

ČECHOVA CHELSEA MUSÍ DOBÝT PAŘÍŽ

FOTBALOVÁ LIGA MISTRŮ UŽ ZNÁ DVOJICE SOUPEŘŮ PRO OSMIFINÁLE STRANA 15



metro



Úterý, 16. prosince 2014

Č. 237, www.metro.cz
Svátek slaví: Albína

Min. 3°
Max. 7°

Největší deník v ČR

Cirkusům hrozí, že budou bez zvířat

Evropský trend. Medvědi, tygři a další šelmy se v cirkusech stanou ohroženým druhem. **Česko.** Deset let už tady nevidíte opice, delfíny a hrochy, ale ve Velké Británii a Nizozemsku brzy budou ještě přísnější STRANA 2



Policejní záchranáři v Sydney vynášejí zraněnou ženu poté, co zneškodnili muže, který zadržoval rukojmí. Více na straně 4 AP

Kapři jsou jedničky

Ceny vánočních ryb zůstávají přibližně stejně jako loni. Letos rybáři šupináčů vylovili méně, zato mají ale větší váhu. STRANA 6

Sousedy naštvála další reklama

Někteří Slováci se cítí zasměšněni reklamou o šťastných kravách s extrémně upovídanou Slovenkou v restauraci. Jiná reklama vadí zase Polákům. STRANA 3

INZERCE

Hledáte vhodný dárek pod stromeček pro své blízké nebo chcete sami udělat něco pro své zdraví?

Udělejte radost dárkem vhodným pro zdraví svých blízkých, darujte Vaším blízkým dárkový poukaz - voucher na masáž nebo sami navštivte naše **RT masážní studio v Brně, na ul. Křídlovické 68.**

Dárkový poukaz je přenosný s neomezenou platností, objednat si masáž nebo voucher na masáž, můžete na tel. č. **777 300 883**

Objednaný voucher na masáž Vám v případě zájmu doručíme osobně k Vám domů nebo do Vaší firmy, v termínu dle dohody.



**Šťastné a veselé Vánoce,
Vám přeje RT masážní studio**

Zprávy krátce

Znásilnil děti, dostal pět let

Soud ve Zlíně uložil pět let vězení Stanislavu Gúthovi z Otrokovic, který znásilnil dva chlapce ve věku 13 a 15 let. Znalci ho označili za homosexuálního pedofila se sadistickými prvky, hrozilo mu až 12 let. Pětiletý trest je spojen s ústavní ochrannou sexuologickou léčbou.

Budou Vinaři pokračovat?



Televize Prima jedná s tvůrci úspěšného seriálu Vinaři o dalším pokračování. Seriál sledovalo v průměru 1,14 milionu diváků starších 15 let a znamenal nejúspěšnější novinku letošního podzimu této televize. **ČTK**

Cirkusy bez medvědů, v Evropě nová móda

Zákaz vystupování volně žijících zvířat se v Česku nechystá. Zákony je chrání dobře.

Medvídek krouží v manéži na motorce, tygři zase proskakují obručemi. V britských a nizozemských cirkusech návštěvníci o tuhle podívanou přijdou. Obě země totiž ke konci roku 2015 zavedou zákaz vystupování volně žijících zvířat, takový už platí třeba ve Finsku či v Belgii. Zdraví zvířat je prý důležitější než pobavení diváků.

Deník Metro proto zjišťoval, jaké dopady by takové omezení, pokud by mělo platit i v Česku, přineslo. Poněkud překvapivě je proti tomuto zákazu Věra Příbylová z Ligy na ochranu zvířat, kte-



Cirkus ve filmu Šest medvědů s Cibulkou

FSB

rá se pyšní tím, že český zákon na ochranu zvířat vznikl také její zásluhou.

„V zoologických zahradách také drezura existuje a tam to nikomu nevádí. A také vím, že mírným způsobem

prováděná drezura je v podstatě obohacením denního programu zvířat,“ vysvětluje Příbylová, proč je proti omezení vystupování v cirkusech. S jejími slovy razantně nesouhlasí šéf pražské zoolo-

gické zahrady Miroslav Bobek. „V zoo nepanuje drezura, ale takzvaný welfare zvířat. Tam se veřejnosti předvádí to, co je pro zvířata přirozené. Když řeknu příklad, tak pro medvěda určitě není přirozené, aby jezdil na kole,“ říká Bobek. Ten odmítá i zevšeobecňování, že by cirkusy byly v odchovech úspěšnější.

V Česku od března 2004 platí zákon, že se nesmí cvičit například opice, kytovci, hroši nebo žirafy, rozšíření výčtu o další zvířata se ale prý neplánuje. „Okamžitý zákaz vystupování všech jedinců vybraných druhů zvířat by mohl vést k jejich utrácení a to rozhodně není cílem ochrany zvířat, a není tedy akceptovatelné,“ sdělil mluvčí ministerstva zemědělství Hynek Jordán.

TOMÁŠ BELICA
tomas.belica@metro.cz

INZERCE

Vánoce a Silvestr v Poděbradech

Přijďte si odpočinout od vánočního shonu do Lázní Poděbrady. Nabízíme vám kvalitní odpočinek a celkovou regeneraci, po které můžete směle vykročit do roku 2015. Nevíte kam na Silvestra?

Přivítejte Nový rok stylově, máme pro vás připravený týdenní Silvestrovský pobyt s plnou penzí, bohatým kulturním programem a gurmánskou nabídkou. Vhodné i jako dárek.

ODPOČINEK MEZI VÁNOCI A SILVESTREM

27. - 29. 12. 2014 (3 dny/2 noci)

v komfortních hotelech Zámeček nebo Zimní lázně, polopenze, 2 lázeňské procedury, poukaz do kavárny.

Cena již od 2.300,- Kč

SILVESTR V LÁZNÍCH PODĚBRADY

27. 12. 2014 - 2. 1. 2015 (7 dní/6 nocí)

v komfortním hotelu Zimní lázně, plná penze a sváteční večere, 5 lázeňských procedur, galavečer s programem. Dva večery s taneční hudbou a dva sváteční koncerty.

Cena 8.220,- Kč

Informace a rezervace:
www.lazne-podebrady.cz
ck@lazne-podebrady.cz
nebo tel.: **325 606 500**



LÁZNĚ PODĚBRADY
MÁJČOVÁ SPOLEČNOST

Výkup zlata ve Zlatnictví Sherri

Zlatnictví Sherri vykupuje za výhodné ceny Vaše zlaté šperky!



Vývoj tržní ceny zlata ukazuje, že v těchto dnech a týdnech je ta nejvhodnější doba k prodeji zlata, které již nepotřebujete a máte tak jedinečnou možnost přeměnit své staré šperky na peníze, které se jistě před Vánocemi hodí. Máme pro Vás tip, kde získáte garanci nejvýhodnější ceny za výkup zlata, ale také stříbra. Síť poboček Sherri se rozšířila mimo Prahu a Ostravu také do Plzně a Ústí nad Labem, kde jsme pro Vás otevřeli nové pobočky. I zde můžete Vaše staré šperky proměnit v peníze, mnohdy částky přesahující až desetitisíce korun.



Jestliže jste během vánočních úklidů doma objevili ztracený poklad v podobě prstenů, zlatých zubů, zlatých i stříbrných mincí, broží, řetízku či jiných šperků nebo třeba i stříbrných přiborů, neváhejte nás navštívit. Ceny se stále pohybují směrem vzhůru, aktuálně až na 31 460 Kč za unci. Prodej zlata je opět při současných cenách poměrně snadný způsob znovuzhodnocení peněz, tak neváhejte ani Vy. Zlatnictví Sherri můžete najít na adrese:

ZLATNICTVÍ SHERRI

Plzeň

Prešovská 196/18,
301 14 Plzeň

od Velké synagogy směrem na nám. Republiky po levé straně

Ústí nad Labem

Revoluční 176/1,
400 01 Ústí nad Labem
vedle restaurace McDonald's

Otevírací doba

Po - Pá 9:00 - 18:00 hod
So 9:00 - 12:00 hod

www.sherri.cz



Vrazila do policisty

Šéfka protokolu ministerstva obrany dostala trest.

Diplomatka Štěpánka Nezmarová včera od soudu dostala nepravomocně šest měsíců podmíněně za to, že najela autem na policistu. Za dubnový incident, který se stal u Prážského hradu, jí hrozilo až šest let vězení.

„Podáme nejspíš odvolání,“ řekla její obhájkyňe, exministrka spravedlnosti Marie Benešová. Úřednice obvinění odmítá, podle ní šlo o nedorozumění. Soud ale nesouhlasí. Tvrdí, že Nezmarová neposlechla výzvy policie. Najetím na policistu se prý dopustila násilí proti úřední osobě. Výše trestu je „výchovná“, Nezmarové pomohlo i to, že je zkušenou diplomatkou s dobrými výsledky. **ČTK**



Štěpánka Nezmarová **ČTK**

Namířil proti ní zbraň

Nezmarová přijela právě ve chvíli, kdy na Hrad přijížděli evropští prezidenti.

- Dva policisté na ni údajně gestikulovali, aby dál nejela. Odmítla poslechnout, jednoho z nich asi metr tlačila autem. Zastavila, až když na ni namířil zbraň.
- Při incidentu se prý oháněla svými kontakty, třeba že zná exministra obrany Vlastimila Picka. Nezmarová tvrdí, že chtěla auto jen otočit.



Za měsíc bude centrem evropské kultury

V západočeském městě vrcholí přípravy na velkou událost. Za měsíc, 17. ledna, se na celý rok stane hlavním městem evropské kultury. Otevírání města se bude odehrávat v průběhu tří dnů. K tomu, aby dostali návštěvníci perfektní servis, je určeno včera otevřené zrekonstruované turistické informační centrum. **ČTK**

Počasí. Bude jako na jaře

Sníh a zimu si můžete prohlédnout jen na obrázcích Josefa Lady. Venku to totiž vypadá, jako by přicházelo jaro. Meteorologové předpovídají, že v nižších polohách bude

až sedm stupňů nad nulou, v pátek dokonce až 12 stupňů. Ani na horách to nebude lepší. Déšť se bude střídát se sněžením a denní teploty se budou držet nad nulou. Ke

konci týdne bude silít vítr. Na sjezdovkách českých horách je přibližně 15 centimetrů technického sněhu, je možné, že sleze dolů, v noci bude minus dva stupně. **MAP**

Češi zase naštváli. Děláme si legraci z Poláků i Slováků. Reklama pobouřila sousedy

V jednom jediném měsíci hned tři firmy z Česka svými reklamními spoty „zaujaly“ také zahraniční publikum. Někteří Slovinci se například cítí zesměšnění reklamou o šťastných kravách s extrémně ukecanou Slovenkou v restauraci, kterou zklidní až kus fláky.

Vše ale odstartovala reklama společnosti T-Mobile s polským šmelinářem, na kterou si dokonce stěžovaly polské úřady. To se až tak často nestává.

„Z poslední doby mě podobný případ nenapadá, obecně ale ano, vždy když je vtípem dotčena konkrétní národnost, zájmová či jiná jasně definovaná skupina, někdo se ozve a má potřebu to řešit,“ říká Ondřej Obluk z reklamní agentury Ogilvy & Mather Prague. On sám se nedomnívá, že by tyto reklamy byly přes čáru, reklama totiž s nadzátkou vždy pracuje.

Podle šéfredaktorky portálu Mediaguru.cz Martiny Vojtěchovské se uvedené případy přeceňují. „Spíš než nějaký současný trend v české reklamě za tím spatřuji kauzu

Reklamy na hraně



Kdo čím koho naštvál?

- Mobilní operátor T-Mobile v reakci na pobouření polské velvyslankyně začátkem měsíce pozastavil vysílání spotu Třída na běžkách s Ondřejem Trojanem (viz foto).
- Někteří Slovinci se zase na sociálních sítích ozvali proti reklamě na pražskou restauraci. Byla v ní upovídána Sloven-

ka a slogan zněl: „U nás je každá kráva šťastná.“ Reklama byla prý navíc i sexistická.

- Španělské feministky zase dopálila reklama české firmy vyrábějící oblečení pro motorkáře, ve které se objevuje zcela nahá žena jen v přílbě. Firma tím prý chtěla nabourat klíše, že v motorkářském světě je žena pouhým doplňkem, stažení reklamního spotu neplánuje.

jedné reklamy, která vytáhla na světlo i další, které – troufám si říci – by samy o sobě takovou pozornost nevyvolaly,“ říká Vojtěchovská.

Odveta z ciziny se dá ale dřív či později očekávat. „Musíme být připraveni, že se ně-

kdo pobaví i na náš účet, že zparoduje některé české vlastnosti a typické chování,“ uzavírá Ondřej Obluk.



TOMÁŠ BELICA
tomas.belica@metro.cz



Spát u ní teď může jen syn

Herečka Michaela Maurerová je po dramatičtém rozvodu s Milanem Kozíškem na své soukromí opatrná. Zda má přítele, chtěl zjistit i server iDNES.cz. „Mám, 26. ledna mu bude šest let, je to krásný blondák a jako jediný má výhradní právo spát až do smrti v mé posteli,“ zněla její odpověď na otázku. Zdá se tedy, že nyní je její pozornost soustředěna jen na syna Josefa. **MAFRA**

Krejčíř. SIM kartu měl schovanou v mléku

V cele, v níž je v Pretorii vězněn uprchlý Čech Radovan Krejčíř, se našly mobilní telefony a paměťové karty. Podle jihoafrického serveru Times Live byly ukryty v krabicích od mléka. Krejčíř čeká v jihoafrické věznici na soud kvůli údajnému pokusu o vraždu, únos a napadení.

„Věděli jsme, že Krejčíř komunikuje s lidmi venku, ale nevěděli jsme jak. Našli jsme to díky udání,“ řekl serveru nejmenovaný zdroj.

Krejčířův právník Piet du Plessis nechápe povyk kolem celé záležitosti. „Podle vězeňského zákona má Krejčíř coby neodsouzený vězeň právo na tyto výhody, jaké by měl v případě pro-

Pomohly kondomy

V krabicích od mléka prý byly vždy dva kondomy naplněné vodou a mezi nimi pak telefony a karty.

- Každá krabice byla uzavřená jako originál.
- Vyšetřovatele nyní zajímají informace na kartách a také to, komu Krejčíř telefonoval.

puštění na kauci. Musí pročíst mnoho dokumentů. Nevěním, že v tom je něco špatného,“ sdělil novinářům du Plessis. **ČTK**

Reformy. Belgie proti

Belgii včera ochromila generální stávka, k níž odbory vyzvaly na protest proti rozpočtovým škrtům a hospodářským a sociálním reformám nové pravice vlády.

V dopravě začala stávka již v neděli večer, což pocítil na vlastní kůži i čes-



ký ministr zemědělství Marian Jurečka, který musel jet do Bruselu nakonec autem. Na bruselském letišti bylo zrušeno 600 letů, což se dotklo asi 50 tisíc cestujících. Ředitel letiště to přirovnal k skutečné katastrofě. **ČTK**

Sydney vyděsil šílený únosce



Během dne se podařilo několika zaměstnancům z kavárny utéct. 2 x AP

Držel rukojmí v kavárně. Policie ho zastřelila.

Útočnickova minulost

Podle médií byl únoscem 49letý iránský imigrant, který byl stíhán za spoluúčast na vraždě své bývalé manželky.

- V rámci případu byl však propuštěn na kauci.
- Muž čelil i obvinění z více než 40 sexuálních útoků a byl odsouzen za posílání urážlivých dopisů rodinám padlých australských vojáků.

V Sydney je právě krátce po půl desáté dopoledne a v centru města vchází do kavárny Lindt Chocolat Café 49letý iránský imigrant Haron Monis. Sám se označuje za duchovního, přiklání se k islámskému radikalismu a jako „osamělý vlk“ se rozhoduje k improvizovanému činu. V kavárně zadrží několik desítek lidí. Má dva požadavky: vlajku extremistické organizace Islámský stát a telefonický rozhovor s australským premiérem Tonyem Abbottem. Policie kavárnu obklíčí, okolí evakuuje. Během dne z kavárny uprchne několik rukojmích, což naznačuje, že únosce není profesionálně vycvičen a jedná na vlastní pěst.

Po šestnácti hodinách zahájí policie útok na kavárnu s cílem zneškodnit pachatele a osvobodit zbylé zadržené. Ozývá se střelba, ven vyběhají rukojmí. Hned první zprávy však naznačují, že se zásah bez obětí neobešel. Výsledek akce: dvě oběti – jeden z rukojmích a útočník.

Představitelé australské muslimské

komunity čin Íránce ostře odsoudili. „Muslimská komunita je v Austrálii poměrně malá, v Sydney však uvidíte muslimů poměrně hodně, protože je to velice multikulturní město. Australské zpravodajské služby a policie bedlivě monitorují aktivity extremistů na svém území a dokonce se před několika týdny spustila velká akce zatýkání a razíí,“ říká pro Metro Filip Koubek, redaktor místního rozhlasu. A jak celou akci prožívali obyvatelé Sydney? „Samozřejmě si mnozí přáli, aby byl útočník zlikvidován, ale Australané vědí, že se policie snaží zachránit co nejvíce rukojmích,“ dodává Koubek. **METRO**

INZERCE

Imunoglukan P4H[®]

doplňek stravy

obsahuje imunoglukan a vitamin C

PRO FYZIOLOGICKOU FUNKCI

IMUNITNÍHO SYSTÉMU

Dostupné ve všech lékárnách a na www.samoleceni.cz
tel.: 241 432 133, www.inpharm.cz, www.imunoglukan.cz

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Společnost LEGRO CONSULT s.r.o. realizuje projekt s názvem
Profesní rozvoj pedagogických pracovníků mateřských škol Jihočeského, Plzeňského a Jihomoravského kraje, reg. číslo projektu CZ.1.07/1.3.00/48.0091, který je zaměřen na vzdělávání pedagogických pracovníků mateřských škol v polytechnických kurzech a kurzech osobnostního rozvoje. Součástí projektu jsou i tuzemské a zahraniční stáže. S realizací projektu jsme začali 1. 7. 2014 a jeho ukončení je plánováno na 30. 6. 2015.

Bližší informace o projektu naleznete na stránkách www.legroconsult.cz.

Tento projekt je spolufinancován z Evropského sociálního fondu a státního rozpočtu České republiky.



GPS HODINKY **TOMTOM**

MULTI-SPORT CARDIO



RUNNER CARDIO



Nové hodinky TomTom Cardio s integrovaným monitorem srdečního tepu vám pomohou využít každou aktivitu opravdu naplno

Monitorování srdečního tepu je jediným nejpřesnějším způsobem porozumění reakcím vašeho těla na cvičení.



Praktické sportovní hodinky s přesným měřením monitorem srdečního tepu a GPS • velký displej odolný proti škrábancům a nárazům • tenké tělo • vydrží až 10 hodin (GPS), až 8 hodin (GPS a HR) • tloušťka 13,8 mm • hmotnost 63 gramů • rozlišení 144 x 168 pixelů • rozměry displeje 22 x 25 mm • GPS • propojení s PC a vybranými aplikacemi • voděodolné (5 atmosfér) • jednoduché ovládání • měří i mimo signál GPS (měření lze kalibrovat)

**CHYTRÉ HODINKY
TOMTOM
RUNNER CARDIO
BLACK/RED,
WHITE/RED**

obj. SMS kód 346607,
346608

7389 Kč

**CHYTRÉ HODINKY
TOMTOM
MULTI-SPORT CARDIO
BLACK/RED,
WHITE/RED**

obj. SMS kód 346609,
346610

8199 Kč

**CHYTRÉ HODINKY
TOMTOM
MULTI-SPORT CARDIO
HRM+CSS+AM
BLACK/RED**

obj. SMS kód 346611

10999 Kč

v balení i snímač rychlosti/tempa a výškoměr

Ke všem hodinkám TomTom s Cardio funkcí sluchátka Yurbuds Inspire 200 Black

**JAKO
DÁREK**



TwistLock® technologie a FlexSoft® nástavce garantují, že tyto špuntová sluchátka odolná vůči vodě a potu vám nikdy nevypadnou z ucha a nikdy nezpůsobí bolest. Šikovné magnety Quik Click™ umožňují jejich jednodušší přenos a uskladnění bez zamotání kabelů.

POWERED BY
yurbuds | JBL

TRÉNINK PODLE ZÓN SRDEČNÍHO TEPU

Trénovat lze v jedné z pěti zón intenzity:

- 5. Sprint:** používá se hlavně jako součást intervalového tréninku.
- 4. Rychlost:** trénink ve vysokém tempu pro zlepšení vaší rychlosti a tělesné zdatnosti.
- 3. Vytrvalost:** střední až vysoké tempo tréninku pro zlepšení výkonu vašich plic a srdce.
- 2. Spalování tuků:** střední tempo tréninku pro větší redukci hmotnosti.
- 1. Jednoduchý:** snadné tempo tréninku používané převážně pro zahřátí a vychladnutí.



Nejdřív vyberte konkrétní zónu srdečního tepu, ve které si přejete trénovat.



Při aktivitě můžete snadno sledovat svůj srdeční tep a dostávat upozornění, která vám pomohou udržet se ve správné zóně.



Celoobrazovková grafika zobrazuje procentuální splnění vaší aktivity pro každou zónu srdečního tepu.



Sledujte svůj pokrok na své oblíbené platformě pro běhání

- Analýza a sdílení vašich statistik na oblíbených webových stránkách a v aplikacích zaměřených na běhání
- Automatická synchronizace pomocí mobilní aplikace TomTom MySports.

Fabie. Kombík vyjede v lednu

Škoda Auto včera v Mladé Boleslavi začala vyrábět novou generaci Škody Fabie Combi. Na trh vstoupí v lednu 2015. Základní cena třetí generace Škody Fabie Combi bude začínat na 262 900 korunách. Standardem pro všechny motorizace je systém Start-Stop a rekuperace brzdě energie. **ČTK**



Kapr je jednička, ale frčí i candát

V ulicích měst se objevují první kádě s rybami.

Šplouchání ryb láká už první nedočkavé kupce. „Nemám rád fronty, a tak ho koupím radši dřív a do Štědrého dne počká v mrazáku,“ vysvětluje jeden z prvních kupujících v Praze na Andělu. Již o víkendu zahájili vánoční prodej na sádkách rybáři v Praze-Lahovičích. „Poptávka je pořád stejná, největší zájem je o kapra,“ popisuje Michal Vokoun z tamiňských sádek. Velký zájem je podle něj třeba i o candáta, kde dokonce poptávka převyšuje nabídku.

Podle předběžných zpráv od rybářů i některých obchod-



Ceny kaprů

88

Tolik korun stojí kilo výběrového kapra v lahovičských sádkách v Praze. Kilo kapra pod 2,5 kg stojí 78 korun.

níků budou ceny stejné jako loni. Kapr představuje téměř 90 procent tuzemské produk-

ce ryb. Naprostá většina jeho domácí spotřeby se uskuteční na Vánoce. „Prodej kaprů z kádí zahajujeme před vybranými hypermarkety Albert ve druhé polovině týdne,“ řekla ČTK mluvčí prodejce Albert Judita Urbánková. Ceny kaprů podle ní zůstávají přibližně na loňské úrovni. Množství vylovených kaprů je letos menší, ale zato mají nadprůměrnou váhu.

Na vánočním trhu se letos objeví také zhruba deset tun kaprů s větším podílem omega tři mastných kyselin. Letos si je lidé mohou koupit nejen ve stáncích, ale i v českobudějovické a pražských pobočkách řetězce Makro.



ROBERT OPPELT
robert.oppelt@metro.cz



0 Expo Cannabis byl zájem

Po zavedení pravidel pro výrobu a prodej marihuany v Uruguayi se uskutečnilo v zemi první Expo Cannabis. Do hlavního města Montevidea se podle organizátorů sjelo na 150 novinářů z celého světa a zájem veřejnosti překonal veškerá očekávání. Hlavním cílem veletrhu, který skončil včera, je odstranit předsudky k této rostlině. **AP**

Ojetiny. Nejvíce mezi 6 a 10 lety

Nejprodávanějším autem v českých autobazarech bylo letos šest až deset let staré benzinové kombi s výkonem maximálně 100 kW. Prodej dieslů klesnul, vyplývá z prodejní statistiky skupiny autobazarů AAA Auto. Stoupá zájem i o vozy, které mají nejto pod 30 tisíc kilometrů. **ČTK**

Kurzy



EURO
27,56



DOLAR
22,19



LIBRA
34,73

NAFTA: 33,51
NATURAL: 33,51

Studenti. Jezdí pracovat do zahraničí

Zkušenosti i profesní poznatky. To vše nabízí studentům pracovní stáž v zahraničí. Pro své studenty je pořádá například i Obchodní akademie v Satalicích, a to bezplatně a již pátým rokem.

„Spolupracujeme s Domem zahraničních služeb v Praze, který nám na základě udělení grantu od Evropské unie určí, kolik studentů a kam může jet,“ říká Eva Vavroušová z Obchodní akademie v Satalicích.

Největší zájem je o Anglii. Výlohy jsou hrazeny z grantu EU. Ten pokryje letenku, náklady za bydlení v místních rodinách, dopravu a také kapesné. Všechny náklady se pak zpětně dokládají.

„Studenti musejí odevzdat kopie europasů, jízdenky na MHD a palubní lístek,“ doplňuje Vavroušová.

Zahraněční stáže jsou organizovány v programu Erasmus plus. Účastníci pracují v zahraničních firmách na

Slušná částka

3000

Tolik eur letos průměrně připadlo z grantu Evropské unie na stážistu v programu Erasmus plus.

různých administrativních pozicích a jejich náplň práce je odvozena od studijního zaměření. Na cestu se budoucí stážisté ve škole dlouhodobě předem připravují, navštěvují kurzy cizího jazyka a získávají poznatky o místě, kde svou stáž stráví.

„Zahraněční stáž nabízí studentům kromě nových profesních poznatků také zajímavou životní zkušenost, zdokonalení se v cizím jazyce nebo poznání dané země, místní kultury a mentality,“ říká koordinátorka stáží Iva Málková. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

Rozhovor se studentem: Byl jsem na pracovní stáži v Corku

Student Obchodní akademie v Satalicích Sebastian Dürl byl na měsíční pracovní stáži v irském Corku.

Co vás motivovalo se na stáž přihlásit?

To, co chce asi každý student, podívat se do zahraničí, jak to chodí jinde. Když jsem se dozvěděl, že stáže naše škola zprostředkovává, řekl jsem si, proč ne. Finančně vše hraje Evropská unie, takže jsme potřebovali jen peníze na útratu. Zařazen byl pobyt, jídlo, dokonce i práce, takže jsme chodili do práce jako normální irský občan.

Jak vypadal váš běžný den?

Hodně záleželo na tom, kde pracujete. My jsme měli štěstí, že jsme mohli do práce chodit pěšky, bylo to asi patnáct minut chůze. Kolem osmé jsme přišli do práce a čekali, ke



komu budeme ten daný den přidělení a jaké dostaneme úkoly.

Souvisel obor, kterým se firma zabývá, s tím, co studujete?

Nesouvisel. Pracoval jsem ve firmě, která se zabývala sociálními problémy. Firma pomáhala dětem, které neměly právně ideální rodinné prostředí. Naše práce byla hodně admi-

nistrativní, zakládání a rovnání složek a dokumentů podle data. Také jsme přepisovali mailů, abychom si procvičili psanou angličtinu, gramatiku a naučili se, jaké se používají zkratky.

Jak se podle vás liší irská kultura od té české?

Myslím, že jsou lidé v Irsku daleko vstřícnější a více si navzájem věří. Často jsem odešel z domu, kde jsem s dalším studentem bydlel, a nemusel jsem ani zamknout. Paní, u které jsme bydleli, se sice měla vrátit až za hodinu, přesto zůstával dům odemčený. Na druhou stranu mě nepříjemně překvapilo, že si většina lidí myslela, že jsme stále ještě Československo. Působilo to na mě dojmem, že o nás jako o státě nevědí vůbec nic. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

ASTROkoutek

Volejte na tel: **906 701 701** nebo pište na číslo **900 30 46**

Zoe

astrologie, numerologie



ŽIVOTNÍ LÁSKA!

Najdeme ji společně! Každý ji v životě má, jen musí vědět kde a kdy ji potkat. Podívám se do vašeho horoskopu.

Zavolejte na tel: **906 701 701** nebo napište SMS na číslo **900 30 46** s kódem **96CZR** a svůj dotaz!

Nikol

výklad karet, kyvadlo



LÁSKA V ZIMĚ!

Potkáte konečně v zimě pana Božského? Nebojte se mě zeptat, jak to vypadá s vaším milostným životem!

Zavolejte na tel: **906 701 701** nebo napište SMS na číslo **900 30 46** s kódem **29KCJ** a svůj dotaz!

Rozárka

výklad karet, numerologie



VAŠE BUDOUCNOST.

Zjistěte, co vás čeká! Budte na svůj osud připraveni a pohlédněte do své budoucnosti! Pomohu vám s tím!

Zavolejte na tel: **906 701 701** nebo napište SMS na číslo **900 30 46** s kódem **38UVC** a svůj dotaz!

Alan

numerologie, astrologie



PENÍZE A PRÁCE.

Mou specializací je finanční a pracovní numerologie, v otázkách vyžadujících přesné a jasné odpovědi používám kyvadlo!

Zavolejte na tel: **906 701 701** nebo napište SMS na číslo **900 30 46** s kódem **76AEL** a svůj dotaz!

Osudová láska!

Přijde v novém roce ten pravý?



Posílejte **SMS** ve tvaru **68RHL** a svoje datum narození na číslo **900 30 55**

NOVÝ ZAČÁTEK!

v roce 2015!

Máte pochyby?

Mé Taroty vám řeknou pravdu!

Napište mi **SMS** ve tvaru **80NGK** a svůj dotaz na číslo **900 30 55**



Nela

astrologie, jasnovidectví



NEŠASTNÁ LÁSKA!

Stále ho milujete a nevíte jak dál? Neozývá se a chcete ho získat zpět? Mé dlouhodobé zkušenosti jsou vaší zárukou!

Zavolejte na tel: **906 701 701** nebo napište SMS na číslo **900 30 46** s kódem **92VAV** a svůj dotaz!

Adriana

výklad karet, numerologie



POZITIVNÍ ZMĚNA OSUDU.

Je k vám osud krutý? Trápíte se? Už nemusíte! Víím jak vaši budoucnost pozitivně ovlivnit. Jsem tu pro vás!

Zavolejte na tel: **906 701 701** nebo napište SMS na číslo **900 30 46** s kódem **24DSH** a svůj dotaz!

František

numerologie, tarotové karty



FINANČNÍ KRIZE!

Okolnosti se sešly a dostali jste se do dluhů, ze kterých není cesta ven? Kdy se začne situace lepší?

Zavolejte na tel: **906 701 701** nebo napište SMS na číslo **900 30 46** s kódem **19RUX** a svůj dotaz!

Dita

výklad karet, astrologie



PARTNERSKÉ VZTAHY.

Zničila nevěra váš vztah? Má cenu ho ještě napravovat? Citlivě a diskrétně vám poradím! Jsem tu pro vás!

Zavolejte na tel: **906 701 701** nebo napište SMS na číslo **900 30 46** s kódem **54EVG** a svůj dotaz!

Sudoku

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

Počasí

DNES Min. 3 Max. 7	ZÍTRA Min. 0 Max. 4	ČTVRTEK Min. 6 Max. 10	PÁTEK Min. 8 Max. 12
-------------------------------------	--------------------------------------	---	---------------------------------------

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: 15,2 °C
Rok výskytu: 1989

Napište svou bublinu



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



Napadá vás vtipný popisek?

Kvíz

- Římský básník Publius Ovidius Naso zemřel v pobřežním městě Constanta, které dnes leží v:
 - Turecku
 - Bulharsku
 - Rumunsku
- Vynález parního stroje je připisován Jamesi Wattovi, který ho sestrojil v roce:
 - 1665
 - 1765
 - 1865
- Arabská sladkost z vrstev těsta, plněná sekanými ořechy a slazená sirupem nebo medem je:
 - chalva
 - asure
 - baklava
- Galapágy jsou ekvádorské soustroví ve východní části Tichého oceánu. Největší se jmenuje:
 - Isabela
 - San Cristobal
 - Santa María
- Včela, jejímž charakteristickým projevem je stavba díla z vlastní voskové žlázy, patří do řádu:
 - hmyz
 - včelovití
 - blanokřídlí

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

ČT1

- 13:55 Kuchařská pohotovost
- 14:25 Banánové rybičky
- 14:50 Na cestě po Beskydech
- 15:20 Pan Selfridge (10/10)
- 16:05 Televizní legendy
- 17:15 Postřehy odjinud
- 17:25 Cestománie
- 17:55 Události v regionech za okamžik a počasí
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 AZ-kvíz
- 18:55 Události za okamžik a počasí
- 19:00 Události
- 19:50 Branky, body, vteřiny



20:00 Škoda lásky
Hud. komedie (ČR, 2013). Karel Gott pronásledován svou nejvěrnější fankynkou! Tvůrčí Šakalich let, Pelíšků a Pupenda přicházejí s hudební komedií podle povídky Petra Šabacha. Hrají: K. Gott, K. Šíp, E. Holubová a další

- 20:55 Škoda lásky
- 21:55 Neobyčejné životy
- 22:55 Křtiny
- 00:10 Všechnopárty
- 00:55 Na stopě
- 01:20 Zajímavosti z regionů
- 01:45 Dobré ráno
- 04:20 AZ-kvíz
- 04:45 Postřehy odjinud
- 04:50 Hobby naší doby
- 05:15 Etiketa

ČT2

- 12:10 Letečtí stíhači v boji II: Noční lovci
- 12:55 Tenkrát o Vánocích
- 14:20 Dobrodružství vědy a techniky
- 15:05 Soubor vojevůdců: Clark proti Kesselringovi
- 15:50 Tajemství 2. světové války
- 16:45 Vesmír: Gravitace
- 17:30 Raport o Velké válce: Návrat ztracených
- 18:10 Moje rodina VIII
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Nukleární dynamit
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



20:00 Letečtí stíhači v boji II: Mustang
Dokument (USA, 2006). Prožijte s válečnými piloty dramatické okamžiky bojového vypětí! Díky realistické animaci se ocitneme nad Německem, kam slavné stíhačky doprovázely spojenecké bombardovací svazy na dálkových misích

- 20:50 Letecké katastrofy: Soubor s řízením
- 21:40 Expremiéři
- 22:05 Expremiéři
- 22:35 In nomine patris
- 00:10 Nesnesitelné lehký život
- 01:40 Babylon
- 02:05 Zapomenuté výpravy
- 02:30 Bojovníci s klimatem
- 02:40 Z očí do očí

NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:35 Vražedná čísla VI (16)
- 13:25 Odložené případy IV
- 14:20 Mentalista (17)
- 15:20 Ordinance v růžové zahradě 2 (177)
- 16:30 Dva a půl chlapa IV (20)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 17:35 Kriminálka Miami VI
- 18:30 Ulice (2727)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



20:20 Ordinance v růžové zahradě 2 (539)
Seriál (ČR, 2014). Suché vyšetřují kvůli týráni Toni-ka. Jáchym namluví Helu, že Švarc touží po romantické lásce. Hrají: Z. Adamovská, P. Rychlý, J. Čenský, D. Morávková, R. Fiala, D. Batulková, V. Závřel, M. Zounar, L. Hejlík a další. Režie M. Pivoňková

- 21:35 Víkend
- 22:25 Lovci zločinců III (19)
- 23:15 King a Maxwelllová (3)
- 00:05 Kriminálka Miami VI
- 00:50 Mentalista (17)
- 01:30 Novoshopping
- 02:00 Lovci zločinců III (19)
- 03:20 DO-RE-MI
- 04:10 Ordinance v růžové zahradě 2 (177)

PRIMA

- 12:55 Walker, Texas Ranger VI (9)
- 13:45 Wolffův revír VII (7)
- 14:45 Doktor z hor: Nové příběhy VI (12)
- 15:40 Castle na zabítí V (14)
- 16:30 Komisař Rex V (5)
- Závěť. Krimiseriál (N/Rak., 1999)
- 17:30 Odpolední zprávy
- 18:00 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimí zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 VIP zprávy



20:15 Lotta a nečekaná změna
Romantická komedie (N, 2013). Novopečená ošetřovatelka Lotta se vrací do rodného města, aby pracovala v místním domově pro seniory. Život se jí brzy obrátí vzhůru nohama, když zjistí, že je těhotná s mužem, kterého sotva zná. Navíc by její šéfová ráda domov zavřela. Lotta musí začít bojovat. Hrají: J. Preussová, F. Róth a další

- 22:10 Očima Josefa Klímy
- 22:55 Myslenky zločince VII (19)
- 23:50 Spravedlnost v krvi IV (2)
- 00:40 Vraždy v Kitzbühelu VIII (5)
- 01:30 Doktor z hor: Nové příběhy VI (12)

PRIMA COOL

- 12:55 Akta X VI (9)
- 13:50 Jmenuju se Earl IV (26)
- 14:15 Simpsonovi XX (17, 18)
- 15:15 Boříči mýtů V (3)
- 16:15 Ztraceni VI (13)
- Poslední rekrut. Seriál (USA, 2004-2010)
- 17:15 Jmenuju se Earl IV (27)
- Hledá se táta. Komed. seriál (USA, 2009)
- 17:40 Hvězdná brána II (3)
- Ve vězení. Seriál (USA)
- 18:30 Simpsonovi XX (19, 20)
- 19:20 Kdo přežije: Nikaragua (13)



20:15 Top Gear XXI (7)
Magazín (VB, 2013-2014). Nejslavnější motoristický magazín světa, který pravidelně sleduje tři sta milionů diváků. Vizualně působivé představení vozů je doprovázeno odlehčeným komentářem, který zaujme nejen technické nadšence

- 21:40 Teorie velkého třesku III (23)
- 22:10 Partička
- 22:55 Pustina
- Akční sci-fi film (USA, 2003)
- 00:35 The Big Bang Theory III (23)
- 00:55 Scrubs: Doktůrci IV (15)
- 01:20 Scrubs: Doktůrci IV (16)
- 01:40 Partička
- 02:15 Star Trek: Vesmírná loď Voyager V (10)

ÓČKO

- 06:00 Ranní fresh
- 07:00 Ranní výzva
- 09:00 Millennium
- 10:00 Óčko hity
- 12:00 Óčko news
- 12:05 Óčko hity
- 13:30 Zabil.cz
- 13:35 Óčko hity
- 14:00 Óčko news
- 14:05 Óčko hity
- 14:30 Dotykáč
- 14:35 Óčko hity
- 15:00 Zabil.cz
- 15:05 Óčko hity
- 15:30 Óčko news



- 15:35 Mixxxer show
- Živě z Óčka, klipy na přání, soutěže, chat s hostem
- 17:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neutěče
- 17:05 Mixxxer
- Klipy na SMS přání, pokec s hostem
- 18:00 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 19:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neutěče
- 19:05 Moje destička
- 20:00 CZ & SK
- 21:00 Millennium
- 21:45 Filmshot
- 22:00 Artur
- 22:05 Simply the best
- 23:00 Love zone
- 00:00 Óčko flirt

A JAK BYSTE UTRATILI VY MILIÓNY

OD HALÓ, TADY IMPULSOVI?

Koupíte si zlatého retrievra, pořídíte mu stříbrnou boudu a diamantový obojek? Pustíte si fantazii na špacír a představte si, jak byste právě vy naložili s obrovskou sumou peněz. A nyní zpátky do reality. Tak jako každý rok i letos jsme rozdali milióny korun a další obří částky máme pro své posluchače stále připravené. Naladte si Haló, tady Impulsovi a budete překvapeni, jaké ceny jsou ve hře před Vánoci a letos mimořádně i na silvestrovské ráno.



Cena 1 SMS je 30 Kč. Službu provozuje Expansion Group, a. s.,
Karla Engliše 519/11, 150 00 Praha 5, tel.: 602 439 999 (po-pá 9-16 hod.).
Technické zajištění ATS, s. r. o., Na Hřebenech II, 140 70 Praha 4,
tel.: 776 999 199 (po-pá 9-16 hod.), infolinka@atspraha.cz.

 **IMPULS**
Rááááadio

Sloupek

JAKUB KOHÁK

NAVIGÁTOR PERFEKIONISTA



RALLYE SPRINT

Nedávno jsem dostal nabídku, kterou jsem nejprve okamžitě s nadšením přijal, následně jsem se při svém každodenním rozjímání zhroutil, do čeho jsem se to zase nechal namontovat, a začal přemýšlet, co komu odkáží, abych se následně zklidnil a s vědomím, že jsem nesmrtelný, šel klidně spát. Ano, podle titulku tohoto sloupku tušíte správně – šlo o automobilové závody, které se každoročně konají na Strahově, kde !skutečně! závodní vozy !skutečně! závodí!!! Jede se takový okruh kolem strahovského sportovního komplexu, přičemž těch okruhů je pět. Každý se jede zvlášť, trvá asi čtyři až

Citát

Já neponechal nic náhodě a protáhl jsem si večerní oslavu až do časného rána.

nástrahy a zajímavosti terénu, kterým se následně v ohromné rychlosti prosvítí. Já samozřejmě neponechal nic náhodě a protáhl jsem si večerní oslavu až do časného rána, kdy jsem pro jistotu nešel vůbec spát, čímž jsem se na závod skvěle připravil. Můj parťák, závodník Jaroslav Tomašík se rozhodl nezařezávat mě zbytečnými pokyny, a tak jsem se při jízdách soustředil výhradně na hecování, čímž jsem nám oběma udržoval příjemnou hladinu adrenalinu. Stačilo málo a závod okolo Strahova jsme pohodlně vyhráli. Jenomže při poslední rychlostní zkoušce, kdy jsem z legrace hlásil „levá šotolina, horizont sedmdesát a pravej balík“, to Jarouš vzal na lehkou váhu a PRÁSK – v 275 kilometrech za hodinu jsme to našili do balíku slámy a už jsme si ho vezli na kapotě... Ještě teď mi trochu slámy čouhá z bot.

Dopisy a vzkazy

S nadsázkou

Reaguji na dopis v této rubrice uveřejněný ve včerejším vydání s názvem Těhotenství je velký dar. Julie Červená nechává nahlédnout do svých úvah o nově nabitých zkušenostech s těhotenstvím a dělá to způsobem sobě vlastním. To znamená – s trochou vážnosti a s trochou nadsázky tak, jak ji ze všech možných článků známe. Na lidech je zajímavé to, jak jsou různí, jak různé prožívají a různé se o pocitech vyjadřují. Nebylo by ani zajímavé, ani možné, aby všichni všechno prožili stejně a stejně o tom i hovořili. I tak cítím z článků Julie Červené, že svoje štěstí prožívá, byť opět svým způsobem, který je pro mnohé z nás v jejím podání a s jejím vnímáním situace kromě jiného i zábavný. Proto nesouhlasím s paní Průšovou, která byla jejím sloupkem zklamaná kvůli nedostatečně projevem nadšení z těhotenského života a z nepřipravenosti na roli matky. Já jsem z jejích sloupků naopak cítila, že Julie bere svůj stav zodpovědně právě proto, že si uvědomuje věci ještě dříve než mnohé jiné matky.

STÁNA SVOBODOVÁ

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

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

Výrok dne



„Je to definitivní. Už není na co čekat.“

TOMÁŠ VOKOUN, HOKEJOVÝ BRANKÁŘ

Uzdravil se a vyčkával, jestli přijde zajímavá nabídka z NHL. Nakonec se tak nestalo a hokejový brankář Tomáš Vokoun se v osmácti letech rozhodl ukončit kariéru.

Slovo dne

ADRENALIN

(ze sloupku Jakuba Koháka na této straně)

Hormon dřeně nadledvin regulující krevní tlak a ovlivňující činnost centrálního nervového systému

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



INZERCE

Astrohled.cz
HOROSKOP
Přesné prognózy na míru!
VOLEJTE
906 701 701

- ★ Kompetentní poradenství od profesionálních poradců
- ★ Záruka spojení s poradcem dle vašeho přání
- ★ Dostupnost 24 hodin denně, 365 dní v roce, vč. svátků

Beran 21/3–20/4
Dnešní den přeje štěstí především lidem s podnikatelskými ambicemi a vizí, a to zejména mužům. Každopádně mějte oči na stopkách!

Váhy 23/9–23/10
Čeká vás náročný den plný povinností. Proto se opritele od věcí, které by vás mohly rozptylovat. Vztahy na pracovišti vypustte.

Býk 21/4–21/5
Odmítnutého milence rozhodně nebudete podceňovat, a dobře děláte. Nenechte se zmást smířením. Nevíte, co se odehrává v člověku.

Štír 24/10–22/11
Se svým okolím si nebudete příliš rozumět. Nesnažte se za každou cenu najít cestu ke každému. Dnes je vám prostě lépe o samotě.

Bliženci 22/5–21/6
Otázky kolem rodinného majetku nebo dědictví vás donutí přijmout zodpovědnost nejen za sebe, ale také za druhé. Vše zvládnete.

Střelec 23/11–21/12
Na pracovišti byste si měli dát pozor na své jednání. Budte diplomaté. Takt je dnes důležitější než kdy jindy, proto pozor na pusy.

Rak 22/6–22/7
Máte zbytečně vysoké nároky, které může jen málokdo splnit. Dejte si proto pozor, ať jimi nakonec neodradíte všechny své cittele.

Kozoroh 22/12–20/1
V duchu odsoudíte ty kolegy, kteří podle vás neodvedli svoji práci dobře. Snažte se ale vžít do jejich situace. Nebudte tak tvrdí.

Lev 23/7–22/8
Vaše akceschopnost bude doslova překotná! Jen pamatujte, že nic se nemá přehánět. Svým nadšením byste si mohli spíš přitížit!

Vodňář 21/1–20/2
Přemluvíte kamaráda ke společnému podnikání. Není ale bohužel vůbec vyloučeno, že obchodní vztahy zcela rozbourají ty kamarádské.

Panna 23/8–22/9
Dlouho jste čekali na ten správný protějšek, a skvělá zpráva tudíž je, že se konečně dočkáte! Užijete si pocit nové zamilovanosti.

Ryby 21/2–20/3
Šéf po vás bude vyžadovat větší pracovní aktivitu než doposud. Zrovna před Vánocemi se vám taková strategie bude hodně přičít.

Řešení sudoku

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

Anketa Co si myslíte o držení zvířat v cirkusech?



Roman Dušek Výmola
Cirkusy jsem vždy nesháněl.



Adam Raymann
Jsou-li trénována od narození, tak jim to určitě nevadí.



Jana Kůlová
Jsem proti. Moc krutá cena za pobavení lidí.

Komiks



LÁSKA A MAGIE!
Přičaruj si novou lásku!
Poradím!
Pište SMS ve tvaru **31ZFM**
a svůj text na **904 30 55**

keartárka Médea

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

K NÁKUPU DÁRKOVÝ KOŠ ZDARMA

více na www.alza.cz/vanocce



Veselé
Vánoce



TABLET ŠITÝ NA MÍRU SENIORŮM

senior
HUB  senior
TAB



seniorTAB

- + 7,85" tablet ideální pro babičku nebo dědečka
- + Jednoduché ovládací rozhraní seniorHUB
- + Nejdůležitější funkce na jeden dotyk, žádné složité nastavování
- + Služby seniorHUB zdarma - až 45 služeb během tří let
- + Exkluzivně online časopis pro seniory VitalMINI zdarma na rok

5 549,-

objednací kód: SET1000a2c

DARUJ ZÁŽITEK, DARUJ HRU



FIFA 15



od 999,-

K dispozici na XBOX ONE, XBOX 360, PS3, PS4 a PC

VAŘTE RYCHLE A BEZPEČNĚ

Tefal



ZDARMA
pánev Tefal
Jamie Oliver

Tefal Clipso Precision 6l P4410763

- + Nerezový tlakový hrnc, objem 6 l
- + Velmi snadná a rychlá manipulace
- + 5 bezpečnostních pojistek
- + Třívrstvé sendvičové dno
- + Vhodný pro všechny typy ohřevů včetně indukce

~~4 050,-~~
3 881,-

objednací kód: EAY9001s2

ÚČES JAKO OD KADEŘNICE

Rowenta
INTELLIGENT BEAUTY



Rowenta SF 4412 D4 Curl

- + Žehlička na vlasy s profesionálními výsledky
- + Rychlé nahřátí do 30 sekund
- + Nastavení teploty od 130 do 230 °C
- + Keramická žehlicí plocha Ultrashine NANO ceramic
- + Bezpečnostní uzamykací systém
- + Lze použít pro hladký účes i tvorbu loken nebo vln

~~1 212,-~~
749,-

objednací kód: EAT5006c

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

 **alza.cz**



MOOC is a Massive Open Online Course – a new type of course offered completely online to thousands of people.

Massive Open Online Course

Activity 1

Before you read, match the word or phrase to a definition.

- 1. assignment, 2. comfort, 3. fascinating, 4. interact
 - 5. on offer, 6. regardless
 - 7. time-consuming
- a. a task you have to do as part of your studies/work
 - b. available to use, do or buy
 - c. communicate with and react to someone
 - d. very interesting
 - e. paying no attention to; without being affected by
 - f. taking a lot of time
 - g. the state of being relaxed; feeling pleasant

Dear readers, this is the last English page of the year.

Have a nice Christmas and join us again in January 2015.

Back to school

I've always been interested in why we do the things we do, so last year I decided I'd like to study psychology. Most courses I found, however, were either too expensive, too long or were impossible to combine with work. I was about to give up when a friend suggested that I try a MOOC.

What is a MOOC?

At first, I had no idea what they were talking about, but they explained that a MOOC is a Massive Open Online Course – a new type of course offered completely online to thousands of people, which is designed so that anyone can follow it, regardless of age, location or education – all you need is an internet connection. You can search for hundreds of different subjects, and can usually watch a short introduction video to get an idea of what the

Lesson No. 15



course is about.

Starting out

I chose a six-week Social Psychology course. At first, I had no idea what to expect or how much time I might spend studying. Each week there were video lectures to watch and readings to do, as well as some short assignments. The lectures were really interesting and easy to follow, and it was great to be able to watch them again or pause them to go and do something else. Most MOOCs have online forums too, where students can discuss what they are learning. Although these are often really fascinating (because there are so many different opinions), they are very time-consuming. If you read everything on the forums, you won't have time to finish the lectures!

Motivation and organisation

In fact, that seems to be one of the problems of this new way of studying. Research shows that ninety per cent of students who start a

Activity 2

Now complete the sentences using words from the text.

- 1. Cleaning the house is very (.....) – it took me three hours this morning!
- 2. I'm going to the beach tomorrow (.....) of the weather – I don't care if it rains!
- 3. John can't come to the cinema tonight because he has an (.....) to give to his teacher tomorrow.
- 4. Sheila found the exhibition

on dinosaurs absolutely (.....) – she learnt so much new information.

- 5. The (.....) of the guests was a priority for the hotel manager.
- 6. The professor liked to (.....) with the students in the class, and always asked them to participate and ask questions.
- 7. There are hundreds of courses (.....) at this university – I don't know which one to do.

Activity 3

Decide if the following statements are true or false, according to the text. Can you correct the false ones?

- 1. It was hard for the writer to find a course that would help her to get a job.
- 2. MOOC means 'Massive Open Online Community'.
- 3. You need to have experience studying online to join a MOOC.
- 4. The writer didn't enjoy reading the forums.
- 5. Most students who start a MOOC do not complete the course.

Activity 4

Match the compound adjectives in the column on the left with the nouns in the column on the right, and then use them to complete the sentences. The first one is done for you in the example.

- six-week course
- eighty-year-old book
- five-hundred-page holiday
- five-star hotel
- three-course meal
- two-week woman

• Example: I took a (six-week course) in psychology on the

Internet.

- 1. I am so full! I've just eaten a (.....), which was absolutely delicious.
- 2. John loves reading – he finished that (.....) in just a week.
- 3. My neighbour is an (.....), but she still loves dancing.
- 4. Penny can't wait for August – she has just booked a (.....) to the South of France.
- 5. We spent a week in the Caribbean in a beautiful (.....), in a room with a fantastic view of the sea.

MOOC do not finish it, and I can see why. Although you do interact with other students online, you are basically studying alone, and that takes a lot of motivation and organisation. But the advantages of MOOCs for busy people today are obvious.

There is a huge range of courses on offer in hundreds of subjects, and you have the opportunity to learn new things and be in contact with many different types of people, all from the comfort of your own home. Why not check out a MOOC and start learning something new today? **CATH MCLELLAN**

Answers

Activity 1

- 1. a; 2. g; 3. d; 4. c; 5. b; 6. e; 7. f

Activity 2

- 1. time-consuming;
- 2. regardless;
- 3. assignment;
- 4. fascinating;
- 5. comfort;
- 6. interact;
- 7. on offer

Activity 3

- 1. False (F) – It was difficult to find a course to combine with work;
- 2. F – MOOC means Massive Open Online Course;
- 3. F – The courses are open to anyone;
- 4. F – They were fascinating, but took a lot of time;
- 5. True

Activity 4

- 1. three-course meal;
- 2. five-hundred-page book;
- 3. eighty-year-old woman;
- 4. two-week holiday;
- 5. five-star hotel



K NÁKUPU DÁRKOVÝ KOŠ ZDARMA

více na www.alza.cz/vanoce



Veselé
Vánoce



SKVĚLÝ SMARTPHONE PRO DOKONALÁ SELFIE



LG L Bello

- + Smartphone s 5" IPS displejem (854 × 480)
- + Fotoaparát 8 Mpx s chytrými funkcemi pro selfie
- + Bezdotykové ovládní gestem, rychlé zaostřování dotykem
- + Čtyřjádrový procesor, RAM 1 GB
- + Paměť 8 GB + microSD až 32 GB
- + Google Android 4.4 KitKat



4 999,-

objednací kód: RL664a2c

POZNEJTE VÝKON BUDOUCNOSTI

honor

NOVINKA

Honor 6 Black

- + Nejmodernější osmijádrový procesor (2 × 4 jádra)
- + 5" IPS displej Full HD (1 920 × 1 080) s Corning Glass 3
- + Obří RAM 3 GB, paměť 16 GB + microSD až 128 GB
- + Nejrychlejší LTE připojení nové generace (až 300 Mb/s)
- + 13Mpx fotoaparát, 5Mpx přední kamera
- + Google Android 4.4 KitKat



~~9 215,-~~
8 999,-

objednací kódy: UM200a1a ● UM200a1b ○

ŠPIČKA VE SVÉ KATEGORII

honor

NOVINKA

Honor 3C

- + Čtyřjádrový procesor, 2 GB RAM
- + 5" IPS HD displej (1 280 × 720)
- + Podpora Dual SIM
- + 8Mpx BSI fotoaparát s bleskem, 5Mpx přední kamera
- + Google Android 4.2 Jelly Bean



3 899,-

objednací kódy: UM180b1d ● UM180b1e ○

KRÁSNÝ TVAR, SKVĚLÁ VÝBAVA

zopo

ZOPO ZP700

- + Smartphone se zaobleným tělem pro pohodlné držení
- + 4,7" IPS displej (960 × 540), RAM 1 GB
- + 8Mpx fotoaparát s LED bleskem
- + Paměť 8 GB + microSD až 64 GB, GPS, WiFi, Bluetooth
- + Google Android 4.2 Jelly Bean



~~4 017,-~~
3 190,-

objednací kódy: ZO010a2 ○ ZO010a1 ● ZO010a5 ● ZO010a3 ●

TICHÝ MIXÉR S BOHATÝM PŘÍSLUŠENSTVÍM



Bosch MFQ 4080 Styleline

- + 5 rychlostí + momentový a turbo stupeň
- + Kvalitní metly z ušlechtilé oceli s kuličkami Fine Creamer
- + Stabilní hnětačí háky a XL univerzální sekáček
- + Mixovací nádoba s měrkou a víkem
- + Tichý chod motoru

~~1 623,-~~
1 439,-

objednací kód: EAV4275k

VÝKONNÝ POMOČNÍK S NÍZKOU SPOTŘEBOU



Bosch BGL3A330

- + Silný výkon a nízká spotřeba s technologií QuattroPower
- + Velký sáček s kapacitou až na 4 l nečistot
- + Vhodný pro alergiky díky omyvatelnému HEPA filtru
- + Elektronická regulace výkonu
- + Samonavíječ kabel délky 7 m

4 990,-

objednací kód: EAD1432k

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



Štědrovečerní večeře je tučná bomba

Typické české Vánoce jsou pro zaživací systém nevídanou zátěží.

I když štědrovečerní večeře obsahuje poměrně dost zdravých věcí, jako je kapr nebo zelenina či brambory, jejich úprava mění tato jídla v tučné bomby. A trpí nejen váha, ale i žaludek, slinivka, žlučník...

Kdo se chce vyhnout zdravotním potížím, měl by rozhodně jíst a pít střídavě. A neměl by jíst smažená jídla, protože tuk včetně majonky v salátu rozhodně žlučníku ani játrům dobře nedělá. To samé platí o alkoholu. Majonézu v salátu tedy zkusíte nahradit bílým jogurtem, eventuálně ji „douchutě“ lžičkou majonézy light. Vyvarujte se také uzenin a tučných druhů masa. A alkohol raději nepijte vůbec nebo jen lehký vínný střih.

Klasická štědrovečerní večeře může mít i 6500 kilojou-

lů, což je opravdu hodně. Jen pro představu: při hubnutí by ženy měly sníst za celý den cca 5 tisíc kJ, muži 7 tisíc kJ. Takže 6500 kJ za jeden večer je daleko víc, než je zdravé. Každopádně nejlepším lékem na takovou „nálož“ je pohyb. Víte ale, jak dlouho potrvá, než tyto kalorie zase odbouráte? Chůzí 325 minut. Na běžkách by to bylo asi 160 minut, tancem 217 minut a intenzivním aerobikem 217 minut.

Dalším pokusem je sladké cukroví, limonády, čokolády a jiné sladkosti. Nejen že neúměrně zvyšují hladinu glukózy v krvi, ale také jde po nich váha raketově nahoru. Zvlášť pokud se nehlídáte.

„Nesnažte se napéct velké zásoby cukroví, které budete dojídat ještě na Velikonoce. Spočítejte si, kolik kousků denně si dopřejete vy a ostatní členové rodiny, něco do fotky pro návštěvy, a pokud něco zbude, dejte to do mrazáku. Nezapomeňte na takové druhy cukroví, které obsahují vyšší množství bílkovin a méně tuku a cukru,“ doporu-

Co pít?

V zimě obvykle klesá příjem tekutin, je ale potřeba je neustále doplňovat.

- Pijte obyčejnou vodu, kvalitní čaje, například zázvorový z čerstvého zázvoru, který má i antiseptické účinky.
- Na posílení imunity vyzkoušejte šípkový čaj, který obsahuje větší množství vitamínu C. Příznivě působí i mátový, který podporuje trávení a pomáhá proti nadýmání.
- Zklidnění a pohodu zajišťí čaj meduňkový nebo třezalkový.

ručuje Iva Málková ze společnosti STOB. Bílkoviny totiž pomáhají umocnit pocit nasycení a snižují glykemický index potravin. Tím předejdete rozkolísání hladiny krevního cukru a neovladatelným chutím na sladké. Během svátků zařaďte do jídelníčku více zeleniny. Nejlepší bude, když si na ni zvyknete a budete ji jíst každý den. **KAMILA HUDEČKOVÁ**



Štědrý večer, to znamená hodně kalorií.

PROFIMEDIA.CZ

INZERCE

Stop padání vlasů s minerální kosmetikou Thermal

Padání vlasů je nepříjemný kosmetický problém, ale většinou je projevem, respektive důsledkem nějakého jiného onemocnění. Proto by člověk měl především nejdříve zajít k odbornému lékaři, který mu provede nebo doporučí potřebné vyšetření, aby se zjistily skutečné příčiny padání vlasů. Existují však také přípravky, které podporují následnou obnovu, tedy růst vlasů. Přípravky, které podporují růst vlasů, má ve své nabídce také kosmetika australsko-maďarské firmy se značkou TH. Všechny její přípravky prošly klinickou atestací a léta používání prokázala jejich účinnost. Nejmodernější technologie výroby přípravku kombinuje léčebné účinky termální vody a vína se speciální patentovanou recepturou. Účinnými látkami jsou biosyntetické metalproteiny, které mají v buněkách důležitou regenerační úlohu. Svými hydratačními a regeneračními vlastnostmi dosahují rozsáhlých účinků a mají široké uplatnění.

Přípravky musí mít také optimální PH

Celá kúra proti padání a na podporu růstu vlasů se skládá ze dvou kusů TH

krému a jednoho kusu TH šamponu. „Thermal krém je speciálně vyroben jako stimulator vlasového růstu. Jeho účinné látky pronikají hluboko ke kořínkům vlasů, regenerují vlasové cibulky a vyživují vlas po celé jeho délce. Thermal šampon doporučují lékaři na základě klinických zkoušek při nadměrném vypadávání a lámání vlasů, při tvorbě

koutů a pleše, při opakované tvorbě lupů i na silně poškozené vlasy. Podporuje růst vlasů a má optimální PH“. Informuje spolujednatel kyjovské společnosti SENS, která u nás distribuuje kosmetiku značkové TH. Krém se pečlivě vetře do pokožky hlavy a do vlhkých vlasů a nechá se 20–30 minut působit. Poté, co se účinné látky krému vstřebají, se

vlasy umyjí Thermal šamponem, který obsahuje stejné bioaktivní látky.

Transplantace vlastních vlasů je možná

U těžších případů je doporučováno kúru i několikrát opakovat – to pokud někomu rapidně a velmi rychle řídnou vlasy a vlasový kořínek je natolik ochablý, že vlas již vůbec nevyrůstá nebo se na poškozených místech tvoří již pouze chmýří. Obtížnější situace nastává pro ty, jejichž vlasové kořínky jsou zcela uhynulé, tedy pro lidi s pleš. „Pokud má někdo již dlouhodobě pleš, má šanci v transplantaci. To je ovšem finančně náročné a ne všichni jsou ochotni tento úkon podstoupit. Jiná otázka je, pokud vlasový kořínek není zcela uhynulý, ale jen oslabený natolik, že se tvoří pleš. Tady bych viděl šanci v přípravcích na podporu růstu vlasů, neboť ty obsahují účinné látky, aktivující vlasové cibulky a obnovující růst vlasů na místech, kde jsme se s pleší smířili.“ – radí společnost SENS. Více info na: www.thermal-sens.cz

STOP PADÁNÍ VLASŮ

THERMAL
minerální kosmetika

- při nadměrném vypadávání a lámání vlasů
- při tvorbě koutů a pleše
- při opakované tvorbě lupů

Jedna kúra se skládá
ze 2 ks krému THERMAL (1 ks 330 Kč)
a šamponu THERMAL (330 Kč)
Jedna kompletní kúra za 990 Kč

U těžších stavů se doporučuje absolvovat za sebou dvě tyto kúry. Přípravky si můžete přímo zakoupit nebo objednat na dobírku, s přesným návodem.

SENS, 697 01 Kyjov
Komenského 606, Tel.: 518 615 091

Zprávy krátce

Brankář Vokoun ukončil kariéru



Hokejový brankář Tomáš Vokoun (viz foto) se v NHL nedočkal žádné zajímavé nabídky a v osmatřiceti letech se rozhodl ukončit kariéru.

Hamilton se stal sportovcem roku

Pilot formule 1 Lewis Hamilton se stal po zisku druhého titulu mistra světa britskou sportovní osobností roku podle BBC. Devětadvacetiletý jezdec stáje Mercedes vyhrál prestižní anketu překvapivě před favorizovaným golfistou Rorym McIlroyem. Třetí skončila vytrvalkyně Jo Paveyová. **ČTK**

Chelsea má znovu Paříž, Barcelona Manchester

Fotbalisté Chelsea v osmifinále Ligy mistrů narazí na toho nejtěžšího a nejmín příjemného soka, jakého mohli dostat. Bude jím tým Paris St. Germain.

Podobně dopadla Barcelona, která hraje s Manchesterem City. Rozhodl o tom včerejší los v Nyonu.

Obháje trofeje Real Madrid naopak dostal jednoho z papírově nejslabších účastníků, kterým je jistě Schalke. „To je los, těším se na kamaráda z reprezentace Benedikta Höwedes“, napsal německý záložník Toni Kroos z Realu.

Vyplnilo se přání českému brankáři Tomáši Vaclíkovi z Basileje, který si přál přijatelného protivníka, aby měl švýcarský klub reálnou naději na postup. „Chtěl bych si zkusit, jestli se to dá v Lize mistrů protlačit ještě dál než



Guardiolův Bayern bude hrát s Šachtarem ve Lvově. **ČTK**

do osmifinále,“ svěřil se Vaclík minulý týden po postupu přes Liverpool. Zachytá si proti Portu. S Vaclíkem působí v Basileji i stoper Marek Suchý. Český gólman Petr Čech si může zopakovat soubor s Paris St. Germain, tedy pokud mu trenér José Mourinho dá důvěru.

Na jaře 2014 Chelsea hrála s Paříží o postup do semifinále, v úvodním čtvrtfinále v Paříži podlehla 1:3. V odvetě musela vyhrát o dva góly, v poločase vedla díky Schürlemu, ale druhý gól ne a ne vstřelit. Povedlo se to až tři minuty před koncem střídajícímu Dembovi Ba. Nyní se

Osmifinále Ligy mistrů

První zápasy: 17., 18., 24. a 25. února, odvety: 10., 11., 17. a 18. března 2015

- Paris St. Germain – Chelsea
- Manchester City – Barcelona
- Leverkusen – Atlético Madrid
- Juventus Turín – Borussia Dortmund
- Schalke – Real Madrid
- Šachtar Doněck – Bayern Mnichov
- Arsenal – Monaco
- Basilej – Porto

oba kluby potkají už o kolo dříve.

Barcelona, která svou skupinu vyhrála právě před pařížským klubem, jde na stejného soupeře jako v posledním osmifinále. Na přelomu letošního února a března nad Manchesterem City vyhrála oba zápasy. **IDNES.cz**



Trefa Hudlera Calgary nepomohla

Hokejový útočník Jiří Hudler vstřelil v nedělním utkání NHL jediný gól týmu Calgary, který prohrál v Chicagu 1:2. Olomoucký rodák, jenž je s dvanácti střelami společně s Radimem Vrbatou nejlepším českým střelcem soutěže, otevřel v prostřední části skóre z rychlého brejku. Jenže domácí brzy srovnali krok brankou Patricka Sharpa a o páté porážce Flames v řadě rozhodl v čase 52:57 Brandon Saad. Calgary je tak po dvaatřiceti zápasech Pacifické divize na nelichotivém čtvrtém místě. **ČTK**

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, palác koruna, Praha 1, po-pá 8.30-17.00 hod. Tel: 225 065 177, 178, fax: 225 066 653

Byty - poptávka

• Obecní byty v Brně hledáme, vše vyřídíme. Máme zájem o jakékoliv typy bytů v Brně. Prosím, nabídněte. T: 774 242 222.

Práce - nabídka

BEZPEČNOSTNÍ AGENTURA ADAM SECURITY

Přijme ihned **MUŽE a ŽENY** na pozici: **STRÁŽNÝ/Á**
 • Praha • Mladá Boleslav
 • Pardubice • Písek
výhodné platové podmínky
 Fyzicky náročné - nevhodné pro důchodce.
800 600 333
www.adamsecurity.cz

Služby - nabídka

VÝKUP ZLATA!

za nejlepší cenu hotově
 nejvýhodnější půjčky na zlato
www.avario.cz
 Soukenická 8, Praha 1
737 858 585



Intimní - nabídka

E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, tech. zajišťuje Materna, jen pro starší 18let, 1smu/SOK vč DPH, 1min/SOK vč DPH, www.ema.cz, www.platmobilem.cz

• **NYMFOMANKA!!!** Splním každé tvé přání! Zavolej mi **724 830 977**

• **MILENKA NA MÍRU!** Vyber si ženskou dle svých požadavků. Máme 1000 kontaktů! Stačí poslat SMS ve tvaru 37LVT a text na 909 15 45

• **Moje myška je nenasytná a sama na ní nestačí.** Najdu dobrovolníka, který si rád hraje? Ivcá 22. T.: 909 80 50 40 nebo piš SMS na 909 15 50 s kódem 11MSZ a tvůj text!

• **Vysoce postavená úřednice hledá útěchu v těžkém životě** plném práce. Požadavky: SEX, časová flexibilita! Kontakt: 909 90 99 25 kód LUS14



• **Byla jsem nucena nastoupit do invalidního důchodu.** Jsem z toho zoufalá, jelikož nedokážu jen sedět na zadku se založenými rukama. Máš nápady co s volným časem? Kateřina 48. T.: 909 801 801 nebo piš SMS na 909 15 40 s kódem 36DTB a tvůj text!

LEVNÉ KNIHY[®]

www.levneknihy.cz

DIÁŘ 2015 + POZNÁMKOVÝ BLOK



Brno Masarykova 37 / Brno OC Futurum, Vídeňská 132 / Brno Dornych 4 / Brno OD Avion, Skandinávská 2, Horní Heršpice / Brno Cimburkova 4, Královo Pole
České Budějovice Lannova třída 11 / České Budějovice Nádražní 1759, Mercury centrum / Děčín 4 Prokopa Holého 15 / Hradec Králové Bařkovo náměstí 522
Hradec Králové S.K.Neumanna 17 / Hradec Králové Tesco, Rašínova tř.1669 / Cheb Dragounská 2274 / Chomutov Obchodní zóna 260
Jablonec nad Nisou Podhorská 4963 / Jihlava Benešova 2 / Karlovy Vary Třída T.G.M. 10 / Karlovy Vary Globus, Obchodní 30 / Kolín Kaufland, Benešova 1000
Kladno NC Oaza Kladno, Arménská ul. / Liberec OC Nisa, České mládeže 456 / Liberec Pražská 155 / Mladá Boleslav V. Klementa 1459 / Olomouc Legionářská 7
Ostrava 28. října 12 (Sýkorák) / Ostrava Futurum, Varenská 50 / Pardubice Třída 17. listopadu 233 / Plzeň B. Smetany 1 / Plzeň Plaza, Radčická 2
Plzeň NC Area Bory, Sukova 23 / Tábor Tř. 9. května 678 / Teplice Školní 2 / Ústí nad Labem Revoluční 8 / Zlín Tyršovo nábřeží 5496, Čepkov