotte v Severní Karolíně, v němž pracoval Alex Jansen, je znovu v provozu od pondělka. Jemu ale nezavolali. Učí se počítačové programy, aby si zlepšil dovednosti. Podpora je nízká, on proto zvažuje, že bude mu-

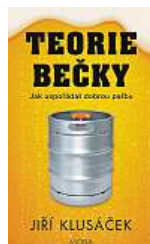
set z Charlotte odejít, protože práce tam je málo.

Trvalo pět let, než ekonomika po velké krizi znovu vytvořila 8,8 milionu ztracených pracovních míst. Tentokrát je přes květnové rychlejší nabírání zaměstnanců stále ztraceno 20 milionů pracovních míst. Na každých deset propuštěných připadají tři znovu najatí. „Situace na pracovním trhu je strašná. Nemyslím si, že se v příštích pěti deseti letech zotaví,“ soudí ekonom Nicolas Bloom, který se podílel na univerzitní studii. **ČTK a MET**

# Najděte si čtení pod slunečník

**Knížky, které vám zpestří vaši knihovnu i letní oddech.**

**Teorie Bečky – Jiří Klusáček**



Po přečtení *Teorie bečky* pozvete své kamarády a narazíte sud s pivem! Takovou sílu má tato kniha, která vtipným způsobem popisuje český fenomén pořádání beček, sudů, soudků... tedy setkávání se lidí a jejich společné konzumace piva mimo běžné restaurace či domov. Bečka jako akce je svým způsobem rituál, má své zákonitosti, fáze, čas, prostor, osoby a role, a také energii, mystéria a tajemství... Všechny tyto aspekty jsou rozepsány ve více jak třiceti samostatných kapitolách. Pořádání těchto akcí je už dlouho pevnou součástí naší kultury, ale teprve v této knize je celý fenomén podrobně popsán. *Moba, 269 Kč*

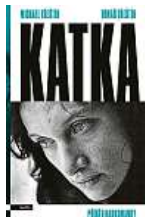
**Manuál na šťastný život – Šárka Vávrová**



Máte pocit, že se vám štěstí vyhýbá? Cítíte ve svém životě nespokojenost? Nevěříte si? Chcete se více smát a radovat ze života? Tato knížka vám pomůže! Kniha se věnuje vztahům, seblásce, práci i zdraví. Čeká na vás něco málo teorie, a pře-

vším praktické postupy, techniky a cvičení. Pusťte se směle do své cesty za štěstím! *Grada, 349 Kč*

**Katka – Michael Třeštík**

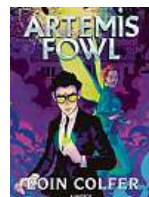


INZERCE

Co se stalo s protagonistkou dokumentárního filmu *Katka*? Sestupná spirála narkotik, krádeží, prostituce a cel-

kového chátání. A jenom občasné záblesky odhodlání s drogami skoncovat. Tak vypadala každodenní realita Kateřiny B. v unikátním časosběrném dokumentu Heleny Třeštíkové z roku 2009. Co tehdy *Katka* prožívala a co se s ní dělo poté? Její ucelený příběh ve formě autentických výpovědí zpracoval Michael Třeštík a fotkami doprovodil jeho syn Tomáš. Nová knížka nese podtitul *Příběh narkomanky*. *Motto, 299 Kč*

**Artemis Fowl – Eoin Colfer**



*Artemis Fowl*, dvanáctiletý kluk pocházející z kdysi zámožné zločnické rodiny, působí díky své chytrosti jako zářivé dítě. Tátu unesli, s mámou, která to těžce nese, jsou problémy, ale on se tím nenechá zdeptat. Má totiž geniální plán! Udělá vše pro to, aby

získal nezměrné bohatství na záchranu otce a obnovení majetku Fowlů. A jak jinak, když žije v Irsku v 21. století, než prostřednictvím skřítků leprikonů a té nejmodernější techniky? *Albatros, 249 Kč*

**Zpověď trosky po čtyřicítce – Alexandra Potter**



Když Nell zkrachuje kavárna a spolu s ní i její vztah, její „šťastné až do smrti“, které si plánovala v Kalifornii, stěhuje se zpět do Londýna, aby začala znovu. V Londýně se toho však hodně změnilo. Všechny její svobodné kamarádky jsou vdané a mají děti. Kvůli závažné výstřižnosti nájmu je nucena pronajmout si pokoj v domě neznámého člověka a ve světě dokonalých životů prezentovaných na Instagramu si připadá jako troska. A co je ještě horší, jako troska po čtyřicítce. *Práh, 349 Kč*

**Všechno je v pr\*\*li – Mark Manson**



Máte pocit, že se vám v životě nedaří, vaše životní vize postrádají smysl a naděje na lepší zítřky mizí jako pára nad hrncem? Autor Mark Manson se ve svém pokračování bestselleru *Důmyslné umění*, jak mít všechno u pr\*\*le zaměřuje právě na naděje a vše, co se točí kolem ní. Jak ji získat, udržet a najít, když už si myslíte, že je všechno v háji? Kniha vám na tyto otázky pomůže odpovědět a vy pak budete moct začít žít život na plné obrátky. *Via, k dostání v Knihy Dobrovský, 349 Kč*

**Deník ze dna – Tomáš Řepka**



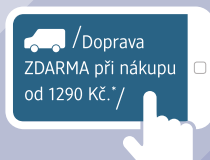
Bývalý fotbalový reprezentant, kapitán Sparty, hráč italské Fiorentiny a anglického West Hamu, obránce Tomáš Řepka vydává svou nejosobnější zpověď. Během výkonu trestu si psal deník, který obsahuje exkluzivní svědectví o tom, co se odehrávalo v jeho nitru před nástupem i během trestu. *Brána, 399 Kč*

## ÚČINNÁ DEZINFEKCE RUKOU I POVRCHŮ ZA NÍZKOU CENU

Produkty Anti-COVID můžete zakoupit v prodejnách dm i na [www.dm.cz/dezinfekce](http://www.dm.cz/dezinfekce).

Anti-COVID dezinfekce 500 ml  
**54<sup>90</sup> Kč**  
10,98 Kč za 100 ml

[www.dm.cz](http://www.dm.cz)  
[www.facebook.com/dm.cesko](https://www.facebook.com/dm.cesko)  
[instagram.com/dm\\_cesko](https://www.instagram.com/dm_cesko)



\*Platí pro nákupy zákazníků zaregistrovaných a současně přihlášených v online shopu dm.cz.



Vyrobeno v ČR firmou DF Partner s.r.o., dostupné i v 3l a 5l balení.

Anti-COVID dezinfekce 1 l  
**59<sup>90</sup> Kč**

### Krátce

#### Opět se bude hledat talent

TV Prima ve spolupráci se slovenskou TV JOJ připravuje další, už devátý, ročník show Česko Slovensko má talent. Prvotní castingy, které zájemci o účast v soutěži mohou absolvovat, se uskuteční na přelomu července a srpna ve čtyřadvaceti českých a slovenských městech. První z nich proběhnou o víkend 25. a 26. června ve dvaceti slovenských městech.

#### Lake Malawi zruší koncert

Indie-popová kapela Lake Malawi, kterou založil zpěvák Albert Černý, se po dobytí evropských pódii chystala v listopadu v Praze ukázat na svém dosud největším sólovém koncertu. Show v duchu osmdesátek se měla uskutečnit 6. listopadu v O2 universu, ale vzhledem k drastickému narušení příprav vlivem pandemie je kapela nucena koncert zrušit bez náhradního termínu. **MET**



PETER IVAN

#### Život IMT Smile 1998–2020

Legendární slovenská kapela IMT Smile vydává výběrové album, které mapuje 22 let působení na scéně. Kromě singlů v klasické verzi budou na albu i live verze, z nichž některé jsou známější než originály. **MET**



**Sudoku**

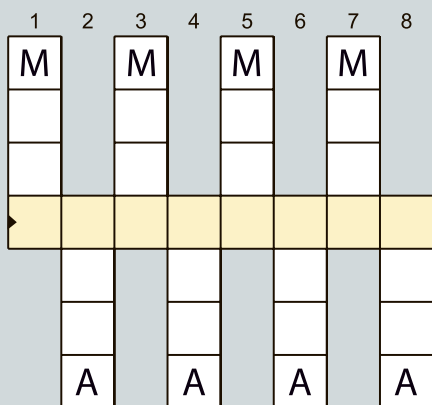
7		5			9			
				4		5		8
2	6						7	
		2		3		7		
3			7		5			9
		1		2		3		
	2						8	3
1		9		8				
			3			4		2

**Napište svou bublinu**

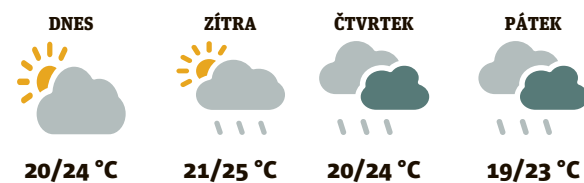


**Luštěnka**

- |                 |                    |
|-----------------|--------------------|
| 1. trochu       | 5. chování         |
| 2. sklady obilí | 6. jméno lvice     |
| 3. vědomí       | 7. budova na mletí |
| 4. malá oka     | 8. písmena í       |



**Počasí**



Teplotní rekordy: ↓ 6,5 °C (1923) ↑ 32,4 °C (2006) Bio: ❤️❤️❤️



**NAPADÁ VÁS VTIPNÝ POPISEK?**  
Napište bublinu a reagujte na sloupek na: [www.facebook.com/denikmetro](http://www.facebook.com/denikmetro)

**TV tipy**

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>16.20 To je vražda, napsala XI</p> <p>17.05 Menu pro Emu</p> <p>17.30 AZ-kvíz</p> <p>18.00 Události v regionech</p> <p>18.25 Kde domov můj?</p> <p>19.00 Události</p> <p>19.56 Branky, body, vteřiny</p> <p>20.10 Vyprávěj</p> <p>21.00 Anděl s ďáblem v těle Komedie (ČR, 1983)</p> <p>22.45 Případy detektiva Murdocha XII</p> <p>23.30 Kriminální IV</p> <p>00.30 AZ-kvíz</p> <p>00.55 Banánové rybičky</p> <p>01.25 Zajímavosti z regionů</p> <p>01.55 Chalupa je hra</p> <p>02.15 Dobré ráno</p> <p>04.50 V kondici</p>	<p>16.15 Poklad pana Arna</p> <p>16.35 Rozluštěné poklady</p> <p>17.20 Úžasné hotely (6/6)</p> <p>18.15 GourmetLab (6/6)</p> <p>18.45 Večerníček</p> <p>18.55 Zatopené osudy (12)</p> <p>19.15 Cesty viry</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Jaro v nouzi</p> <p>21.15 Z lásky nenávisť</p> <p>22.10 1945-1953: Cesta ke studené válce (1/2)</p> <p>23.05 Příběh služebnice (4/10)</p> <p>00.00 Svědectví o zkáze Titaniku</p> <p>01.30 Gomora IV (8/12)</p> <p>02.15 Náš venkov</p> <p>02.45 Sbohem, národe čtenářů?</p>	<p>16.00 Dr. House VI (11)</p> <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.20 Co na to Češi</p> <p>18.20 Comeback</p> <p>18.50 Hospoda (23)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Kriminálka Anděl II (5, 6) Krimiseriál (ČR, 2010)</p> <p>22.40 Smrtonosná zbraň III (9)</p> <p>23.35 Dr. House VI (11)</p> <p>00.30 Můj přítel Monk VI (12)</p> <p>01.20 Můj přítel Monk VI (13)</p> <p>02.25 Smrtonosná zbraň III (8)</p> <p>03.05 Co na to Češi</p> <p>03.45 Ordinace v růžové zahradě 2 (721)</p> <p>04.45 Novashopping</p>	<p>16.30 Krimí zprávy</p> <p>16.50 Policie v akci</p> <p>17.40 Prostřeno!</p> <p>18.55 HLAVNÍ ZPRÁVY</p> <p>19.55 SHOWTIME</p> <p>20.05 Počasí</p> <p>20.15 Slunečná (34) Vilda, nebo Janek. Seriál (ČR, 2020)</p> <p>21.35 7 pádů Honzy Dědka</p> <p>22.50 Jak se staví sen – extra</p> <p>00.00 Policie v akci</p> <p>00.55 Policie v akci</p> <p>01.45 Walker, Texas Ranger VII (18) Akční seriál (USA, 1998)</p> <p>02.25 Poslední polda II (11)</p> <p>03.10 Prostřeno!</p> <p>04.30 Pohoda u krbu</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 Zpátečka</p> <p>10.00 Óčko hity</p> <p>11.00 Óčko trendy</p> <p>12.30 Óčko hity</p> <p>15.00 Můj Mixxxer</p> <p>16.30 Óčko hity</p> <p>17.30 Smartmania</p> <p>17.35 Óčko hity</p> <p>19.00 Moje desítka Top 10 klipů podle diváka Óčka nebo živá vystoupení</p> <p>20.00 Óčko hity Klipy nonstop</p> <p>21.00 CZ &amp; SK České a slovenské klipy</p> <p>23.00 Óčko flirt Proud klipů se vzkazy diváků Óčka</p>



## JAKUB KOHÁK

TLUMOČNÍK



### Sloupek

# BOREC Z KABINY

Před několika dny se dostal k široké veřejnosti zvukový záznam, na kterém hokejový trenér láteří, hubuje a spílá týmu patnáctiletých kluků, které má na starosti. Je to veskrze vtípný monolog, který mnozí odsuzují pro jeho vulgárnost a nevybíravý slovník.

Mně osobně se proslov trenéra Martina Stloukala nesmírně líbil – a jsem si jistý, že byl ve všem naprosto pravdivý! Mít takového trenéra je požehnání! Ano – ta promluva byla důrazná. Ale chcete, aby vás (nebo vaše dítě) vedl a trénoval někdo, kdo jen dělá svoji práci, udělá si to své a jde domů? Nebo byste raději osobnost, která je pro danou věc zapálená, chlap, kterému o něco opravdu jde, je pro zdar a vývoj svých svěřenců schopný udělat maximum a někdy použije drsnější slovník?!

### Citát

**Někdo z nich může už za rok či dva hrát extraligu dospělých, zbytek skončí.**

opak, co je naprosto škodlivé. Použil přitom sice pár zbytečných, nepřípustných příměrů, což je škoda, ale jinak – perfekto! Mladé kluky, zvláště v tomto jalovém věku, musíte prostě vyburcovat, někdy na ně i zakřičet, aby si vše uvědomili, aby začali makat. Možná právě teď se láme jejich kariéra. Někdo z nich může už za rok či dva hrát extraligu dospělých, zbytek skončí. A právě takové projevy, projevy které drtí, mačkají a jsou zapálené, právě ty jsou nyní nesmírně cenné! Doufám, že si to ti kluci uvědomí, stejně tak jako jejich rodiče a stejně tak jako obecné mínění. Místo odsuzování a myšlenek na vyhazov by pan Stloukal měl dostat metál! A kdo s tím nesouhlasí, toho nakopnu do zadku tak, že poletí až před redakci!

### Anketa

**f Jak se projevuje krize středního věku?**



**Tomáš Kubák**

Začnou vás bolet klouby a do důchodu je ještě daleko.



**Marek Mahdal**

Tak, že člověk je raději v práci než doma.



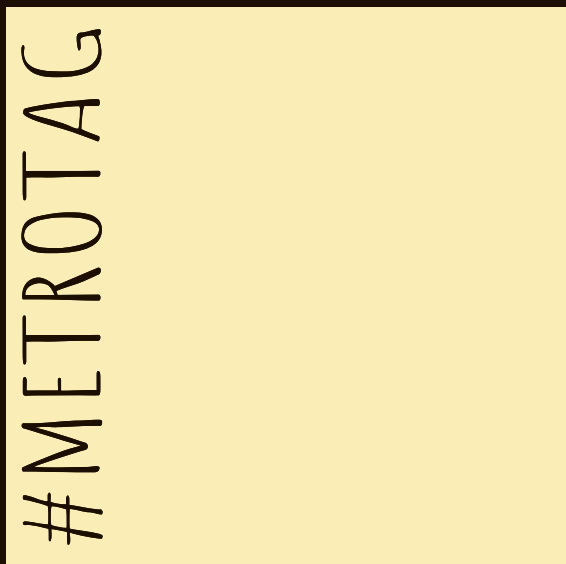
**Radim Smith**

Mladým už nerozumíte a starší vás ještě nechápu.

## @mojemetro



Tramvaje brzdí i město zaslíbené pivu a slušnému fotbalu. Plzeň! Šotouš @tramfantik zde nabral momentku, k níž připsal: „KáTěčko na Kalifu vypravené na výlukovou linku 2X přijíždí do konečné zastávky U Duhy.“ Oceňujeme i tagy #mojemetro #metrotag #pmdp #plzen #pilsen #ckdtrata #kt8ds.



Tohle je místo na váš vzkaz pro ostatní čtenáře deníku Metro. Pište, kreslete, zpřijemněte někomu den. Výtvar vyfote a sdílejte na vašem Instagramu, tagujte #METROTAG. Otiskneme ho v novinách!

### Dopisy a vzkazy

#### Špatná vizitka

Mé mamince narozené v roce 1933 otekla pravá noha od kotníku až ke koleni, udělala se jí tam velká boule, která změnila barvu od ruda do fialova. Vzhledem k tomu, že Thomayerova nemocnice v Krči, kam obvodově spadáme (bydlíme na Praze 4 Jižním Městě), nemá kožní oddělení, musely jsme proto do nemocnice v Motole. A objednala jsem taxi, neboť nevlastním auto. Seestra v kartotéce nás nejprve seřvala, že není maminka objednaná (i když kartu tam má, neboť se tam léčí). Vychutnala si nás, čekaly jsme dlouho, nikdo v čekárně dávně nebyl. Lékařský personál se pak mamince skutečně věnoval. Jenže kožní v Motole nemá sonograf a na všech dalších odděleních, kde ho mají, pracují pouze do 15.00. A my dorazily ve 14.58. Maminka byla z toho všeho tak zničená, že plakala.

EVA DUĐÁKOVÁ

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

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

### Řešení sudoku

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

### Řešení luštěnky

OSLOVENÍ

### Komiks

## Stripoff.....HRABĚ S.



# Vidíte špatně na dálku či na blízko? Nejčastější oční vady

**Nějakou oční vadou trpí až 60 procent lidí.**

**Pokud hůře vidíte, vydejte se k lékaři. Jaké jsou nejrozšířenější oční vady?**



Vyšetření očí neodkládejte.

PROFIMEDIA.CZ

## Krátkozrakost

Nazývá se myopie a označuje se tak špatné vidění vzdálených předmětů. Jde o nejčastější oční dioptrickou vadu, která postihuje až 30 procent české populace. Potíže lze korigovat brýlemi nebo kontaktními čočkami s „minusovými“ dioptriemi, které posunou obraz na sítnici. Trvalé odstranění problémů pak umožňuje laserová operace.

„Pro odstranění střední a vyšší krátkozrakosti používáme femtosekundový laser. Na základě precizních výpočtů separuje přebytečnou tkáň uvnitř rohovky a chirurg ji následně odstraní speciální pinzetou. Nedojde k narušení samotného povrchu oka a rohovka si díky tomu zachová svou pevnost a stabilitu,“ vysvětluje Lucie Valešová, primářka Oční kliniky DuoVize Praha.

## Dalekozrakost

Hypermetropie, tedy špatné vidění na blízko, není tak

časté – trápí přibližně 10 procent lidí. Oko je příliš krátké nebo dochází k nedostatečné lomivosti čočky. Světelné paprsky se sbíhají až za místem nejostřejšího vidění a na sítnici dopadá rozostřený obraz. Slabou vadu, cca do +0,5 dioptrie, obvykle člověk ani nepostřehne. U silnějších už člověk nejen špatně vidí, ale mohou ho trápit i bolesti hlavy, migrény, ospalost či ne soustředěnost. Korekce se provádí „plusovými“ brýlovými či kontaktními čočkami. Dalekozrakost do pěti dioptrií lze korigovat laserovými refrakčními zákroky, vyšší dioptrické vady se odstraňují nitroočními zákroky.

## Astigmatismus

Tato oční vada se týká až 60 procent populace a její příčina tkví v nerovnoměrném zakřivení některých optických ploch oka, zpravidla

oční rohovky. Pacienti vnímají svět okolo jako pokrivený a deformovaný, vedle snížené ostroty zraku mají problémy s vnímáním hloubky, prostoru, detailů a kontrastu. Mohou rovněž zaměňovat některá písmenka a znaky, trpět silnými bolestmi hlavy a šije, být unavení, anebo mít dokonce žaludeční nevolnosti. Korekce astigmatismu probíhá nejčastěji speciálními brýlovými skly s takzvanými cylindry. I v tomto případě se dá problém vyřešit laserovou operací, která nepravidelné zakřivení rohovky odstraní.

## Tupožrakost

Zpravidla bývá diagnostikována u dětí. Zprvu se může projevovat nemotorností, zakopáváním nebo vrážením do věcí, ale nemusí mít žádné příznaky. Přitom takzvanou amblyopii je důležité odhalit a léčit včas, nejpozději do osmého roku věku, ale ideálně

už ve třech letech. I v případě dětí proto platí, že jsou preventivní oční prohlídky velmi důležité. Tupožrakost se kromě nošení brýlí léčí prostřednictvím pleoptických cvičení, která donutí pracovat postižené oko. Zdravé oko se zakrývá okluzorem, čímž je vyřazeno z činnosti – a nemocné oko je potom nuceno zpracovávat veškeré zrakové vjemy.

## Vetchozrakost

Problémy s vetchozrakostí neboli presbyopií jdou ruku v ruce postupujícím věkem, kdy oční čočka ztrácí svou přirozenou pružnost. Někdy se také s nadsázkou říká, že vetchozrací lidé mají „krátkou ruku“, protože se snaží natahovat končetinu, aby se jim lépe zaostřila rozmazaná písmenka v knize nebo cenovka na zboží v obchodě. Vada se koriguje brýlemi či kontaktními čočkami. Často se však zhoršuje nejen vidění na blízko, ale i na dálku a střední vzdálenost. Řešením je pak střídání brýlí či používání brýlí multifokálních. I tuto vadu lze ale operovat.

## Katarakta

Také šedý zákal neboli katarakta je spojen s rostoucím věkem. Oční čočka se zakaluje, takže postižení vidí, jako by měli před očima záclonu. Mohou být také citliví na světlo a mít zkreslené barevné

vnímání. „V počátcích se onemocnění dokonce ani nemusí nijak projevovat, patrné je až v pokročilé fázi. Většinou postihuje osoby starší 65 let, po 75. roce věku se podle statistik objevuje u více než tří čtvrtin populace,“ vysvětluje docentka Sárka Skorkovská, primářka Oční kliniky NeoVize Brno.

Katarakta je celosvětově nejčastější příčinou oslepnutí, ve vyspělých zemích je však možné ji odstranit výměnou zakalené čočky za umělou.

## Zelený zákal

Nebezpečí glaukomu tkví v tom, že se dlouho nijak neprojevuje. Při tomto onemocnění dochází k postupnému odumírání vláken zrakového nervu, který přenáší zrakové informace ze sítnice do mozku. Pokud se poškodí, dochází k částečné nebo dokonce úplné ztrátě zraku. Navíc i člověk s výrazně pokročilým zúžením zorného pole může mít dobrou centrální zrakovou ostrost, takže si problém neuvědomí. Přitom díky včasnému zachycení onemocnění je možné zhoršování zraku zabránit léky či operací. Jediný způsob, jak zelený zákal odhalit, jsou preventivní návštěvy očního lékaře. Obezřetní by měli být zejména lidé, u nichž se vyskytl glaukom v rodině. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

INZERCE

## STOP PADÁNÍ VLASŮ

Je velmi obtížné se v dnešní době velkých reklam orientovat tak, aby byl kupující absolutně spokojen. Za kvalitu a účinnost výrobků firmy SENS však hovoří velký ohlas spokojených klientů, kteří si nemohou vynachválit zejména přípravek na podporu růstu vlasů. Proto jsme se zeptali zástupců firmy SENS, aby nám sdělili něco bližšího o svých výrobcích.

**R: Prosim Vás, můžete nám říct něco bližšího o Vašich výrobcích, týkajících se růstu vlasů, na něž je v současné době takový ohlas?**

S: Naše firma se zabývá distribucí přírodní kosmetiky australsko-maďarské firmy zn. THERMAL. Všechny výrobky samozřejmě prošly klinickou atestací.

**R: Co říkáte neuvěřitelnému ohlasu zejména na výrobek, který podporuje růst vlasů?**

S: Tento výrobek je připraven výlučně na přírodní

bázi. Obsahuje minerální látky, proteiny, víno, včelí produkty, olej z kukuřičných klíčků, vitaminy E, D, B a jiné přírodní látky. Výsledky jsou, jak jste podotkl, téměř neuvěřitelné.

**R: Jak se Vaš přípravek aplikuje?**

S: Aplikace je velmi jednoduchá. Jedna kúra se skládá ze dvou částí - a to z 2 ks krému TH, který se vtírá k vlasovým kořínkům, a 1 ks šampónu TH, kterým se vlasy po 20 minutách působení krému umyjí. U těžších případů u mužů i žen někdy doporučujeme absolvovat více těchto kompletních kúr. Přesný návod k použití je přiložen u každého z výrobků.

**R: A poslední otázka - kde lze zakoupit Vaše výrobky a v jakých cenových relacích?**

S: Jelikož v současnosti nejsou výrobky běžně k dostání v lékárnách, může si každý zákazník přípravy koupit nebo objednat u firmy SENS - 697

01 Kyjov, Komenského 606, tel.: 518 615 091 a to TH krém za 330 Kč a TH šampón také za 330 Kč, jedna kúra za 990 Kč.

**R: Děkuji za rozhovor a přeji mnoho úspěchů. připravil M.K.**

www.thermal-sens.cz



# Sportujte tři a půl hodiny týdně. Uděláte ze sebe nového člověka

Léto začíná a s ním i nespočet sportů. Proč je pohyb tak důležitý? Jak se hýbat, abychom si neublížili? Nejen na to odpoví fyzioterapeutka Monika Ballýová z kliniky Vo2max, která předesílá: „Moderní způsob života přináší hodně neaktivního trávení volného času, a i čas strávený v zaměstnání bývá spíše pohybově chudý. Není přitom potřeba podávat heroické výkony. Stačí svižnější procházka nebo práce na zahradě.“

## Co vše nám dává sport?

Při jakékoli alespoň 40 minut trvající aktivitě se vyplavuje hormon štěstí endorfin. Tento hormon se uvolňuje v centrální nervové soustavě a přináší dobrou náladu, tlumí bolest a účastní se dalších tělesných funkcí, jako je například regulace tělesné teploty. Dalším benefitem je vyšší energetický výdej. Spálíme kalorie z vydatnějšího

oběda a tím si budeme udržovat současnou tělesnou hmotnost. Pokud více spálíme, než přijmeme, nastartuje se proces hubnutí. Při správném pohybu též roste podíl svalové hmoty, tím se zvýší i klidový metabolismus. To znamená, že pokud máme více svalů, naše tělo v klidu spálí více kalorií. Dalším velice významným benefitem pohybu je zlepšení kardiovaskulárních funkcí. A také udržujeme nebo zvyšujeme kloubní pohyblivost, dochází k obnově nitrokloubní tekutiny a udržení délky šlach a vazů v okolí kloubů. Zlepšujeme svalovou i celkovou koordinaci pohybu, která nám ulehčí i úkony běžného dne.

## Sport nemá jen své pozitivní stránky. Nese s sebou i určitá rizika. Jaká to jsou?

Je třeba si dát pozor na správné odhadnutí svých sil



Monika Ballýová ARCHIV

a schopností. Nepodceňovat tělesnou a psychickou únavu, rekonvalescenci po nemoci nebo přecházení nachlazení. Je dobré zaměřit se i na sportovní vybavení, které ne-

musí být špičkové, ale musí být funkční. Pokud něco z výše uvedených věcí podceňme, vystavujeme se riziku zranění nebo chronického přetížení. Důležitá je také regenerace – myšleno adekvátní strava a pitný režim, kvalitní odpočinek, protahování a kompenzační cvičení. Pokud nebude tělo dostatečně zregenerované neboli odpočnuté, bude sportovec pocítovat pokles výkonnosti, zhoršení pohybové koordinace, bolest pohybového aparátu, křeče nebo psychickou nepohodu.

## Jak by měly sportovat děti?

Děti pravidelný pohyb potřebují pro stimulaci rostoucího organismu a tím jeho kvalitní rozvoj. V jejich věku je třeba pravidelným sportem rozvíjet i jednotlivé pohybové dovednosti a zlepšování pohybové koordinace. U dětí

se doporučuje věnovat se pohybovým aktivitám, jako je chůze, hraní si na hřišti či sportování alespoň hodinu denně.

## A dospělí?

V dospělém věku se lidem, kteří nepracují manuálně, doporučuje minimálně 30 minut denně, tedy 3,5 hodiny za celý týden. Je na každém, jak si tento čas rozvrhne. Benefity přinese kratší aktivita denně, ale i delší několikrát týdně. Ale ani ve vyšším věku bychom se neměli pravidelně pohybové aktivity vzdát. Sice se objevují určitá zdravotní omezení, která je třeba respektovat. Ale i s onemocněním srdce nebo plic je možné se pravidelně vydat na svižnější vycházku nebo vyjet na kole. Pokud si nejste jisti, zda můžete se svým zdravotním stavem sportovat, rozhodně se poraďte se svým lékařem. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

INZERCE

## Proti kožním a nehtovým plísním bez vedlejších účinků

Dermatofytózy způsobují rozšířená a velmi nepříjemná plísnivá onemocnění kůže, nehtů, vlasů i srsti. Dermatofytózy se řadí mezi opomíjená onemocnění, ovšem s možnými následky pro infikované osoby, jelikož oslabují imunitní systém, a tím mohou nepřímo podpořit jinou závažnější nemoc.

Doposud k léčbě plísnivých kožních a nehtových onemocnění jsou předepisována chemická antimykotika, na která si patogeny vyvíjejí rezistenci. Dlouhodobé užívání chemických protiplísnivých přípravků je diskutabilní a většinou nemožné u jedinců s poškozením jater, diabetiků i starších osob nebo osob s oslabenou imunitou.

Čeští vědci zaznamenali mezinárodní úspěch ve výzkumu mikroorganismu *Pythium oligandrum* (chytré houby) a jeho potlačování růstu dermatofytů, které způsobují kožní a nehtové plísně. V renomovaném časopisu *Mycopathologia* (Springer Verlag), publikovali převratnou původní práci, v níž sledovali vzájemné působení *Pythium oligandrum* na dermatofyty, které jsou v rozvinutých zemích nejčastější u lidí a zvířat. K objasnění principu vzájemného působení, bylo sledování i molekulárního pozadí mykoparazitizmu pomocí expresních profilů genů zodpovědných za napadení na straně *Pythium oligandrum* (příprava na útok) a stresové reakce na straně dermatofyta *Microsporum canis* (příprava na obranu). Výsledky potvrdily, že mikroorganismy o sobě vědí a probíhá mezi



nimi komunikace, než dojde ke vzájemnému kontaktu.

Ukázalo se, že dermatofyty jsou účinně potlačeny nebo usmrceny *Pythium oligandrum* v umělém prostředí kultivačního média mezi 48 a 72 h po prvním kontaktu.

### Praktické testování bylo zaměřeno:

- 1) na zápach nohou, kde u 79% sledovaných osob zápach zcela vymizel,
- 2) na potivost nohou, kde u 67% sledovaných osob potivost ustala,
- 3) na mezizprstní plísně nohou, kde u 83% sledovaných osob byla plíseň odstraněna
- 4) na plísně nehtů, kde u 15% sledovaných osob byla plíseň odstraněna, a u dalších došlo ke zlepšení.

Publikované řešení spočívá v aplikaci mikroorganismu *Pythium oligandrum*, pro který jsou dermatofyty potravou. Jedinečnost mikroorganismu *Pythium oligandrum* (chytrá houba) je v tom, že není schopen napadnout jiné buňky ať rostlin, zvířat nebo lidí, což svědčí o jeho

bezpečnosti. Po likvidaci plísní z místa aplikace odrůstá s kůží nebo nehtem a napomáhá k znovuoobnovení přirozené mikroflóry.

Mikroorganismus *Pythium oligandrum* produkuje také množství enzymů. Tyto enzymy se v praxi osvědčily u onemocněních, které nepůsobují plísně, jako jsou například záněty dásní, lupénka, atopický ekzém nebo rozbourávání biofilmů pro úpravu fyziologické mikrobiální flóry poškozené pokožky při nehojících se ranách.

U lidí se přípravky používají pro kůži a nehty se sklonek k plísním, pro intimní hygienu, pro kůži náchylnou k zapaření a pro místa náchylná k výskytu kvasinek, pro kůži náchylnou k lupence a atopickému ekzému, pro péči o podrážděnou, opruzenou a suchou pokožku. Velkou úlevu zažívají lidé, kteří mají sklony k zánětům dásní.

Pro veterinární použití jsou v prodeji přípravky s chytrou houbou, které jsou vhodné pro péči o kůži a kožní deriváty při výskytu kvasinek a plísní, k úpravě fyziologické mikrobiální flóry srsti a kůže, pro srst a kůži náchylnou k zapaření, ekzému nebo při výskytu hniloby kopyt u koní.

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

K dostání v lékárnách  
a u veterinárních lékařů.  
Infolinka: 728 814 202

# Zase máme radost z každého skoku!

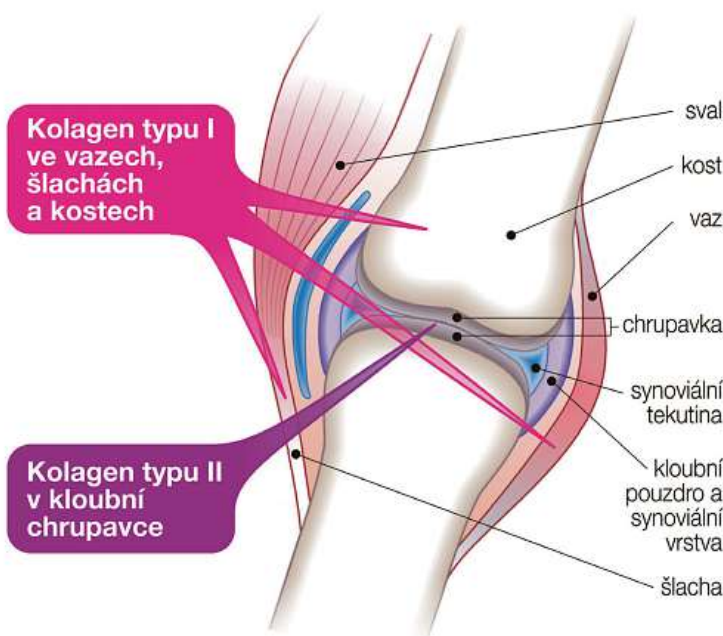
**Také už se těšíte na pohyb, a jak si ho užijete?** Po neobvykle dlouhé přestávce se opět můžeme věnovat obvyklým fyzickým aktivitám, trochu se protáhnout, konečně si zasportovat. Pro každého to znamená něco jiného. Někdo se těší, až si zaběhne maraton, na někoho doma nervózně pokukuje kolo a někteří se těší na procházku po lese s košíkem, až „uloví“ pár chutných hub.

úsporný režim. Jakékoliv sportovní, či „sportovní“ aktivity je opět probudí

kolo nebo se pustíme do jakékoliv jiné fyzické aktivity, je třeba myslet na

také ruce, ale pomohou i snížit zátěž nosných kloubů – kolen a kyčlí. To

kteří jsou zdrojem potřebné energie. Své pevné místo by v našem jídelníčku měly mít i kvalitní bílkoviny, které podporují svalový růst a regeneraci. A zapomínat bychom neměli ani na zdravé tuky, které obsahují nenasycené mastné kyseliny. Až půjdete na procházku, nebo poběžíte kolem lékárny, zastavte se. Poradte se s odborníky, co by teď vašim kloubům prospělo.



**CEMIO KAMZÍK®**  
Oblíbeným doplňkem stravy pro péči o klouby je dobře známý Cemio Kamzík. Tento švýcarský výrobek s jedinečným složením pomáhá našim kloubům bezmála osm let. Obsahuje oba hlavní typy kolagenu v jejich přirozené formě. Kolagen typu I je hlavní součástí vazů a šlach. Kolagen typu II je součástí kloubních chrupavek. Nesmíme zapomenout na Vitamín C, který podporuje tvorbu vlastního kolagenu, aby vaše kloubní chrupavky fungovaly, jak mají. Stačí jedna kapsle denně.

## CO NA TO ŘÍKAJÍ TO KLOUBY?

Kdyby mohly mluvit, asi by řekli něco ve smyslu: „Pozor, nehýbali jsme se opravdu hodně dlouho, trochu nás šetři!“ Je to tak. Za těch několik měsíců najely klouby na

k životu. Metabolizmus kloubů se přepne do obvyklého regeneračního režimu. Spustí se obnova kloubních chrupavek, zpevní se vazy a další kolagenové struktury.

## Z NULY NA STO... RADĚJI POMALEJI...

Než si vyrazíme do parku zaběhat, nasedneme na

několik základních věcí. Lepší je pozvolný začátek. Klouby a svaly nezatěžovat hned naplno. Ideální je plavání, kolo, nebo čím dál oblíbenější koloběžka. Zapojují se všechny důležité svaly a klouby, aniž bychom je přetěžovali. Na větší procházku si vezměte hole na nordic walking. Nejenže zapojí do pohybu

je důležité zejména pro starší a osoby s nadváhou.

## MYSLETE TAKÉ NA VÝŽIVU

Všechny obnovné procesy, které s fyzickou aktivitou spouští, vyžadují aminokyseliny, vitamíny, minerály a další důležité látky. Před samotnou aktivitou jsou vhodné sacharidy,

Věříme, že i díky přípravku Cemio Kamzík® si užijete opravdovou radost z pohybu, radost z každého kroku, radost z každého skoku.

**klouby • vazy • šlachy**





**1 měsíc užívání navíc**



Soutěž o dovolenou snů v samém srdci Jeseníků

JEDINEČNÁ KOMBINACE DVOU NATIVNÍCH KOLAGENŮ A VITAMINU C

Vitamin C je důležitý pro správnou tvorbu kolagenu v organismu a dobrý stav kloubních chrupavek.

# International Day of Happiness

There's more behind the International Day of Happiness than you might think. Find out more by reading the article and answering the questions.

You might think the International Day of Happiness is a day to practise positive thinking but it's actually a United Nations (UN) project which has a more serious purpose. The UN thinks happiness will only be for everyone when the people of the world are equal.

## How did the idea start?

The idea goes back to 1972, when the King of Bhutan, Jigme Singye Wangchuck, said that we should measure a country's progress by its happiness and not just how much it produces or how much money it makes. He called it Gross National Happiness (GNH). Bhutan developed a system to measure happiness based on things like people's psychological health, their general health, how they spend their time, where they live, their education and their environment. People in Bhutan answer about 300 questions, and the results are compared every year to measure progress. The government uses the results and the ideas behind GNH to make decisions for the country.

In 2011, a UN adviser called Jayme Illien suggested the idea of an international day to increase happiness. His plan was accepted and each year the day is marked on 20 March.



## The World Happiness Report

The UN measures and compares the happiness of different countries in the World Happiness Report. It bases its report on social, economic and environmental well-being. The UN also sets goals for countries to achieve to increase happiness because it says happiness is a basic human right. Happiness should not be something people have because they are lucky to live in a place where they have basic things like peace, education and access to healthcare. If we agree that these basic things are human rights, then it is not a very big step to agree that happiness is a basic human right too.

Source: <https://happinessday.org>

## ACTIVITIES

### 1. Vocabulary

Match the definitions (a–f) with the vocabulary (1–6).

vocabulary	definition
1. serious	a. medicine, hospitals and doctors
2. to compare	b. about your mind and feelings
3. to measure	c. not joking or funny
4. psychological	d. to find out how much, how long, how tall, etc.
5. human rights	e. to look at how different or similar things are
6. healthcare	f. things we all agree everyone should have

### 2. True or false

Are the sentences true or false?

1. In 1972 the King of Bhutan wanted to measure how much money the country was making.	True	False
2. The King of Bhutan was the first person to celebrate a Day of Happiness.	True	False
3. Bhutan asks people a lot of questions to see how happy they are and why.	True	False
4. It was Jayme Illien's idea to create an international day to increase happiness.	True	False
5. The United Nations has copied some of the work of Bhutan.	True	False
6. Happiness is something the UN thinks everyone has a right to have.	True	False

## DISCUSSION

What is the most important thing people need to be happy?

1. False; 2. False; 3. True; 4. True; 5. True; 6. True

ACTIVITY 2

1. c; 2. e; 3. d; 4. b; 5. f; 6. a

ACTIVITY 1

ANSWERS

# Pardubice kývly na rekonstrukci

**Město vypíše tender na modernizaci Letního stadionu. Maximálně má stát 430 milionů korun.**

Fotbalisté Pardubic může těšit nejen to, že vedou tabulku druhé ligy o devět bodů a blíží se mezi elitu, ale mají také naději do budoucna, že by mohli zápasy Fortuna ligy hrát ve svém městě.

Pardubičtí radní včera schválili vypsání výběrového řízení na rekonstrukci chátrajícího Letního stadionu. Na podání nabídek budou mít stavební firmy minimálně 60 dní. Po rekonstrukci bude mít stadion větší kapacitu a parametry pro první ligu. Tým hraje domácí zápasy na stadionu Pod Vinicí, který prvotní kritéria nesplňuje.

Vítěznou stavební firmu navrhne městská komise, návrh ještě ale musí předložit zastupitelům, kteří dostanou ke schválení i plán rozpočtového krytí. Letní stadion město opraví jen z úvěru v případě, že nezíská dotace. Financování zastupitelé odhlasovali v říjnu 2017. Soutěž na opravu pardubického stadionu zahrne i projekt. Město využije metody Design & Build. Vybraná firma je pak zodpovědná za přípravu projektové dokumentace i stavbu. Opravy stadionu jsou naplánované na 20 měsíců, není v nich rekonstrukce východní tribuny s Bránou borců, která je kulturní památkou. Tribunu město opraví nakonec a není součástí první etapy.

Letní stadion z 30. let navrhl architekt Karel Řepa. Sportoviště je v havarijním stavu. Vedení města zvažuje jeho opravy dlouhodobě, v roce 2008 například navrhovalo

## Kde kdo bude hrát?

Pokud postoupí Pardubice do první ligy, mají své domácí zápasy hrát v Mladé Boleslavi.

- Klub zvažoval i Prahu, kde nevyšly námluvy s Viktorií Žižkov. Ta sama asi bude hrát jindě. Po jednání s městskou částí Praha 3 o rekonstrukci stadionu o to požádá Fotbalovou asociaci ČR.

žádost o evropské dotace. Proti nákladné opravě se postavila občansko-politická iniciativa Nechceme stadion na dluh. Ta hodlá uspořádat referendum, proto shání 7000 podpisů pardubických obyvatel. Lidé z iniciativy by využili stadion jinak než pro fotbal, případně by postavili stadion na okraji města. V koalici je proti stavbě i náměstek primátora Petr Kvaš. **ČTK**



## Polák zamíří do Vítkovic

Zkušený hokejový obránce Roman Polák posílí po skončení smlouvy s Dallassem extraligové Vítkovice. S Ostravany se čtyřlístkem hráč předběžně dohodl na víceleté spolupráci. Ostravský rodák Polák podepsal před rokem se Stars jednoletý kontrakt s příjmem 1,75 milionu dolarů, po jehož vypršení se stane nechráněným volným hráčem. Vedení NHL ale stále věří, že se sezonu pozastavenou v březnu kvůli pandemii koronaviru podaří dohrát. A Dallas je mezi čtyřicetivácti týmy, jichž se mají vyřazovací boje o Stanley Cup týkat. **ČTK**

## Krátké

### Už jsou vyléčení

Dva čeští fotbalisté, kteří byli před čtyřmi týdny pozitivně testováni na nový typ koronaviru, již nejsou v karanténě. Nejmenovaní hráči Slavie a Mladé Boleslavi se už z nemoci vyléčili a zapojili se do tréninku.

### Rekord cyklisty

Australský cyklista Lachlan Morton pokořil výzvu v podobě „Everestigu“ v novém rekordu. Jezdec stáje EF Pro Cycling zvládl v americkém Coloradu nastoupit 8848 výškových metrů za 7:32:54 hodiny.

### Fond pro hráče

Světová fotbalová federace FIFA ve spolupráci s hráčskými odbory založila fond na podporu hráčů, kterým kluby nevyplácí peníze. Do roku 2022 do něj pošle 16 milionů dolarů (asi 380 milionů korun).

### Praha koupí LTC

Magistrát koupí od státu jeho část pozemku v tenisovém areálu klubu LTC na Letné a sjednotí ji se svým podílem. Pozemek a budova klubovny vyjdou město na 78,33 milionu korun.

### Sestup Hearts platí

Sestup fotbalistů Heart of Midlothian ze skotské ligy potvrdily výsledky hlasování profesionálních klubů, které zamítly rozšíření soutěže z 12 na 14 celků. Hearts tak budou hrát ve druhé lize. **ČTK**



## Tým Plíškové vede nad výběrem Kvitové

Černý tým Karolíny Plíškové (na snímku) vede po včerejšku v charitativní tenisové soutěži družstev Tipsport Elite Trophy na Štvanici nad růžovým výběrem Petry Kvitové 4:3 na zápasy. A to především díky bodům obou dvojic, Kristýny a posléze také světové trojky Karolíny Plíškové. První turnaj čtyřdenní série skončí čtyřmi zápasy dnes. **ČTK**

## Odveta. Cheruyiot zve norské bratry do Keni

Mistr světa v běhu na 1500 metrů Timothy Cheruyiot vyzval bratry Ingebrigtsenovy k odvetě v týmovém závodě na dva kilometry metrů. Čtvrtěční soubor na dálku při mítinku Impossible Games v Oslu vyhráli norští Jakob, Henrik a Filip Ingebrigtsenovi nad keňským Týmem Cheruyiot i díky

nerovným podmínkám. Jakob Ingebrigtsen zvítězil v novém evropském rekordu 4:50,01. Zatímco v Oslu bylo ideální atletické počasí, na stadionu v Nairobi, kde běželi Keňané, přšelo to foukalo. Navíc keňská metropole leží 1800 metrů nad mořem. Cheruyiot proto pozval Nory do Keni. **ČTK**

## Číslo dne

# 30

Tolikátý domácí titul získal jachtař David Křížek. Plzeňský rodák, který čtyřikrát přepřel Atlantický oceán, vyhrál na Lipně se Zdeňkem Adamem mistrovství republiky katamaranů třídy Tornado.

## Beaguel. Budou řešit rasismus

Disciplinární komise Ligové fotbalové asociace bude ve čtvrtek řešit rasistické chování několika fanoušků Olomouce vůči Jeanu-Davidu Beauguelovi z Plzně. Hanácký klub chce viníkům zakázat vstup na stadion a bude po nich vyvíjet případnou pokutu. **ČTK**

# TÝDEN PRO POSÍLENÍ IMUNITY

## Františkovy Lázně bezpečná destinace

7x UBYTOVÁNÍ VE SPA RESORTU  
PAWLIK - AQUAFORUM \*\*\*\*

PLNÁ PENZE  
(snídaně, oběd a večeře)

VSTUPNÍ LÉKAŘSKÉ  
VYŠETŘENÍ

14 LÉČEBNÝCH PROCEDUR  
(2x kryosauna, 2x solná jeskyně,  
2x oxygenoterapie, 2x skupinové cvičení  
v bazénu, 1x dechové cvičení, 1x jóga,  
4x procedura na základě doporučení lékaře  
při vstupní lékařské prohlídce)

NEOMEZENÝ VSTUP  
DO AKVAPARKU AQUAFORUM

LABORATORNÍ VYŠETŘENÍ


(krevní obraz, jaterní testy,  
ledvinové testy, celkový HDL  
a LDL cholesterol,  
triglyceridy, kyselina močová,  
mineralogram, moč chemicky)

2x INFUZE VITAMÍNU C  
+ 1x INFUZE GLUTATHIONU  
pro nastartování imunity

KOMPLEXNÍ ANALÝZA  
TĚLESNÉ KONSTITUCE

(celková hmotnost, % tuku v těle,  
% vody v těle, svaly v kg, zdravotní kondice  
těla, metabolismus, metabolický věk,  
kostní hmota, viscerální tuk) s následnou  
konzultací s nutričním terapeutem

CENY OD: **14 980 Kč**  
PLATNOST NABÍDKY:  
**celoročně**

-  7x fresh nápoj s vitamíny
- volný vstup do sauny Aquaforum
- pitná kúra
- 1x lekce Nordic Walking s instruktorem,  
zapůjčení holí na celý pobyt

### Spa Resort PAWLIK - AQUAFORUM \*\*\*\*

KATEGORIE POKOJE		ZIMNÍ SEZÓNA 15.11. - 06.12.2020		PODZIMNÍ SEZÓNA 04.10. - 14.11.2020		LETNÍ SEZÓNA 10.05. - 03.10.2020	
		AKČNÍ CENA platná při rezervaci do 30.06.2020	STANDARDNÍ CENA	AKČNÍ CENA platná při rezervaci do 30.06.2020	STANDARDNÍ CENA	AKČNÍ CENA platná při rezervaci do 30.06.2020	STANDARDNÍ CENA
Standard	1/2	14 980 Kč	16 100 Kč	14 980 Kč	18 410 Kč	14 980 Kč	19 460 Kč
Standard	1/1	16 590 Kč	17 500 Kč	16 590 Kč	20 160 Kč	16 590 Kč	21 210 Kč
Komfort	1/2	14 980 Kč	16 590 Kč	14 980 Kč	19 110 Kč	14 980 Kč	20 160 Kč
Komfort	1/1	16 590 Kč	18 060 Kč	16 590 Kč	20 720 Kč	16 590 Kč	22 120 Kč
Superior	1/2	17 500 Kč	16 940 Kč	17 500 Kč	19 460 Kč	17 500 Kč	20 860 Kč
Superior	1/1	19 110 Kč	18 760 Kč	19 110 Kč	21 420 Kč	19 110 Kč	23 030 Kč
Deluxe	1/2	17 500 Kč	18 760 Kč	17 500 Kč	21 210 Kč	17 500 Kč	22 680 Kč
Apartmá		19 670 Kč	19 670 Kč	21 980 Kč	21 980 Kč	23 380 Kč	23 380 Kč
Apartmá Aquaforum		28 770 Kč	28 770 Kč	32 130 Kč	32 130 Kč	33 740 Kč	33 740 Kč

Uvedené ceny jsou za osobu a pobyt. Pobyt začíná v den příjezdu obědem a končí v den odjezdu snídaní. Místní poplatek z pobytu bude připočten u povinných osob k ceně pobytu na základě obecně závazné vyhlášky města Františkovy Lázně dle platného znění ve výši 21 Kč za osobu a den. K ceně pobytu bude u povinných osob připočten kulturní poplatek dle podmínek stanovených ve VOP a cenových ujednáních Františkovy Lázně AQUAFORUM a.s. ve výši 35 Kč za osobu a den.

### INFORMACE A REZERVACE

**Tel.: 351 012 345**

info@frantiskovylazne.cz  
www.frantiskovylazne.cz

Nabídka platí pouze  
pro klienty českých  
partnerských  
pojišťoven.

Při rezervaci  
uveďte prosím kód:  
217213

