

Právě teď!

**Sleva
200 Kč**



více na
www.alza.cz/masakrcen

 **alza.cz**

MOJE MĚŠTO, MOJE METRO



metro® 

HARRY POTTER SE KONEČNĚ VRACÍ

NOVOU KNIHU J. K. ROWLINGOVÉ UŽ PŘELOŽIL PETR ELIÁŠ STRANA 7



metro



Úterý, 16. srpna 2016

Č. 154, www.metro.cz
Svátek slavi: Jáchym

Min. 20°
Max. 24°

Největší deník v ČR

Boj se suchem zdraží vodu. Až trojnásobně

Bitva o vodu. Ministerstvo životního prostředí chce od roku 2022 dramaticky zvýšit poplatky za odběr vody. **Lidé.** Má je to naučit lépe hospodařit. **Sobotka.** Neberete ale lidem peníze, tvrdí premiér STRANA 2



Přesně 41 kroků ke zlatu. Bolt potřetí usedl na olympijský trůn na stovce

Usain Bolt jako první sprinter v historii ovládl na třech olympijských hrách po sobě běh na 100 metrů. Fenomenální Jamajčan ve finálovém závodě v Riu porazil hlavního rivala Američana Justina Gatlina, i když mu nevyšel start a musel své soupeře dotahovat. Bolt zvítězil ve svém nejlepším letošním čase 9,81 sekundy. „Je to dobrý start do těchto olympijských her. Hodně lidí pochybovalo, ale mně se to podařilo. Jsem v lepší formě než v minulé sezoně,“ řekl bezprostředně po závodě. Sprinter, který za týden oslaví třicáté narozeniny, získal sedmé olympijské zlato. Po závodě si Bolt svůj rekordní triumf užíval. Při vítězném kolečku mával do kamer, dělal tradiční vítězná gesta a fotil se s rodiči i jamajskými fanoušky v ochozech. Fotoaparát ho zachytil také společně s olympijským vítězem v běhu na 400 metrů Jihoafričanem Waydem Van Niekerkem (vlevo). Úřadující mistr světa časem 43,03 sekundy navíc o 15 setin překonal 17 let starý světový rekord Michaela Johnsona. Tabulky historicky nejlepší výkonů přepsala včera také polská kladivářka Anita Włodarczyková. Ta získala své první olympijské zlato ve světovém rekordu 82,29 metru. Více z olympijských her na straně 13

AP - DAVID GOLDMAN

Boj se suchem zdraží vodu. Asi až trojnásobně

Extrémní výkyvy počasí poženou ceny nahoru.

Snaha zabránit následkům, které mají na Česko opakující se sucha, versus prolomení sociálně únosné ceny vody. Boj se suchem je pěkně drahá záležitost a do kapsy si kromě státního nejspíš sáhnou i obyčejní lidé.

„Ministerstvo životního prostředí se snaží protlačit prostřednictvím novely zákona o vodách trojnásobné zvýšení poplatků za odběr podzemní vody,“ uvedl včera předseda ČSSD Bohuslav Sobotka.

Zdražování se bojí také obce. Příkladem za všechny může být Prusk na Českolipsku. Ten je z velké části odkázán právě na zdroje spodní vody. „Jestli budeme muset zdražit vodu, všechno negativ-

ní padne na nás. Nikdo nebude studovat, jestli se zvedly náklady na získávání vody,“ bojí se starosta obce Jan Sviták.

Poplatek za odběr podzemní vody je v současné době dvě koruny za kubík, postupně by se měl zvýšit až na šest korun v roce 2022. Sdružení oborů vodovodů a kanalizací ČR se obává, že chystaná novela může ohrozit sociálně únosnou cenu vody. Za tu Evropská unie považuje dvě procenta z příjmů rodiny. Dnes se podle sdružení vydaje za vodu pohybují mezi jedním až 1,5 procentem.

Ministerstvo životního prostředí chce zdražením lidí motivovat, ať vodou více šetří. Další způsob, jak ministerstvo řeší problém se suchem, je program s neoficiálním názvem Modrá úsporám. Ten počítá například s lepším využitím dešťové vody v domácnostech a s recyklací šedé vody, tedy pitné vody, která se v do-



Citát

Boj se suchem nesmí být záminka pro bezdůvodné plošné zvyšování nákladů domácností.

BOHUSLAV SOBOTKA, PŘEDSEDA ČSSD

mácnosti spotřebovala třeba ve sprše.

Problém se suchem řeší také ministerstvo zemědělství. To v příštím roce spustí nový dotační program na budování závlah. Plánuje v něm přerozdělit 1,6 miliardy korun. „V budoucnu můžeme předpokládat ještě extrémněj-

Sucho stojí miliardy

Do roku 2022 má stát na boj se suchem připraveno 28 miliard korun.

- Kromě budování závlah by měly pomoci k zadržení vody v krajinné peníze na stavbu a obnovu rybníků. Stát chce v tomto programu přerozdělit 1,25 miliardy korun.

- V boji se suchem by měly pomoci i pozemkové úpravy, od roku 2014 jich stát dokončil přibližně 400, rozpracovaných je jich 500.

ší výkyvy počasí, než bylo například loňské sucho, a je třeba se na to připravit,“ komentuje mohutné investice ministr zemědělství Marian Jurečka.

Pomoci by měla i nová vodní díla. V současnosti se dostavuje nebo připravuje šest nádrží. **MAREK HÝŘ**

Zprávy krátce

O azyl požádalo méně cizinců

Za prvních sedm měsíců letošního roku požádalo o azyl v Česku 872 cizinců, což je meziročně o 12 méně. Vyplyvá to ze zprávy odboru azylové a migrační politiky ministerstva vnitra. Nejčastěji chtěli letos azyl získat občané Ukrajiny a Iráku.

Vystrčený nahý zadek na konvoj: dostal podmínku

Muž, který vystrkoval na americký vojenský konvoj nahý zadek, dostal dvouletou podmínku za výtržnictví. Rozhodl o tom včera soud. Konvoj koncem května projížděl Českem na cvičení do Pobaltí. Jeden z odpuřců opakovaně vstupoval do vozovky a vystrkoval zadek. Neuposlechl výzev policistů, kteří jej pak zadrželi. V minulosti byl muž za výtržnictví už trestán

Dožínky oslaví tisíce lidí

Zemědělci ze Zlínského kraje oslaví od pátku do neděle konec žní Dožínkovou slavností v Kroměříži. Jubilejní desátý ročník představí dovednosti zemědělců a bude i folklorní přehlídkou. Akce se zúčastní kolem 600 lidí v krojích a několik tisíc návštěvníků. **ČTK**

Babiš. Dýško číšníkovi nechá

Šéf státní kasy Andrej Babiš upřesnil, jak to bude se spropitným pro číšníky. Dříve se uvádělo, že by všechno mělo jít do elektronické evidence tržeb. Na svém blogu Babiš napsal, že do systému nepůjdou jen ta „dýška“, která si číšník nebo barman nechá. Naopak pod kontrolou by mělo být spropitné „v kasičce“, ze které si pak sloužící personál peníze rozdělí. Nebo ty odměny od hostů, které si plně nechá majitel restaurace. První fáze evidence tržeb začne 1. prosince a bude platit pro podnikatele ve stravování a ubytování. „Ať si každý dává spropitné, jaké chce – je to součást naší kultury a vhodný způsob, jak ocenit obsluhující personál. Systém, který chceme zavést, na tom nechce nic měnit,“ uvedl ministr. **ČTK**



Děti se učí, jak pracovat s klasickým fotoaparátem

V době, kdy frčí digitální aparáty nebo mobily, mohou děti přičichnout ke klasické fotografii. Třeba na různých letních táborech či fotodílnách. Jedna taková se koná v Muzeu umění v Olomouci a malí nadšenci se na ní naučí pracovat se svitkovým filmem či vyvolávat film. Akce se koná při příležitosti výstavy českého fotografa Jindřicha Štreita. **ČTK**



SKLA ZA 2 000 Kč ZDARMA!

Při nákupu **brýlových obrub** v min. hodnotě **2 000 Kč** dostanete **dioptrická skla** v ceně **2 000 Kč ZDARMA.**

Slevu nelze kombinovat s jinou akční nabídkou či slevou, kromě poukázky z FOKUS optik klubu 100 Kč nebo 200 Kč. Skla zdarma v hodnotě 2 000 Kč jsou plastová dioptrická skla s antireflexem a hydrofobní úpravou v indexu 1,5 +/-6 cyl 2,0. V případě výběru jiného typu skel na ně bude poskytnuta sleva v hodnotě 2 000 Kč. Nevyčerpaná hodnota slevy není směnitelná za peníze ani jiné zboží. Nabídka platí při zakoupení kompletní brýlové zakázky – obruba + skla. Akce platí od 4. 7. 2016 do odvolání. Akce platí ve všech pobočkách FOKUS optik včetně outletu FAOC Štěrboholy, Praha.

FOKUS
OPTIK

www.fokusoptik.cz

AKCE
KONČÍ
JŽ ZA
5 DNÍ

FOKUS
OPTIK

40% sleva na veškeré sluneční brýle

Sleva platí na veškeré sluneční brýle. Slevu nelze kombinovat navzájem s jinou akční nabídkou či slevou, kromě poukázky z FOKUS optik klubu 100 Kč a 200 Kč. Nabídka neplatí na zboží zakoupené přes eshop. Akce platí od 4. 7. do odvolání. Sleva platí ve všech pobočkách FOKUS optik kromě Outletu FAOC Štěrboholy, Praha.

www.fokusoptik.cz



AKCE
KONČÍ
JŽ ZA
5 DNÍ

„Přelety krajinou člověka fascinují“

Před dvěma týdny se Petr Jan Juračka vrátil z expedice na druhou nejvyšší horu světa K2. Přivezl si odsud zajímavý rekord. Se svým dronem tři minuty natáčel ve výšce 6 100 metrů nad mořem. Filmaře, vědce a přednášejícího na Přírodovědecké fakultě Univerzity Karlovy v Praze k tomuto netradičnímu zážitku nalákal nejlepší velehorská horolezkyň, Klára Kolouchová, která chtěla svou expedici netradičně zdokumentovat. „S dronem jsem létal ještě v době, kdy se takové slovo ani nevyškytovalo v českém slovníku,“ říká pro deník Metro Juračka.



Juračka stoupající na osmitisícovku K2.

LEDLENSER

Kdy jste poprvé zkoušel točit dronem?

V roce 2012 jsem přemýšlel, jak dostat kameru do vzduchu a došel k závěru, že potřebuji dron. Stálo to ale hrozně moc peněz, které jsem neměl. Udělal jsem tedy takovou smlouvu s Bohem, že když přijdu nečekaně k penězům, dron koupím. No a zničehonic si moji fotku vybral na obálku knihy Paulo Coelho, nejprodávanější spisovatel světa. A měl jsem dron! Od té doby lítám neustále.

Myslíte, že se do budoucna drony více do filmařiny promítnou?

U filmu je to opravdový boom. Když se před časem objevily časosběrná videa a dokumenty, doslova zaplavily svět

internetu a kinematografie. Dodnes jsou velmi populární, ale malinko se už okoukaly. To hrozí i leteckým záběrům, ale myslím, že to nebude tak horké. Ta ptáččí perspektiva je prostě nádherná, a když se to alespoň trochu umí, člověka ty přelety musí nutně fascinovat.

Co si myslíte o zpříšňování pravidel a omezování létání s drony?

Je to nutnost. Před pár lety létali jen opravdoví zájemci o problematiku a ti si dvakrát rozmysleli, než vzlétli. Ty stroje je stály ohromné množství času a nakonec i peněz. Dnes se drony naopak dostanou do rukou leckomu. Jsem za jejich vývoj ohromně rád, ale všichni u toho prostě nepřemýšlí a najdou se tací, co jdou létat nad letiště nebo na rušné ná-

metro FRAJER

městí. Více než omezení je myslím důležitější osvěta. Všichni z oboru se snažíme, seč nám síly stačí!

Jak expedice na druhou největší horu světa souvisí s vaší rolí filmaře a vědce?

Možná až překvapivě úzce. Vědci jsou obecně lidé, které strašně baví objevovat a poznávat, stejně jako filmaře. A co jiného expedice na druhý největší kopec světa vlastně je, když ne cesta za poznáním, za něčím nevidaným. Všechny mé aktivity navíc spojuje má někdy až chorobná láska k téhle planetě. Úplně stejně nadšeně bych se vydal třeba na Mars, kdyby to ale nebyla jednosměrná cesta, která trvá několik let. **FILIP JAROŠEVSKÝ**



Umělci mlátí do kamene

Umělci z Česka, Polska, Maďarska a Slovenska v těchto dnech tvoří své sochy na sympoziu v Ostravě-Plesné. Umělci používají mramor vytěžený v Jeseníkách. Vernisáž se uskuteční v sobotu. **ČTK**

INZERCE

Naučte se dobře česky!

Předplatné
na 3 týdny jen za
260 Kč

V čem lidé nejčastěji chybují

Každý váš projev je hodnocen!

pracovní e-mail • konverzace na sociálních sítích • komunikace s úřady • maturita či přijímací řízení

Nenechte si ujít nový seriál MF DNES, se kterým už chybu neuděláte.

Objednávejte na 225 555 522 nebo na www.mfdnes.cz/metro
Předplatné na období od 5. 9. do 24. 9. 2016, poté bude automaticky ukončeno.

Zprávy krátce

V sobotu až třicet stupňů

Přichází typicky srpnové počasí. Teploty většinou nepřesáhnou 25 stupňů. Nejchladněji bude ve středu, kdy se objeví i přehánky a déšť. Ke konci týdne se oteplí, v sobotu by termometry mohly naměřit až třicítku. **IDNES.cz**

Nový šéf BIS

Novým ředitelem Bezpečnostní informační služby (BIS) se stal dlouholetý pracovník kontrarozvědky Michal Koudelka. Ve funkci nahradil Jiřího Langy, který po 13 letech ve funkci požádal o odvolání. Výměnu na pozici šefa kontrarozvědky schválila vláda na konci července.

Jednapadesátiletý Koudelka vystudoval ČVUT. Je dlouholetým pracovníkem kontrarozvědky, v tajných službách pracuje od roku 1992. Deset let vedl kontrašpionáž.

Nehody: fronty několik kilometrů

Dvě hromadné nehody včera blokovaly provoz na D1. U Mirošovic směrem na Prahu byla dálnice uzavřena odpoledne na několik hodin, srazilo se tam několik nákladních aut a tvořily se tam kilometrové fronty. Další se stala v tomtéž směru u Hořic odpoledne. Karamboly si vyžádaly zraněné. Další nehody v Česku už byly tragické. Do včerejšího odpoledne zemřeli na českých silnicích tři lidé. **ČTK**

Kombinovaná spotřeba pro model Focus 1.6 Duratec Ti-VCT (105 k): 5,9 l/100 km; emise CO₂: 136 g/km. Zobrazený vůz obsahuje prvky příplatkové výbavy.



FORD FOCUS

➤ S BOHATOU STANDARDNÍ VÝBAVOU

- MODERNĚ DESIGNOVANÝ PROSTORNÝ INTERIÉR
- VYLADĚNÝ PODVOZEK PRO PERFEKTNÍ POŽITEK Z JÍZDY
- VYSOKÁ UŽITNÁ HODNOTA SE SKVĚLÝM POMĚREM CENA/VÝKON

FORD FOCUS JIŽ ZA

319 990 Kč

PŘIJĎTE NA NEZÁVAZNOU TESTOVACÍ JÍZDU.

Kontaktujte autorizovaného prodejce Ford ve vašem regionu:

BRNOCAR a.s.
Palackého třída 155
Brno
Tel.: 541 243 309
www.ford.brnocar.cz

CARent, a.s.
Bělohorská 46
Brno
Tel.: 548 141 414
www.carentbrno.cz

RAŠINO a.s.
Jihlavská 2
Brno
Tel.: 543 422 311
www.ford-rasino.cz



Zvěř hyne v plotu proti uprchlíkům

Ploty, které jsou na balkánské uprchlické trase, mají zhoubné vedlejší účinky. Umírá kvůli nim divoká zvěř.

Hraniční plot

Překážka z ostnatého drátu se táhne podél slovinško-chorvatské hranice.

- Nyní má délku 180 km.
- Může být ale prodloužen až na 670 km.

Na hranicích mezi Slovinskem a Chorvatskem zemřely desítky zvířat. Podle ochránců zvířat může mnohým druhům hrozit v této oblasti vyhytní. Slovinské ostnaté dráty a vysoké bariéry z velké části stojí na migračních trasách zvířat, což může mít podle studie zveřejněné v magazínu Plos Biology dalekosáhlé následky.

„Pro populaci rysů to může být poslední rána, která tento druh pošle do spirály vyhytní,“ uvádí studie. Tato koč-

kovitá šelma byla do Dinárských hor znovu vypuštěna v roce 1973, píše server The Guardian. Podle aktivistů jsou v ohrožení také místní populace medvědů a vlků. Nejčastěji v ostnatých drátech, které se táhnou podél hranic, končí vysoká zvěř. Podle oficiálních statistik jsou to desítky případů, místní však tvrdí, že mnoho incidentů úřadům uniká.

Největším problémem je, že ostnaté dráty od loňského podzimu zarostly do vegeta-

ce. Zvířata je tudíž spatří až na poslední chvíli. Když se z nich pokoušejí dostat, způsobí si smrtelná zranění.

„Pro divoká zvířata, která žijí u hranic, jsou ostnaté dráty nepřekonatelnou překážkou. Mnoho z nich utrpí každý den smrtelná zranění. Pokud tady ploty vydrží deset let nebo více, jejich negativní vliv se projeví destrukcí genetického kódu zvířat,“ uvedl mluvčí chorvatské vlády.

Slovinsko vybudovalo 180 kilometrů dlouhý plot na hranici s Chorvatskem v loňském roce v reakci na silící uprchlickou krizi. Její vlna v regionu v posledních měsících polevila, snahy o zabezpečení hranic Slovinska však pokračují. Už loni v prosinci slovinská vláda představila plány na případné rozšíření plotu po celé délce hranic s Chorvatskem, který by měl délku 670 kilometrů. **IDNES.cz**



Požáry řádí v Kalifornii

Dalších deset domů zničil v noci na všerejšek požár v severní Kalifornii asi 150 kilometrů severně od San Franciska. Před postupujícím živlem, který sužuje západní pobřeží Spojených států už několik týdnů, muselo opustit své domovy na 4000 lidí. Meteorologové varují, že podmínky zvyšující riziko ohně ani v příštích dnech nepoleví. **AP**

Zprávy krátce

Burkini zakázali i na Korsice

Muslimské plavky burkini, které zahalují celé tělo, zakázali po francouzském městě Cannes a obci Villeneuve-Loubet také včera v korsickém městě Sisco. Tamní starosta o zákazu rozhodl po víkendových potyčkách a protestech obyvatel proti muslimům. Vyhlášku z Cannes mezitím posvětil francouzský soud, který zamítl stížnost spolku proti islamofobii. **IDNES.cz**

Žena přežila v moři 40 hodin

Čiňanka, která spadla z výletního parníku při plavbě z Šanghaje do Jižní Koreje, přežila v moři téměř 40 hodin. Její zmi-zení se zjistilo až o několik hodin později a i rodiče ji pokládali za mrtvou. Zcela náhodou ji objevili živou rybáři. Jednatřicetiletá žena vydržela střídavě plavat a šlapat vodu, a tak vyvázla bez újmy, jen ruce měla požahané od medúz. **ČTK, MET**

Veřejné sauny. Finy opět přitahují

Vysléknout se a potit se společně s rodinou nebo přáteli je ve Finsku, kde připadá jedna soukromá sauna na tři obyvatele, stará tradice. Posledním trendem je však opět sauna veřejná.

Po staletí Finové chodili do sauny, aby se očistili a uvolnili. Spolu s rostoucím komfortem bydlení ale chtěli mít saunu doma. Nyní má většina bytů a všechny domy vlastní saunu. Podle finského statistického úřadu je v zemi více

než dva miliony saun na 5,5 milionu obyvatel. Téměř každý pátý Fin ale žije sám, a chybí mu tedy ona nevtíravá společnost na vytopených dřevěných lavičkách.

„Mnozí lidé v současné době žijí sami, ale potřebují pocit sounáležitosti. Sauna je k tomu ideálním intimním místem, kdy můžete pohovořit s osobou sedící vedle vás, ať je to kdokoli,“ řekl ředitel podniku Allas Sea Pool Raoul Grünstein. **ČTK, MET**

Zubaři. Zemřeli při návratu z kongresu

Šest lidí přišlo o život při zřícení dvoumotorového letounu u letiště města Tuscaloosa v americkém státu Alabama. V troskách letadla zahynuly tři manželské páry zubních lékařů, které žily v Oxfordu ve státě Mississippi, kam se vracely ze zubařského semináře na Floridě, kterého se společně zúčastnily. Kvůli potíživím s motorem se pilot rozhodl pokusit se o nouzové přistání, které se však nepovedlo, a stroj se zřítil do lesa poblíž letiště. **ČTK, MET**

INZERCE



Z každého nákupu ti vrátím až 15% zpět na tvůj účet

50 Kč vstupní bonus



Zaregistruj se zdarma na www.vratnepenize.cz

Vratné Peníze.cz
peníze zpět za vaše nákupy

Harry Potter se vrací. Starší a s novým překladatelem

Fanoušci příběhů o Harrym Potterovi už se nemohou dočkat. V září vychází česky další kniha o jejich oblíbeném hrdinovi, vycházející z divadelního scénáře. Autorem překladu je Petr Eliáš, který nahradil Pavla Medka, který loni zemřel.

Bude to kniha pro děti nebo pro dospělé?

Je to kniha, která spiklenecky pomrkává na odrostlé fanoušky a ty mladší vtáhne do nového, poutavého příběhu, který je i při čtení samotného scénáře velmi vizuální.

Už je jasný její český název?

Ano, kniha se bude jmenovat Harry Potter a prokleté dítě.

Jste fanoušek Harryho?

Pamatuju si, že fenoménu Harryho Pottera jsem odolával poměrně dlouho. Sérii

jsem začal číst, když vyšel v češtině pátý díl. Všechny knihy jsem zhltal a u posledního dílu už jsem ani nevydržel čekat na překlad.

Změnil se hlavní hrdina?

Ano i ne. Harry drobet zestárl, stal se trojnásobným otcem a víc než s černou magií a zlem zápasí se svým vztahem k synovi. Zároveň v něm ale zůstala ochota pouštět se do dobrodružství. A jeho kamarádi jsou pro něj pořád jednou z nejdůležitějších věcí.

Změnil se i jeho svět?

Celý kouzelnický svět si oddechl. Žije v relativním klidu, potýká se s běžnými problémy, jeho hladinu nečeří nic zásadního ani nebezpečného.

Je to váš první překlad knihy J. K. Rowlingové?

Ano, je. S jejím stylem a s překladem bratrů Medkových se však průběžně seznamuji poměrně detailně, mimo jiné při revizích pro nová vydání s ilustracemi Jima Kaye.



Novou knihu s Harrym Potterem přeložil Petr Eliáš. ALBATROS

Inspirujete se předchozími překlady, bude se váš překlad v něčem lišit?

Překlady Vladimíra a Pavla Medkových mají u nás zcela výlučnou pozici, čtenáři je znají takřka doslova. Jsou výborné a zavedené a v mnoha ohledech je lze téměř beze zbytku využít. Styl scénáře je však poněkud odlišný, je střídavější a mluvnější a vyžaduje jinou práci s jazykem. To je asi to jediné, v čem se budou překlady zásadněji lišit – není

to ovšem důsledek překladatelské svévole, text si to žádá.

V knihách se vyskytuje řada originálních výrazů, musel jste také vymýšlet české názvy?

Drtivá většina se přebírá, ale i tady jsou nové postavy či reálie, se kterými bylo potřeba nějak naložit. Snažil jsem se samozřejmě postupovat podobně jako oba pánové, používat stejné slovtvorné principy, aby vše znělo tak, jak jsou fanoušci zvyklí.

Jak dlouho trval překlad?

Překlad trval přesně týden, teď dokončujeme korektury. Kniha vyjde 24. září.

Můžete čtenářům aspoň naznačit, o čem bude?

Nerad bych cokoli prozrazoval. Snad jen to, že se mohou těšit na staré známé postavy a že je kniha v leccem překvapí. **ROBERT OPPELT**



Na Mácháci budou o víkendu i zombíci

Organizátoři víkendového hudebního festivalu Mácháč, který proběhne na pláži Klůček u Máchova jezera, lákají letos kromě muziky i na zombie event ku příležitosti srpnové světové premiéry nových dílů druhé řady seriálu Fear the Walking Dead. Návštěvníci si budou moci vyzkoušet překážkovou dráhu či vymanit se ze spáru zombíků. **AMC**

INZERCE

Animák. Vede v návštěvnosti kin

Do čela žebříčku víkendové návštěvnosti českých kin se hned po svém uvedení dostala animovaná komedie Tajný život mazlíčků. Americký snímek o premiérovém víkendu přilákal do 135 kinosálů přes 102 000 diváků, kteří v pokladnách nechali celkem téměř 14,3 milionu korun. Na druhé místo z prvního sestoupil americký sci-fi film Sebevražedný oddíl natočený podle stejnojmenného komiksu. Snímek

za dva týdny vidělo více než 168 000 lidí. Na třetím místě se udržela česká komedie Seznámka, která vypráví o internetovém seznamování. Film režisérky Zity Marinové s Jiřím Langmajerem v hlavní roli za tři týdny vydělal přes 11,5 milionu korun. Na čtvrté místo z druhého spadla Doba ledová: Mamutí drcnutí. Pokračování kreslených příběhů přilákal za pět týdnů přes 300 000 diváků. **ČTK**

Do školy
s internetem
zdarma



S internetem zdarma na předplacené kartě MOBIL.CZ máte výdaje svého školáka vždy pod kontrolou. Více na www.mobil.cz nebo v trafikách.



Sudoku

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

Počasí

DNES	ZÍTRA	ČTVRTEK	PÁTEK
Min. 20 Max. 24	Min. 19 Max. 23	Min. 21 Max. 25	Min. 22 Max. 26

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: 34,5 °C
Rok výskytu: 1868

Napište svou bublinu



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



Napadá vás vtipný popisek?

Kvíz

- Podkarpatský zbojník pro jedny, národní hrdina pro druhé. Nikola Šuhaj zemřel ve věku:
a) 23 let
b) 33 let
c) 43 let
- Patagonie je rozsáhlé území na jihu Jižní Ameriky. Většina patří Argentíně, zbytek:
a) Uruguayi
b) Bolívii
c) Chile
- V Berlíně se roku 1936 konaly XI. olympijské hry. Československo do Německa vyslalo sportovců:
a) 79
b) 179
c) 279
- Historii zámekého parku v Průhonících u Prahy začal psát hrabě Silva-Tarouca už roku:
a) 1805
b) 1845
c) 1885
- Výtvarníkem ruského populárního animovaného seriálu Jen počkej, zajáci! byl:
a) Rusakov
b) Kotěnočkin
c) Kamov

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

ČT1

- 12:30 Horákoví
Seriál (ČR, 2007)
- 13:20 Pan Tau (32/33)
- 13:55 Bolkoviny
- 14:40 Doktorka Quinová IV
- 15:25 Kojak V
- 16:20 Cestománie
- 16:45 AZ-kvíz
- 17:10 Všechnopárty
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 Kde domov můj?
- 18:55 Události za okamžik a počasí
- 19:00 Události
- 19:45 Branky, body, vteřiny



- 20:00 Malý pitaval z velkého města
TV seriál (ČR, 1986). Drobné krádeže, podvody i závažné zločiny řeší den co den parta pražských detektivů. Hrají: L. Frej, J. Krampol, V. Hašek, P. Zedníček a další
- 21:00 Vlak dětství a naděje (5/6)
- 21:59 Výsledky losování šťastných 10 a EuroMilliony
- 22:00 Hop nebo trop
- 23:20 Kriminálka Paříž
- 00:10 AZ-kvíz
- 00:35 Banánové rybičky
- 01:00 Hobby naší doby - letní speciál
- 01:30 Zajímavosti z regionů
- 01:55 Kde bydlely princezny
- 02:15 Jak se vede, sousede?

ČT2

- 13:30 Badminton
- 15:00 Volejbal
- 17:00 Badminton
- LOH 2016 Rio de Janeiro - záznam semifinále čtyřher mužů a žen z Rio-centro - Pavilion 4 komentuje Vlastimil Vlášek
- 18:30 Házená
- LOH 2016 Rio de Janeiro - přímý přenos čtvrtfinálového utkání turnaje žen z Future Areny komentuje Radek Bauer



- 20:10 Pozemní hokej
LOH 2016 Rio de Janeiro - záznam semifinálového utkání turnaje mužů z Olympic Hockey Centre komentuje Michal Dimitrov
- 20:40 Fotbal: Steaua Bukurešť - Manchester City
Přímý přenos 4. kvalifikačního kola Ligy mistrů UEFA
- 23:00 Plážový volejbal
LOH 2016 Rio de Janeiro - záznam semifinálových utkání mužů a žen z Beach Volleyball Areny komentuje Jiří Rejman a Kristýna Kolocová
- 23:45 Basketbal
- 01:30 Házená
- 03:00 Stolní tenis

NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:35 Tescoma s chutí
- 12:50 Vražedná čísla VI (9)
- 13:45 Beze stopy (15, 16)
- 15:35 Ordinance v růžové zahradě 2 (586)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:20 Námořní vyšetřovací služba XI (11)
- 18:20 Dva a půl chlapa VII (11)
- 18:50 Hospoda (37)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



- 20:20 Kriminálka Anděl III (9)
Krimiseriál (ČR, 2012). Šestnáctiletá dívka, kterou našli na stavbě sídliště pod okny bytu, kam se měl za pár měsíců stěhovat její rozvádějící se otec, provokovala závodní aerobic. Šlo jen o neohodu, nebo o následek rodičovských hádek a přetahování o děti? Hrají: M. Stropnický, D. Švehlík, M. Tačlik a další
- 21:35 Druhý tah pšecem
Krimifilm (ČR, 1985)
- 23:15 Černá listina III (9)
- 00:10 Beze stopy (15, 16)
- 02:05 Ōčko
- 03:05 Redakce III (9)
- 03:55 Ordinance v růžové zahradě 2 (586)

PRIMA

- 12:55 Castle na zabítí IV (11)
Krimiseriál (USA, 2012)
- 13:55 Julie Lescautová III (12)
Dávná láska. Krimiseriál (Fr., 1998)
- 16:10 Přistav (49)
Vítej, zlatý hatricku. Komedijní seriál (ČR, 2016)
- 17:30 Odpolední zprávy
- 17:50 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimí zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 TOP STAR



- 20:15 Jetelín (10)
Komedijní seriál (ČR, 2016). Hrají: J. Ježková, R. Genzer, J. Štátný, J. Hána a další
- 20:45 Návrat Růžového pantera
Krimikomédie (VB, 1974). Z Královského muzea v Lugashi zmizel největší diamant světa - Růžový panter. Vyšetřováním je pověřen inspektor Clouseau proslulý svým důvtipem a schopností využívat převleků. Hrají: P. Sellers, Ch. Plummer, H. Lom a další
- 23:15 Češi na cestách
- 00:05 Jetelín (10)
- 00:35 Prostřeno!
- 01:30 Místo činu: Mnichov (20)

PRIMA COOL

- 12:20 Top Gear IV (10)
- 13:25 Simpsonovi XV (18-21)
- 15:25 Teorie velkého třesku (6)
Paradigma Pána prstenů. Sitcom (USA, 2007)
- 15:55 Griffini VII (9)
Mcmrtvice. Animovaný seriál (USA, 2007)
- 16:25 Hvězdná brána VII (8)
Vesmírný závod. Seriál (USA, 2002)
- 17:25 Alias IV (10)
Seznam. Seriál (USA, 2003)
- 18:20 Simpsonovi XV (22)
- 18:50 Simpsonovi XVI (1-3)



- 20:15 Top Gear speciál: Napříč Itálií (1)
- 21:25 Teorie velkého třesku (7)
Sitcom (USA, 2007)
- 21:55 Partička
- 22:45 Karanténa 2: Terminál
Horor (USA, 2010)
- 00:40 Partička
- 01:30 American Horror Story: Coven (7)
Hororový seriál (USA, 2013)
- 02:25 Ospalá díra II (14)
Mysteriózní seriál (USA, 2015)
- 03:10 American Horror Story: Coven (7)
Hororový seriál (USA, 2013)
- 03:55 Ospalá díra II (14)
Mysteriózní seriál (USA, 2015)

ŌČKO

- 06:00 Ranní fresh
Vstávání s muzikou
- 09:00 Moje desítka
Top 10 klipů podle diváka Ōčka
- 10:00 Ōčko hity
Hity, které musíš slyšet... a hlavně vidět! Největší hity z českých a světových hitparád i nejsledovanější hudební videoklipy z YouTube
- 11:00 Showroom
Manuál moderní ženy a dívky



- 11:15 Ōčko hity
Klipy nonstop
- 19:00 Party Ride Live
CirkusBombs: 5to12 a Bavor
- 19:05 Ōčko hity
Klipy nonstop
- 20:00 CZ & SK
Zpětečka
- 21:00 Party ride
Nej hity a pořady na Ōčku před x lety
- 22:00 Party Ride Live
CirkusBombs: 5to12 a Bavor
- 22:05 Party ride
Dance music pro všechny. Playlist vhodný do klubu i na podkreslení domácí párty!
- 00:00 Ōčko flirt
Proud klipů se vzkazy diváků Ōčka

Sloupek

JAKUB KOHÁK

OLYMPIONIK PASIVNÍ



RIO

Mask – a už jsem nalepený v televizi, i kdyby tam bylo nevim co – třeba běh s vajíčkem na lžici v puse nebo hod starým podmaslím – tak mě nikdo od bedny nedostane, protože tohle je olympiáda a na tu se prostě musí koukat až do roztrhání těla. Úplně už vidím, jak budu mít asi tisíc mikrosprávků u sportů, které bych jindy vůbec nesledoval, jako třeba lukostřelba, skoky na trampolině nebo jachting.

O to víc mě mrzí, že můj přítel a kamarád ve zbrani, Vavřínek Hradilek, ve startovním poli chyběl. To mi nikdo nevysvětlí, že by někoho ubylo, kdyby se v tom kanále svezlo o dva až tři závodníky navíc. Každá země mohla totiž vyslat jen jednoho kanoistu pro každou z disciplín... a třeba my, Slovinci nebo Francouzi máme ve světové špičce hned několik borců.

Když to porovnáme s cyklistikou, kde jsme v silničním závodě měli čtyři závodníky, tenisté máme

v soutěži také spoustu – stejně jako stolních tenistů. A to nepočítám třeba americké plavce, sprintery a další a další. No prostě Vavříneček na svůj úspěch z Londýna nenaváže, a to mě mrzí. Jinak jsou ovšem olympijské hry svátkem každého sportovce, jak aktivního, tak především pasivního, kterým se stávám i já. Tipuju, kdo z našich získá medaili a z jakého bude kovu. Pokaždé máme nějaké „jistoty“, to znamená sportovce s dlouhodobě výbornou výkonností. Jako třeba... a nebudu nikoho psát, abych to nezakřikl. A pokaždé máme i „překvapení“, někoho, o kom jsme moc nevěděli, a ejhle! Medaile!

Jé, to by se mi líbilo, kdyby někdo získal pro Českou republiku medaili třeba z military, synchronizovaného plavání, golfu nebo z keirinu. Já bych to oslavoval klidně i několik dní a nocí a to by bylo ještě náročnější než získat tu medaili!!!

Dopisy a vzkazy

Rekonstrukce

V poslední době konečně došlo na generální rekonstrukce vedlejších příměstských tratí. Byla zcela zmodernizována trať Praha-Smíchov-Rudná-Beroun a nyní i Posázavský pacifik včetně dobříšské větve. Milionové rekonstrukce tratí mají bohužel stejného jmenovatele. Ač byly vyměněny koleje a pražce, ač byly zabezpečeny novou světelnou signalizací přejezdy či bylo změněno zabezpečovací zařízení, zůstává traťová rychlost stejná, mnohde pouhých 50 km/h! Nechápu, proč nedojde ke zvýšení. Stačí se podívat do sousedního Rakouska, kde jezdí vlaky i na úzkokolejných tratích rychlostí 70 km/h. V Česku se holt stále jezdí jako „za starého Rakouska“, podle hesla: nečinnost úředníků se nic nezakázá, protože kdo by se pod zvýšení rychlosti podepsal, když je zde každý úředník vlivem „soudokracie“ jednou nohou v kriminálu, že?! A tak máme zbrusu nové lokálky, ale stále budeme za jízdy sbírat houby. No nic, žijeme v Česku.

MARTIN KUBÍK, PRAHA

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

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

Výrok dne



„Jakou jsem měl taktiku? Nevím. Prostě jsem se snažil běžet co nejrychleji.“

WAYDE VAN NIEKERK, SPRINTER
Jihoafrický běžec vytvořil na OH v Riu nový světový rekord na čtyřstovce (43,03 sekundy).

Slovo dne

KEIRIN

(ze sloupku Jakuba Koháka na této straně)

Disciplína dráhové cyklistiky. Jezdci nejprve absolvují několik kol za vodičem, pak následuje sprint do cíle.

ZDROJ: WIKIPEDIA



Citát

Líbilo by se mi, kdyby někdo získal medaili třeba z military, golfu nebo z keirinu.

Jé, to by se mi líbilo, kdyby někdo získal pro Českou republiku medaili třeba z military, synchronizovaného plavání, golfu nebo z keirinu. Já bych to oslavoval klidně i několik dní a nocí a to by bylo ještě náročnější než získat tu medaili!!!

Řešení sudoku

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

Anketa

Využíváte cyklostezky? Víte o zarostlých místech?



Jan Solver

U Kolčavky ve zúženém průjezdu pod viaduktem zarostla.



Michal Václavík

Mnohdy jsou kolařů plné silnice a cyklostezka je prázdná.



Lenka Smolová

Chodím na procházky s psem, zdají se mi všechny udržované.

Komiks



INZERCE

HOROSKOP

na úterý 16. 8.



Kartářka Berta

Připravte se na budoucnost!

Díky 15leté praxi mám detailní informace, co vás čeká ve vztazích, zdraví i financích!

Zavolejte 906 70 30 35 nebo napište SMS na číslo 904 30 55 s kódem 90LMN a své datum narození!



Beran 21/3–20/4

Váš drahý protějšek se vám dnes postará o milé překvapení a vy budete spokojeni, že právě jeho máte dnešní den po svém boku.



Váhy 23/9–23/10

Než pustíte protějšek k vodě, dobře zvažte, zda je to právě na letní sezónu to nejrozumnější řešení. Dejte mu ještě šanci.



Býk 21/4–21/5

Nějaký pěkný společný bytček či dům byste si dali rozhodně líbit, otázka je, zda si ho budete moci s protějškem právě dovolit.



Štír 24/10–22/11

Než se pustíte do vysvětlování nevysvětlitelného, raději dobře uvažte, co vlastně chcete svému protějškovu říci a co ještě ne.



Blíženci 22/5–21/6

Neklamte dnes ani tělem, ani duší, je zapotřebí být co nejpřípinnější, protože jenom tak budete moci zvládnout jistý problém.



Střelec 23/11–21/12

Všechno má síce svůj čas, ale tohohle právě vy budete mít dnes nedostatky, takže budete mít na svůj drahou polovičku vztek.



Rak 22/6–22/7

Podarí se vám dnes najít stejný smysl pro humor, což vás bude obzvláště těšit, protože namísto hádek se společně budete smát.



Kozoroh 22/12–20/1

Zasloužili byste si prožit dovolenou snů, ale budete se o svoji spokojenost muset přičinit, i když protějšek vás rozmazluje.



Lev 23/7–22/8

Postel má jenom pár metrů, to zjistíte ne při přeměňování nábytku, ale při neshodách, které byste nečekali a jsou mimo sex.



Vodňář 21/1–20/2

Dokážete při dnešku být natolik cool, jak jste o tom v souvislosti s letní láskou jenom snili, a nyní se vám to konečně plní.



Panna 23/8–22/9

Bude vám to krásně jiskřit a dovedete si jeden pro druhého připravit hotový ohňostroj, kde přší emoce a velké sexy city.



Ryby 21/2–20/3

Dáte si v něčem s protějškem ultimátum, ale už za chvíli vám to bude oběma líto a budete hledat cesty zpátky k sobě.

Budoucnost ve dvou!

Ano, či ne? Věštecká koule zná odpověď!

Pošlete SMS ve tvaru 67MDA a své datum narození na 904 30 46

Tuto službu poskytuje: E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, technicky zajišťuje Materna, 1SMS/55K6 vč. DPH, 1min/70K6 vč. DPH, www.ema.biz, www.platmobilem.cz



ROWING

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

Rowing has a long and eventful history. Learn more about it here.

Questions and answers

Doesn't "row" also mean to argue?

That's pronounced differently – like "now", whereas "row" with oars is pronounced like "so."

Forget the arguments for a moment. Can you cheat in rowing?

Well, recently they have banned electronic communication to and from the boat...

Lesson No. 23



So, there is no celebrity tweeting during the races? Actually, does rowing have celebrities?

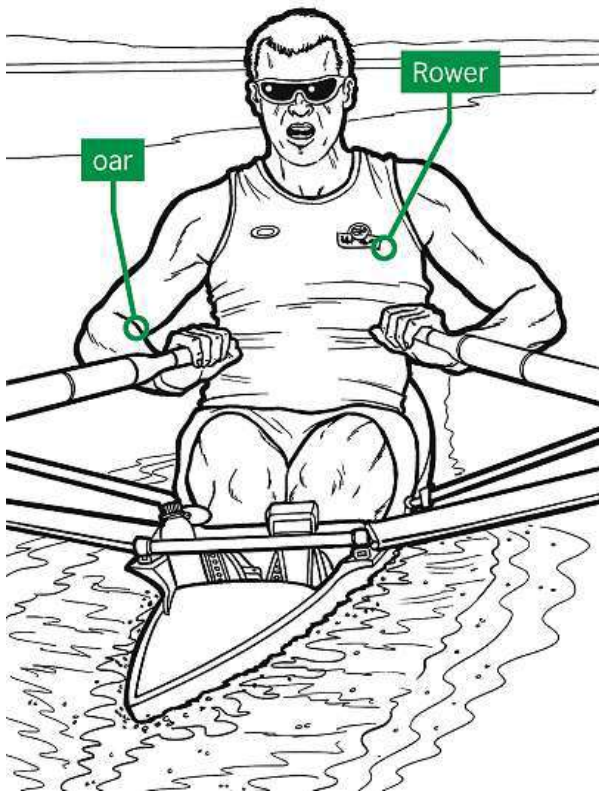
Well, some say Sir Steve Redgrave (Great Britain) because he won gold medals at five Olympic Games. But then Elisabeta Lip (Romania) also won five Olympic golds between 1984 and 2004, plus 2 silvers and a bronze.

I wouldn't argue with that. Rowing must have a long history – when was the first race?

Who knows? But the oldest annual race that still exists today started in 1715. It's called Doggett's Coat and Badge.

Strange name!

That's because the prize was – and is – a coat and silver badge. Watermen – taxi-boat-drivers – used to race each other along the Thames in London. They went from "The Swan" pub at London Bridge to "The Swan" pub at Chelsea. And they still



Activity

Decide if the following statements about the text are true or false.

- 1. You can pronounce the word "row" in two different ways.
- 2. Coaches can radio their teams during the race.
- 3. Steve Redgrave won more gold medals than Elisabet Lip.
- 4. The prize for winning the

Doggett's Coat and Badge race was a coat and a badge.

- 5. The original race was between two Swans.
- 6. There is still a Doggett's Coat and Badge race every year.
- 7. Sally Robbins was so exhausted that she collapsed and dropped her oar.
- 8. The Australian team finished after all the others.

race the course today.

Those rowers - they never stop!

Sometimes they do. Have you heard of "Lay-down Sally"?

Let me guess: someone called Sally who lay down after a race?

No, during the race! In the finals of the women's eights in 2004, Australian Sally Robbins was exhausted and stopped rowing 400 metres from the finish. She dropped her oar and stopped a teammate from rowing, too. Australia finished last.

I'm sure her team wasn't happy.

You can say that again!

I'm sure her team wasn't happy.

No, I mean there was an enormous row about it.

You mean they started rowing about why she had stopped rowing.

Whatever.

Answers

- 1. True (T); 2. False (F); 3. F; 4. T; 5. T – Two pubs called „The Swan”; 6. T; 7. T; 8. T

Rules for Rowing

- In Olympic rowing, six boats race over a course that is two kilometres long.
- Before the race, one person on land holds each boat. The people in the boat – the rowers – take position.
- When everyone is ready, the starting gun fires. The race finishes when the front or "bow" of the first boat crosses the finishing line.
- In rowing, the rowers use the oars to push the boat through the water. Inside the boat, the rowers can't move their feet but their seat slides forwards and backwards as they row.
- There are two types of boat.

In "sculling" boats, each rower uses two oars – one in each hand. In "sweeping boats", each rower has only one oar.

- There are boats for different numbers of rowers. Boats can have one ("single"), two ("double"), four or eight rowers. The "eights" have an extra person – the "cox" – whose job is steering the boat and keeping the rowers all rowing or "stroking" at the same time.
- Rowing was dominated for a long time by very tall, big athletes, so in 1996 they introduced "lightweight" races with a maximum weight for boats and rowers.

Wordsearch

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

Find these words in the grid: BOW, COURSE, COX, OAR, ROWER, SCULLING, STROKING, SWEEPING



Czech rower Mirka Topinková-Knapková.

PROFIMEDIA.CZ

Úraz na kole si prožila třetina dětských cyklistů

Rodiče často neznají pravidla pro nošení helmy ani pro pohyb dětí na silnici.

V létě se alespoň jednou chystá s potomky na kolo šest z deseti oslovených rodičů. Některí budou možná riskovat, protože neznají povinnosti cyklistů a bezpečnostní opatření při jízdě na kole s dětmi. Podle zákona musí mít každý nezletilý cyklista ochrannou přilbu a dítě mladší 15 let smí jet na silnici jen pod dohledem osoby starší 15 let.

Průzkum pojišťovny MetLife odhalil, že rodiče mají ve znalostech zákona značné mezery. „Tři čtvrtiny oslovených rodičů nevěděly, do kolika let musí dítě jezdit po silnici v doprovodu. A 45 procent

netuší, do jakého věku musí děti povinně nosit cyklistickou helmu,“ upozorňuje Tereza Kůželová, tisková mluvčí pojišťovny.

Zranění na kole přitom již alespoň jednou zažilo 30 procent dětí, každé třinácté pak muselo být ošetřeno lékařem či hospitalizováno. Podle zkušeností z pražské Thomayerovy nemocnice většina dětských cyklistických úrazů patří ke středně závažným či závažným zraněním a vyžaduje hospitalizaci. Nejčastější jsou zlomeniny dlouhých kostí horních končetin, hlavně v okolí loketního kloubu. Takové úrazy vyžadují operaci a nemusejí se zhojit bez následků. „Převládají pády z kola při smyku, najetí do prohlubně, na obrubník chodníku, zídku a podobně. Mezi dopravními úrazy zaznamenáme sražení cyklisty osobním automobilem, srážku dvou cyklistů, cyklisty



Děti musí mít helmu až do 18 let.

PROFIMEDIA.CZ

s motocyklistou i náraz do chodce,“ popisuje profesor Petr Havránek, přednosta Kliniky dětské chirurgie a traumatologie této nemocnice.

Klinika ošetřuje všechny věkové skupiny dětí s cyklistickými úrazy, nejčastěji mezi šestým a devátým rokem, a mládež v pubertě. „Typickým úrazem z kola je

poranění nadbříšku, kdy cyklista narazí břichem na čep řídicího páru a poraní si slinivku břišní, játra či žaludek. Tyto úrazy mohou ohrozit život. Naštěstí roste počet dětí, které nosí helmu, a proto zásadně klesá počet úrazů hlavy a centrální nervové soustavy. U dospělých zatím osvěta tak účinná nebyla,“ dodává. **METRO**

Rum. Pomáhal léčit vojáky a námořníky

Rum v současnosti známe hlavně jako alkohol, ze kterého je zvláště v létě dobré namíchat koktejly. Dříve se ale užíval také při léčení. Právě dnes je Mezinárodní den rumu, a tak si připomeňme jeho lékařský podíl. Rum se kdysi dával pít zraněným vojákům jako tísící prostředek během války a lékaři jej používali i během operací. V minulosti najdeme také zmínky o podávání nápoje s limetkovým džusem, který sloužil jako prevence proti kurdějím například u námořníků. Tento trend trval po tři století až do roku 1650. Námořnické lodě přepadali piráti a našli tam i pěknou zásobu rumu, na které si pochutnali. Právě v dobách pirátství se stal nejoblíbenějším pitím ve všech putykách a barech města Port Royal na Jamajce kofeňovaný rum. Příkladem může být Captain Morgan, který je pojmenován po kapitánovi Henrym Morganovi, který žil v 17. století. Později námořníci dostávali dokonce rum na příděl. **MET**

INZERCE

Z hub na nohách smaženici neuděláte!

B·A·R·D



Pythium oligandrum – konec ztvrdlým rozpraskaným patám, olupující se kůži a zažloutlým mykotickým nehtům.

Pythium oligandrum - nohy a nehty bez mykóz!

Patentováno v USA
Pythium oligandrum – Chytrá houba
Nohy nesvědí, nepálí, nepáchnou a méně se potí

BIODEUR 3 x 1 g - Biologický přípravek vhodný pro péči o nehty a pokožku na nohách se sklonem k plísním, pro péči o nohy se sklonem k zápachu a potivosti.

Přípravky s **Chytrou houbou** dostanete v každé dobré lékárně. Vaše otázky rádi zodpovíme na telefonu: **608 157 744** akutní dotazy na infolince: **773 773 970** e-mail: pythium@pythium.cz informace na: www.chytrahouba.cz
Výrobce: Bio Agens Research and Development – BARD, s.r.o.



Na zácpu pomáhají hluboké dřepy i lněné semínko

Zácpa není nic neobvyklého, zpravidla stačí samoléčba. Jsou ale stavy, kdy je třeba vyhledat lékaře.

Zácpa postihuje asi 30 procent populace, především ženy. Má mnoho příčin, přičemž mezi neobvyklejší patří špatné složení stravy a stres. Tyto dva faktory bývají i důvodem zácpy na dovolené. „S dovolenou je často spojován stres z nového prostředí, což může vyvolat právě problémy s vyprazdňováním,“ potvrzuje lékařka Barbora Hirnerová.

Pokud nechodíte na toaletu každý den, nic se neděje. Denní vyprazdňování není určujícím ukazatelem správné funkce střev. Důležitější je,



Zácpě lze předjet stravou s dostatkem vlákniny. PROFIMEDIA.CZ

aby k vyprazdňování docházelo pravidelně, a bylo bezbolestné. Pokud ale jdete méně než dvakrát za týden, už se mluví o zácpě.

Trvá-li obtížné vyprazdňování dva týdny, maximálně měsíc, mluvíme o krátkodobé zácpě. Je-li delší nebo obje-

ví-li se ve stolici krev či hlen, už byste měli problém konzultovat s lékařem. Zácpa totiž může ukazovat také na jiné vážnější potíže – například na anatomické zúžení střev, polypy, nádory, záněty, cukrovku nebo na Crohnovu chorobu.

Špatnému vyprazdňování lze předcházet správnou stravou, která musí obsahovat dostatek vlákniny. Ta nabobtná ve střevech, čímž zvýší objem stolice, také podporuje činnost střeva a urychluje střevní pasáž. Vlákna je obsažena jen v potravinách rostlinného původu a denně byste jí měli sníst na 30 gramů. Jezte proto hodně ovoce a zeleniny (vyjma borůvek, banánů a konzervované zeleniny). Velmi příznivě na potíže se zácpou působí také nejružnější oříšky. Čistou vlákninu lze koupit i v lékárně.

Trávení rovněž podporují potraviny, jako jsou jogurty, kefir či kyselá mléka. Naopak co tělu nedělá dobře, je bílé pečivo slazené cukrem. Vyhněte ho proto za celozrnné produkty bez přídavku cukru. Zároveň je třeba omezit cukrovinky a začít sladit ovocným cukrem. Alkohol, černý čaj, ovocné šťávy a limonády

také nejsou to pravé. Nahradte je bylinkovými či ovocnými čaji, neslazenými nápoji nebo čerstvými ovocnými či zeleninovými nápoji.

Pokud vás zácpa přepadne, existují způsoby, jak se jí zbavit. Než sáhnete pro léky, zkuste to jinak. Výborný je pohyb – hluboké dřepy, díky nimž se střeva rozhybají. „Pomáhá i sušené ovoce, jablečný mošt, dostatek tekutin a vlákniny, minerální voda Šaratica nebo lněné semínko přelité horkou vodou. Pacienti mají i dobré zkušenosti i se sklenicí vody ráno nalačno,“ doporučuje lékařka. Pokud nic nepomůže, lze bez předpisu koupit nejružnější přípravky. Léky na zácpu se dělí na tři skupiny – kontaktní (např. Gotalax), osmotické (např. Lactulosa) a objemové (preparáty s vlákninou). Kontaktní se mají užívat pouze krátkodobě, neboť mohou být návykové. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

INZERCE

Čekáte po dlouhých cestách?
S Duphalacem
už čekat nemusíte! 😊

- ✓ k léčbě zácpy
- ✓ všude tam, kde měkká stolice může mít léčebný přínos



Duphalac[®]
Lactulosum



Dávkování: Obvykle 1–45 ml podle věku pacienta. U kojenců a dětí užívat pouze výjimečně na doporučení a pod dohledem lékaře.

Před použitím přípravku si pečlivě přečtete příbalovou informaci.

Duphalac je volně prodejný humánní léčivý přípravek určený k vnitřnímu použití. Obsahuje lactulosum 667 g v 1000 ml perorálního roztoku. O správném užívání, případných rizicích a nežádoucích účincích se poradte se svým lékařem nebo lékárníkem.

**VÝHODNÁ
NABÍDKA
SLEVA 30% na**

Lekarna.cz

Nabídka platí od 16. do 31. 8. 2016
nebo do vyprodání zásob!

Slevový kód:
DUP30METRO

DUP 08/16 BGP Products Czech Republic s.r.o.
Evropská 2591/33d, 160 00 Praha 6, tel: +420 222 004 400, www.bgp-products.cz, e-mail: info@bgp-products.cz
Mylan Pharmaceuticals s.r.o.
Průběžná 1108/77, 100 00 Praha 10, tel: +420 274 770 201, www.mylancz.cz, e-mail: officecz@mylan.com

Mylan
Seeing
is believing

Dostál i Fuksa si finále pohlídali



Kajakář Josef Dostál (vpravo) a kanoista Martin Fuksa v olympijské vesnici v Riu

Jedenáctý den olympijských her v Riu se představila další česká medailová želízka.

Své první starty na laguně Rodrigo de Freitas totiž mají za sebou rychlostní kanoisté. „Vím, že za sebou mám slušné úspěchy na mistrovství světa. Uvidíme, jak na tom budou ostatní soupeři,“ řekl Jo-

sef Dostál ještě před závodem kajakářů na 1000 metrů. A rozjíždku zjel s velkým přehledem. Nejprve si nechal všechny konkurenty ujet a pak je postupně jednoho po druhém pohlcoval. Do pozdějšího semifinále postoupil z prvního místa. O hodinu později se na laguně ukázal znovu. Tentokrát mu stačilo dojet do 4. místa a postup do dnešního finále by mu neunikl. A Dostál se podle toho zařídil, čtvrté místo si pohlídal.

Martin Fuksa nastoupil na stejné dlouhé trati, akorát

mezi kanoisty: „Hrozně rád bych se k českým medailistům přidal. Vím, že to nebude jednoduché, ale dělám jsem a dělám všechno pro to, aby se mi to podařilo,“ nechal se slyšet před startem.

Ve své rozjíždce skončil na druhém místě, a tak musel o finále ještě bojovat. Přímo do něj postupoval jen vítěz. Třiatřicetiletý kanoista ale překvapení nepřipustil, svou druhou jízdu už si pohlídal a po výhře v semifinále čeká dnešní boj o medaile také jeho. **DNES.cz**

Češi v akci

V nejnabitějším dni získá své majitele 25 zlatých medailí.

- Finále na 1000 metrů pojedou dva vicemistři světa kanoista **Martin Fuksa** a kajakář **Josef Dostál**.
- Do hry o třetí olympijské zlato vstoupí kvalifikační oštěpařka **Barbora Špotáková**.
- Také milář **Jakub Holuša** si chce spravit chuť po ME v Amsterodamu, kde po diskvalifikaci přišel o finále.
- Dráhář **Pavel Kelemen** nastoupí k cyklistickému keirinu, v němž je mistrem Evropy.
- O titul nejsilnějšího muže planety budou bojovat vzpěrači v kategorii nad 105 kilogramů. Jediný český vzpěrač na hrách **Jiří Orság** se pokusí vylepšit sedmé místo z Londýna.



Bez hvězd

Brit Justin Rose je prvním olympijským vítězem v golfu po 112 letech. Turnaj zařazený do programu her poprvé od roku 1904 vyhrál v Riu s výsledkem 16 ran pod par díky birdie na poslední jamce. **Stříbro si z Brazílie odvezl Švéd Henrik Stenson. Golfový turnaj se hrál bez řady hvězd, většina z nich se obávala náklady virem zika.** AP

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

Práce - nabídka

KÁVOVÉ KURZY PRO BARISTY ZDARMA!
www.lucaffe.cz

Krátce z Ria

K postupu jim chybělo 6 příček

České akvabely Soňa Bernardová a Alžběta Dufková nepostoupily na olympijských hrách do dvacítkového finále. V technickém programu, který byl druhou polovinou kvalifikace, klesly ze 16. na 18. příčku. Kvalifikaci vyhrály ruské obhájkyně zlata Natalija Iščenková a Světlana Romašinová.

Konec ještě zvaží

Nizozemská dálková plavkyně Sharon van Rouwendaalová získala zlato v závodě na 10 kilometrů. Česká reprezentantka Jana Pechanová doplávala dvacátá, ale po diskvalifikaci původně druhé Francouzky Aurelie Mullerové se posunula na 19. pozici. Avizovaný konec kariéry ještě zvaží. **ČTK**



Obhajoba zlata z Londýna

Olympijskou vítězkou v jezdecké drezuře se stejně jako před čtyřmi lety v Londýně stala Britka Charlotte Dujardinová s koněm Valegro. Na stupně vítězů ji v Riu doprovodily Němky Isabell Werthová a Kristina Bröringová-Spreheová. Jednatřicetiletá Dujardinová splnila roli favoritky a po výsledku 93,857 bodu má třetí olympijské zlato. **AP**

Finance - nabídka

• ANO, PŮJČKA NA COKOLIV!

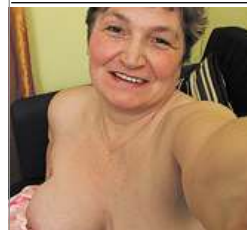
Potřebujete peníze opravdu rychle? Nabízíme nebankovní půjčky pro zaměstnance, zaměstnance pracovních agentur, podnikatele, ženy na mateřské pro důchodce. Možnost odkladu splátek nebo předčasného splacení. Zavolejte na tel.: 777 758 405 nebo bližší informace a online formulář na www.ano-pujky.cz.

Intimní

E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, tech. zajišťuje Matema, jen pro starší 18let. 1sms/50Kč vč DPH; 1min/90Kč vč DPH, www.ema.cz, www.platimilem.cz



- **SUPER TIP!** Nežadané ženské z Tvého regionu! Piš SMS ve tvaru 60XBB a text na 909 15 50
- Zažij nevidanou rozkoš se zkušenou Gábinou 44! Cinkni mi na 909 90 99 25 nebo mi pošli SMS na 909 15 40 s kódem 49MXJ a tvůj text!
- Stará a bez chlapa! Chci ještě jednu pořádného kance! Fin. zajištěná Irma 57. Odměna tě nemine! Volej 909 801 801 kód ASC92



- **Penze nabitá sexem!** Mám spoustu času, bezmeznou chuť na sex a jsem nadmíru diskrétní! Co ty na to? Troufni si! Mirka 61. Vytoč 909 80 50 40 nebo mi napíš SMS na 909 15 45 s kódem 19AER a tvůj text!



NAŠI MILÍ ČTENÁŘI, PROSÍME, DO KOŠE NEPATŘÍME!

VÝKON, KTERÝ VYDRŽÍ

Lenovo™



6 999,-

Barvy:



 **moto g⁴**

Novinka v řadě Moto G

5,5" IPS Full HD displej, 8jádrový procesor
Fotoaparáty 13 Mpx a 5 Mpx, Dual SIM
Paměť 16 GB + microSD až 32 GB
Google Android 6.0 Marshmallow

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

Uvedená cena je v CZK s DPH a platí od 16. 8. 2016 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena. Více na www.alza.cz/reklama.

