

# KŘÍDLA PRO COLDPLAY. DOKUMENT V ČERVNU

MÍLA FÜRSTOVÁ MLUVILA O FILMU I NEVŠEDNÍ TECHNICE LEPTU STRANY 12 A 13



# metro



Středa, 17. dubna 2019

Č. 76, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Rudolf

[mojemetro](https://www.instagram.com/mojemetro) | [denikmetro](https://www.facebook.com/denikmetro)

# Nebe nad Evropou má dostat nová pravidla

**Drony.** Zájem o ně stoupá, chybí ale jednotná evropská regulace provozu. **Budoucnost.** Vzduchem může cestovat krev, drony ochrání zvěř při žních. **Pražské letiště.** Chce si lépe chránit vzdušný prostor STRANA 2

## Katedrála zachráněna

Požár v pařížské katedrále Notre Dame se včera dopoledne podařilo zcela uhasit. Z hořícího chrámu se stihla vynést větší část cenných uměleckých a liturgických předmětů. V bezpečí je například trnová koruna nebo roucho svatého Ludvíka. Zachráněné předměty se shromažďují na půdě pařížské radnice. Katedrálu Notre Dame společně znovu vybudujeme, uvedl na místě nešťastí francouzský prezident Emmanuel Macron. Už teď se hlásí dárci z celého světa. Více čtete na straně 10. AP



INZERCE

**OTEVŘE VÁM SPORTKA  
SVOJE POKLADY NA VELKÝ PÁTEK?  
ZKUSTE ŠTĚSTÍ V MIMOŘÁDNÉM LOSOVÁNÍ 19. 4.**

**SPORTKA  
SAZKA**

Ministerstvo financí varuje: Účastí na hazardní hře může vzniknout závislost! 18+



INZERCE

Renta z nemovitosti  
od FINEMO.CZ

PRO DŮCHOD  
BEZ STAROSTI

telefon:  
233 321 850



www.rentaznemovitosti.cz

#### Problém na letištích

Drony mohou pomáhat i vytvářet rizikové situace. Například na letištích. To pražské bude instalovat nové technologie, které drony zachytí.

- V posledních osmi letech letiště zaznamenalo několik případů nepovoleného letu dronu ve své blízkosti.
- Drony omezují provoz i na mezinárodních letištích. Stroje vletěly například na letiště v Londýně či New Yorku.

# Cestování vzduchem je blíž. EU chystá pravidla

**Užití dronů je na vzestupu, nová legislativa přinese další možnosti.**

Zájem o drony mezi profesionálními uživateli dle Aliance pro bezpilotní letecký průmysl prudce stoupá. Drony se stále využívají především pro pořízování leteckých záběrů, možnosti jejich komerčního využití se ale stále rozšiřují.

Letos v létě mají být schválena jednotná pravidla pro provoz dronů napříč Evropskou unií. Mimo jiné určí povinnou registraci všech provozovatelů dronů s dopadovou energií větší než 80 J, která je schopna vážně zranit člověka. Pravidla by už naplno ve všech státech měla platit nejpozději v roce 2021. Zavedení správy provozu umožňující žádost o let v reálném čase

Toto už není sci-fi

## 2023

Největší světovní výrobci již připravují několik typů dronů pro osobní přepravu. Několik z nich, například Airbus a Boeing, má za sebou testovací lety bez posádky. Čínský EHang provedl první lety s lidskou posádkou. Uber plánuje přepravovat osoby pomocí dronů v roce 2023.

a bez papírování zvýší bezpečnost provozu a umožní další rozvoj. „Budeme je moci využít pro efektivní inspekce velkých oblastí nebo pro převoz zásilek v určitých koridorech. Ve Švýcarsku již na několika místech probíhá převoz krevních vzorků,“ říká Jakub Karas z firmy UpVision a viceprezident Aliance pro bezpilotní letecký průmysl.

Pro zábavu

## 100

V České republice je v současnosti na Úřadu pro civilní letectví registrováno více než 800 dronů k profesionálnímu využití. Dle Aliance pro bezpilotní letecký průmysl je v Česku odhadem využíváno více než 100 000 dronů pro rekreační účely, které prozatím nepodléhají registraci.

Pomocí dronů lze získat letecké ortofotomapy s obrazovým rozlišením a detailem, kterého dříve nebylo možné dosáhnout. Tento typ mapování je vhodný pro kontrolu různých oblastí nebo areálů, pro tvorbu podrobných digitálních map a 3D modelů. Drony také usnadňují práci geologům, stavbařům, archeologům, ale i těžbařům při

mapování v důlních oblastech. V zemědělství dokážou identifikovat zvěř při sklizni nebo rozsah kůrovcové kalamity. Široké uplatnění nacházejí také v údržbě objektů. Společnost M2C dokáže díky využití termosnímků zjistit poškození pláště budovy a s tím související úniky tepla nebo díky prozkoumání poškozené střechy najít místo, kde zatéká.

„Včasnou identifikací je možné zabránit rozsáhlejší škodám a uspořit náklady na energie a následné opravy,“ uvádí mluvčí M2C Tereza Rýparová. „U ocelových konstrukcí lze sledovat vývoj jejich opotřebení a poškození, naplánovat opravy nebo zabránit havárii. Speciální činností je mapování podzemních produktodů, identifikace poškození, rozsahu úniků a přesné určení místa v případě nutnosti opravy,“ dodává Rýparová. **MET a ČTK**

INZERCE



## REGENERACE TĚLA I DUCHA V JIZERSKÝCH HORÁCH

VYUŽIJTE 20% SLEVOU NA VYBRANÉ LÁZEŇSKÉ POBYTY!

LÁZNĚ LIBVERDA jsou malebné lázně ležící v podhůří Jizerských hor, 25 km od Liberce. Léčí pohybový aparát, kardiovaskulární a onkologické onemocnění, diabetes a nemoci neurologické. Nabízí celou řadu krátkodobých i dlouhodobých léčebných a wellness pobytů nebo si můžete zakoupit pouze některou ze široké nabídky atraktivních procedur.

#### KOMPLEXNÍ LÁZEŇSKÁ KÚRA

8 dní/7 nocí • osoba/pobyt  
od 11.130 Kč – 8.904 Kč\*

Léčebný pobyt s plnou penzí, vstupní lékařská prohlídka, 21 léčebných procedur, volný vstup do fitness

#### LÁZNĚ NA ZKOUŠKU

6 dní/5 nocí • osoba/pobyt  
od 7.000 Kč – 5.600 Kč\*

Léčebný pobyt s plnou penzí, vstupní lékařská prohlídka, 5 léčebných procedur, volný vstup do fitness

#### SINGL POBYT

5 dní/4 nocí • osoba/pobyt  
od 9.570 Kč – 7.656 Kč\*

Wellness pobyt s polopenzí, 6 procedur – 1×30 min. částečná masáž, 1×30 min. masáž mušlemi, 1×uhličitá koupel, 1×přísadová koupel dle vlastního výběru, 1×parafínová lázeň rukou, 1×oxygenoterapie, volný vstup do fitness

#### WELLNESS & RELAX

4 dny/3 nocí • osoba/pobyt  
od 4.340 Kč – 3.472 Kč\*

Wellness pobyt s polopenzí, 3 procedury – 1×30 min. částečná masáž, 1×uhličitá koupel, 1×oxygenoterapie, volný vstup do fitness

SPA RESORT LIBVERDA  
LÁZNĚ LIBVERDA 82, 463 62

TEL: +420 482 368 100-102  
E-MAIL: INFO@LAZNE-LIBVERDA.CZ

WWW.LAZNE-LIBVERDA.CZ

\*PLATNOST DO 31.5.2019. Kompletní nabídku speciálních pobytových balíčků naleznete na: www.lazne-libverda.cz.  
Domácí mazlíčci jsou v našem resortu vítáni.



## Dva metry dlouhá tužka

Neobyčejné kouzlo obyčejné tužky představuje návštěvníkům nová stálá expozice v galerii Sladovna v Žatci. Do vitrín, na starou školní lavici či k truhlářskému ponku umístil část své rozsáhlé sbírky Emanuel Petráň. Návštěvníci z výstavy odejdou nejen obohaceni o nové informace k historii písátek, ale také o vlastnoručně vyrobenou tužku. V současnosti má sběratel podle přesné vedené ruční evidence 7585 tužek. 2x ČTK



### Krátce

#### Chtěl ukrást bagety, vytáhl sekeru

Dvacetiletý mladík chtěl v obchodě v Táboře ukrást dvě bagety za necelých sto korun. Když ho zadržela ostraha, vytáhl na ni sekeru. Použit ji ale nestihl, protože ho rychle zpacifikovali. Nyní mu hrozí až dvouleté vězení.

#### Na severu Moravy začali hubit potkany

Do ulic v Moravskoslezském kraji vyrazili deratizátoři a zahájili jarní vlnu boje proti hlodavcům. Populaci potkanů se totiž stále nedaří odstranit či dlouhodobě výrazně snížit. Mnozí se, protože mají ve stokách i mimo ně dost potravy. Lidé totiž vyhazují potraviny do toalety. IDNES.cz

INZERCE

## VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

Značka



Vytváří maximální zhuštění a objem, díky kterému získáte dechberoucí pohled. Speciální kartáček zabrání slepení řas.



trend IT UP  
řasenka N°1  
1 ks

79<sup>90</sup>  
Kč

www.dm.cz  
Můj online shop.



### Krátce

#### Padesát let od svržení Dubčeka

Poslední zbytky nadějí, že se v tehdejší Československu podaří i po invazi vojsk Varšavské smlouvy udržet některé reformní myšlenky pražského jara 1968, pohřbilo 17. dubna 1969 zasedání ústředního výboru Komunistické strany Československa (ÚV KSČ). Výměna Alexandra Dubčeka za Gustáva Husáka v čele strany znamenal nástup dlouhé normalizace.

#### Dal pěstí tramvajačce

Ostravská policie podezírá 43letého muže z napadení řidičky tramvaje. Muž chtěl podle policie minulý týden cestovat na černo. Řidička jej vykázala z vozu. Muž na ni plivl a udeřil ji do obličeje. Útočníka zpacifikovali cestující. ČTK

# Vzniká nová kniha mapující cestu Zikmunda a Hanzelky do Japonska

**Bohužel chybí rozhlasové záznamy. Byly smazány.**

Fotograf a publicista Zdeněk Thoma připravuje knihu, která zmapuje cestu známé cestovatelské dvojice Jiřího Hanzelky a Miroslava Zikmunda v roce 1963 do Japonska. Po-

známky cestovatelů z této výpravy nebyly nikdy zpracovány do knižní podoby. „Věděl jsem, že tam strávili sedm a půl měsíce, vždy mě přitahovalo, co tam asi viděli a zažili,“ řekl novinářům ve Zlíně Thoma, který přijel na zlínský cestovatelský festival Neznámá země. Thoma podle svých slov mluvil se Zikmundem a žádal ho, aby cestu do Japonska zpracoval. „Řekl mi, ať to udělám

sám,“ uvedl Thoma, který má k dispozici archiv z cesty. Dokumenty podle něj zabraly čtyři velké vozíky.

„Jsem teprve na začátku, je to běh na dlouhou trať. Archiv je veliký, bude to chít celý letošní rok, abych se tím probral. Pořád jsem nenarazil na nějakou ‚zlatou žílu‘, na zážitky, které jsou kořením každé knihy,“ uvedl Thoma, který zatím pročetl napří-

klad korespondenci mezi cestovateli a Krátkým filmem. Thoma má k dispozici také Zvláštní zprávu číslo 3 o poměrech v Japonsku i natočené dokumentární filmy, rozhlasové reportáže byly bohužel smazány.

„Podle filmů cestovatele zajímaly například sopky, zeměměřeni, trošku je šokovala výstavba ve městech, kdy se dělají visuté dálnice upro-

střed města vedle obytných domů,“ uvedl Thoma, který byl v Japonsku jedenáctkrát. V roce 2017 dostal Řád vycházejícího slunce za dlouholetou propagaci japonské kultury, zabývá se zejména japonskými zahradami nebo čajovou kulturou. Do knihy chce včlenit také vlastní pohled na Japonsko, například velký ekonomický rozvoj na začátku 60. let minulého století. ČTK

# Díky stáži v EP to bylo snazší

Deník Metro oslovil před nastávajícími květnovými eurovolbami sedm europoslanců a europoslanců, kteří reprezentují sedm politických stran a hnutí – dvě ženy a pět mužů. Každý z nich dostal jedenáct stejných otázek. Dnes odpovídá Tomáš Zdechovský za KDU-ČSL.

## Co jste našel v kanceláři po svém předchůdci?

Dostal jsem kancelář po španělském poslanci, asi nebyl moc pořádný. Pod postelí byl obrázek Che Guevary a dámské prádlo. Asi na konci měli nějakou velkou party.

## Jak dlouho jste se učil cestu do své kanceláře a po budovách Evropského parlamentu?

V Bruselu jsem byl už na stáži, takže kancelář jsem našel rychle. Zorientovat se ale ve všech chodbách, garážích, obchodech, kantýnách nebo jednacích místnostech mi trvalo zhruba půl roku.

## Pomáhali vám „mazáci“ v prvních dnech a týdnech

## v EP? Nebo jste se musel prokousat vším sám?

Musel jsem se prokousávat sám, spousta zkušeností je nepřenositelných, mění se asistenti i pracovníci výborů. Pár rad jsem dostal třeba od Zuzany Roithové, přesto to byla dost metoda pokus omyl a bylo dobře, že jsem tam dřív byl aspoň jako stážista.

## Co děláte, když se v Bruselu nudíte? Třeba při jednání pléna.

Tak zrovna já prací i odpočívám a něco jako nudu moc neznám, protože na e-maily odpovídám i třeba jen při čekání na zelenou nebo cestě výtahem. Na otázky Metra odepisuji během jednání, protože někteří kolegové se předvádějí a já to plácání nesnáším.

## Největší trapas?

Nejlepší trapasy zažívám se svým jménem, které kolegové neumí vyslovit. Italská kolegyně Mussoliniová si třeba jednou při tiskové konferenci chtěla postěžovat, že jsem v EP vedl vzpouru proti kvótám – vyjmenovala všech

ny možné osobnosti od Čajkovského po Chopina. Vlastní trapas jsem zažil jednou při obědě, když jsem svou nepozorností začal jíst jídlo kolegy. Jeho výraz byl nezapomenutelný.

## Kdo a za co vám nejvíc vynadal (a nadává)?

Na sítích i na e-mailu mám živo, protože jsem aktivní a jako konzervativní politik pro mnoho lidí asi zřejmě kontroverzní. Osobně už si troufne jen málokdo, kromě mých spolupracovníků, ti mě občas fakt nešetří a jsem za to i rád. Tedy jen občas.

## Jak snášíte odloučení od rodiny a domova?

Nepříliš dobře. Při zvolení jsem ale lidem slíbil své maximum nasazení a to, že politiku budu dělat jako službu. A rodina to chápe a podporuje mě. Bez nich bych to nezvládl. Nicméně přiznávám, že se vidáme méně, než bych chtěl.

## Co je ve vašem bruselském šatníku? Zvednete



Tomáš Zdechovský

ARCHIV

## EUROVOLBY 2019

## někdy obočí údivem nad oblečením jiných členů Evropského parlamentu?

U mě je to jednoduché, je tam pár sak a ještě sportovní oblečení, když mám čas na běh nebo ranní squash s asistenty. A koutky mi cukají, když náhodou vidím některé kolegy v saku, ve kterém se před třiceti lety ženili.

## Váš největší úspěch?

Bylo jich hodně. Měl jsem neskutečných 88 zpráv a podal jsem přes 1800 pozměňovacích návrhů, z nichž většina prošla. Ale největší radost

mám z propašování matky s dcerou ze Švýcarska do Čech, záchrany dítěte Češe z Pelhřimova ve Velké Británii nebo vyjednání propuštění novináře Radana Šprongla z Thajska, kde mu hrozilo až pět let vězení.

## Šli by čeští europoslanci společně na pivo?

Všech 21 zřejmě ne, nenašli bychom volný termín. Obecně ale máme všichni velmi korektní vztah a umím si to představit. S mnohými jsem na pivo byl opakovaně a jsme přátelé. Když chcete hájit české zájmy, musíte najít spojence prvně mezi našimi europoslanci.

## Kdybyste musel mít na svém autě SPZ na přání, co byste si na ni nechal vepsat?

Určitě bych si tam nechal napsat TATA podle počátečních písmen ze jmen svých čtyř dětí – Tobiáš, Anežka, Tomáš a Antonie. Děti mi totiž připomínají, že role táty je to nejkrásnější, co jsem v životě mohl dostat. PAVEL HRABICA

INZERCE

## Hello Velikonoce!

Vyšviháme vaše úspory k dokonalosti.

S naším spořicí nebo běžným účtem si vaše finance vykoledují jedno z nejlepších zhodnocení na trhu, zdarma a bez zbytečných podmínek. A to nejen o Velikonocích.

### Hello spořicí účet

1,5 % ročně pro částky do 300 tis. Kč

### Hello běžný účet

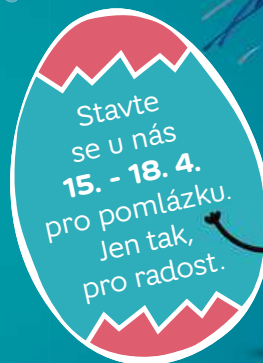
0,6 % ročně pro částky do 100 tis. Kč

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

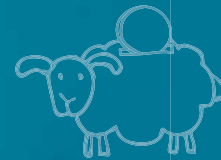
Hello bank! je obchodní značkou banky BNP Paribas Personal Finance

1,5%

0,6%



Stavte se u nás 15. - 18. 4. pro pomlázku. Jen tak, pro radost.



Hello bank!

by Cetelem

Navštivte nás v Ostravě

Pobočka Nová Karolina Park, Ostrava

Pondělí, středa 9:00 – 20:00  
Úterý, čtvrtek, pátek 9:00 – 18:00

Kontaktní místo OC Forum Nová Karolina

Denně 9:00 – 21:00

Slevy **PŘEJÍ**  
připraveným

**-27%**

**Fernet Stock**  
**Originál, Honey,**  
**Citrus**

0,5 l, více druhů  
dříve 179,90



**129<sup>90</sup>**

1 l = 259,80 Kč

**BILLA**

*Billa je levná*

Nabídka platí od středy 17. 4. do úterý 23. 4. 2019

# Proti zjednodušenému psaní brojí spíše rodiče než učitelé

**Staré psací písmo už neodpovídá 21. století. Před devíti lety se začalo zkoušet nově.**

„Nemůžete dělat standard podle těch nejméně šikovných,“ myslí si brněnská kaligrafka Nikola Klanicová, když se jí zeptáte na tendence ve zjednodušování psacího písma. Přirovnává to k vy-

tvoření školy, která se přizpůsobí těm nejslabším uchazečům o studium. „Velké obsahuje malé, ale malé neobsahuje velké,“ připomíná kaligrafka zenovou poučku.

Nový druh psacího písma Comenia Script vyzkoušelo v roce 2010 nejdřív kolem třiceti škol, po jeho testování ho zavedly další desítky základních škol. Ale i téměř deset let po zavedení ho pro výuku psaní využívá odhadem asi jen pět procent školských zařízení. V českém

školství se tak paradoxně, poprvé v dějinách, používají dva typy psacího písma. Původní spojité, kterým píše většina populace, a nová Comenia, která se blíží písmu tiskacímu. „Rozhodnutí o používání konkrétního typu je v kompetenci konkrétní školy,“ uvedl pro deník Metro tiskový odbor ministerstva školství. „Seznam škol, které v současnosti používají nevázané písmo, ministerstvo neeviduje,“ stojí ve vyjádření tiskového oddělení.

Písmo, které vytvořila kaligrafka Radana Lencová, přijali pedagogové rozdílně. Někteří ho odmítali, jiní v něm viděli cestu, jak se naučí čitelně psát i děti, které mají s koordinací problémy, především stále přibývající dysgrafici. Učitelé si ho tam, kde se ověřovalo, často chválili. „Písmo se nám líbilo a žáci jím psali velmi úhledně,“ vzpomíná na testovací období v třídě z října před lety Pavlína Langerová, ředitelka Základní školy Proboštov na Teplicku. I přes pozitivní zkušenosti se Comenia Script nestal součástí jejich výuky. „Stáli za tím rodiče ostatních prvňáčků, chtěli, aby děti psaly tradičním písmem. Někteří dokonce sdě-

lovali, že své dítě přihlásí do školy, kde se učí tradiční písmo,“ doplňuje ředitelka probošovské školy, proč se zjednodušený typ písma u nich neuchytil.

„Comenia Script nepoužíváme, vázané písmo je podle našeho názoru lepší, lépe napomáhá i počátečnímu čtení, tedy spojování písmen do slabik a slov,“ vysvětluje Hana Sviderská, učitelka první třídy v Základní škole Heyrovského v Brně. Nové písmo má podle zastánců odstranit například stres dětí z „krasopisu“, když je za ně učitelé známkují. Zastánci Comenie tvrdí, že děti si nakonec písmo stejně samy zjednoduší. Proto je lepší, když se zjednodušenou podobu učí rovnou od začátku. Písmo nemá složitá napojení, některá písmena jsou ve více variantách. Dítě si může zvolit tu, která mu vyhovuje.

Podle poznatků Radky Wildové, prorektorky Univerzity Karlovy, děti, které píšou tímto novým písmem, čtou lépe než děti, které užívají klasické písmo.



**Citát**

**Miliardy variací různých písem nepřinesly nic nového. Vývoj byl ukončen v renesanci.**

NIKOLA KLANICOVÁ, KALIGRAFKA



**PAVEL HRABICA**

pavel.hrabica@metro.cz

## Vyhovuje dysgrafikům

Nový typ písma Comenia Script výtvarnice Radana Lencové si vyzkoušely české školy poprvé před devíti lety.

- Písmo je založené na takzvaném italic handwriting, tedy na nespojitém písmu bez klíček.

- Lencová získala za sadu didaktických pomůcek Comenia Script cenu v soutěži Nejkrásnější kniha roku 2008. S kolegy typografy dostali i evropské ocenění ED Award.

## Trojí změna

# 1932

V tomto roce bylo v českých školách oficiálně zrušeno kaligrafické (krasopisné) psaní.

# 1958

Před 61 lety vyšla Metodika psaní od pedagoga Václava Pence. Ten dosavadní písmo zúžil. Další revizi v 20. století bylo v 80. letech přiblížení velkých M, N a A malým písmenům.

INZERCE

**SOUTĚŽ** PRO ČTENÁŘE DENÍKU METRO

**VYHRAJTE**

S NÁMI DVĚ VSTUPENKY NA **PADDOCK LIGU!**

**SOUTĚŽNÍ OTÁZKA**

Ve kterém týmu Paddock ligy hrál v roce 2017 quarterback Vysočiny Gladiators, Reginald Langford?

a) Prague Lions b) Pardubice Stallions c) Brno Sígrs



### Instrukce k soutěži:

Své odpovědi zasílejte do dnešní půlnoci na adresu vyhraj@metro.cz ve tvaru Jméno, PŘÍJMĚNÍ, ADRESA, TELEFON, SPRÁVNÁ ODPOVĚĎ (A, B, nebo C), do předmětu e-mailu uveďte GLADIATORS.

Jeden výherce se správnou odpovědí získává dvě vstupenky na Paddock ligu.

Výherci budou kontaktováni e-mailem do 3 pracovních dnů. Více informací o pravidlech soutěže a vyzvednutí cen najdete na [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

**metro**

MOJE MĚSTO, MOJE METRO



## Chodila kolem před 800 lety sv. Zdislava?

Nezvyklý exponát se chystají vytvořit archeologové díky nálezům v Jablonném v Podještědí na Liberecku. Udělají ho z části střechy středověké polozemnice, do země zahlabeného domu. Dvě polozemnice archeologové objevili na rohu náměstí a v ulici Zdislavy z Lemberka. Jde o nejstarší nalezené stavby města, kolem kterých před téměř 800 lety možná chodila i svatá Zdislava.

2x ČTK

# Češi na chalupách. Pozor na oheň

Národ chatařů a chalupářů se tento víkend přesune na svá letní sídla. Ne vždy to může být návrat radostný. Vylámané dveře, chalupa vykradená... Myší hnízdo v kredenci, sežrané potraviny, páchnoucí kuní trus v posteli. Svoje také udělá přírodní živel – zvláště nedávný silný vítr. Češi by proto už teď měli myslet na to, co udělat před další zimou lépe. Pojistit se. Některé pojišťovny dokonce nově nabízejí pojistky zahrnující například i služby deratizace a dezinfekce. Je potřeba vsadit na dobré pojištění. Je však rozdíl mezi pojištěním domu a pojištěním domácnosti. Pojištění domu se vztahuje například na okna, dveře, podlahy nebo střechu a další místa, která jsou k domu napevno připojena. Například pojišťovna UNIQA nabízí i pojištění plotu proti poškození zvířeti, pojištění garáže či bazénu, zahrady i skleníku. Ta si můžete sjednat na základě svých individuálních potřeb. Naproti tomu pojištění domácnosti se sjednává ideálně pro veškeré vybavení. Pojištění se vztahuje na již zmíněnou garáž, dílnu, bazén, skleník nebo zahradu. V rámci tohoto pojištění nabízí například pojišťovna UNIQA pojistné plnění i pro věci uložené na balkóně. „Lepší krytí nyní platí i pro kola a kočárky uložené ve sklepě nebo ve společných prostorách domu,“ říká Eva Svobodová, mluvčí pojišťovny UNIQA.

Odborníci ale varují, že návratem na chalupy a chaty riziko nekončí. Naopak! Lidé začnou pálit staré listí a vzniká tak nebezpečí požárů. „Problémem je vypalování suché trávy, které je zákonem zakázáno. Řada pálení se bohužel vymkla a vyžádala si zásahy hasičů,“ udává Pavlína Bílková, mluvčí českých hasičů.

Zatímco v zimě hrozily časté škody na vodovodech v důsledku prudkého poklesu teploty pod bod mrazu, na jaře se zvyšuje právě riziko požárů. Ty jsou nejčastější pro první jarní týdny, kdy je vymrzlá tráva suchá a oheň se snadno šíří. „Zvláště v kombinaci se slunečným počasím, kdy se

ohřeje okolní vzduch, a silným větrem je riziko vznícení trávy velmi vysoké,“ doplňuje Bílková.

Podle Svobodové je dobré pojistnou smlouvu aktualizovat nejméně jednou za čtyři

roky a vždy při zásadnějším zásahu do stavby, například v případě rekonstrukce. I vybavení chaty či chalupy má jinou hodnotu v době, kdy si ji koupíte a zařídíte, a po několika letech. Do aktualizace po-

jistné smlouvy je proto dobré zapracovat i navýšení nebo pokles ceny vašeho vybavení. V souvislosti s navýšením pojistné částky je nutné počítat také s odpovídajícím zabezpečením. Chatu či chalupu si mů-

žete pojistit i proti nepříznivému počasí v podobě silného větru, krupobití, bouřek či silných přívalových dešťů. Základní nebezpečí, jako je požár či úder blesku, bývají zahrnutá v pojištění automaticky. **MET**

INZERCE

## AKČNÍ CENY, KTERÉ STOJÍ ZA TO



14<sup>90</sup>  
21,90

-31%

Jihoceske  
trvanlivé  
mléko

• 3,5%  
• 1 l



Česká potravina

19<sup>90</sup>  
39,90

-50%

Relax džus,  
nektar a nápoj

• 1 l  
• vybrané druhy



34<sup>90</sup>  
49,90

-30%

Ananas  
sweet

• 1 ks



59<sup>90</sup>  
94,90

-36%

Granko

• instantní kakaový  
nápoj  
• 450 g  
• 100 g = 13,32 Kč



89<sup>90</sup>  
199,-

-54%

Jacobs Velvet

• instantní káva  
• 200 g  
• 100 g = 44,95 Kč



29<sup>90</sup>  
49,90

-40%

Rama

• 400 g  
• 100 g = 7,48 Kč  
• vybrané druhy

### Upozornění

### Vážení čtenáři,

kvůli zkrácené uzavěrce tohoto vydání dnes v deníku Metro nemusíte najít aktuální události z pozdějších hodin. Děkujeme za pochopení. **METRO**

Akce platí v prodejnách Albert hypermarket od 17. 4. do 23. 4. 2019 nebo do vyčerpání zásob v jednotlivých prodejnách.

Seznam všech prodejen na [www.albert.cz](http://www.albert.cz)

**albert**  
HYPERMARKET

# Pražské slumy měly i vlastní hasičské spolky a hospody

Jak žila městská chudina před sto lety a jak žije nyní, ode dneška ukazují dvě výstavy v Muzeu hlavního města Prahy. S autorkou jedné z nich, historičkou Janou Viktorínovou, jsme se vydali na virtuální výpravu po nouzových koloniích, do nichž méně majetní Pražané za první republiky utíkali kvůli bytové krizi.

**V dnešní době převládá nostalgický pohled na nouzové kolonie, na Slatiny, kde stojí jedna z posledních, se pořádá jedna exkurze za druhou. Jaký byl skutečný život v těchto chudinských čtvrtích?**

Tento poetický pohled do značné míry přizpůsobil jako Obecná škola. Ta zachycuje vzpomínky Zdeňka Svěráka, který vyrůstal v sousedství dvou velkých kolonií na Praze 10. Byly to Slatiny a kolonie Pod Bohdalcem. Život tu byl samozřejmě tvrdý, na druhou stranu tu nebydlela jen chudina, ale občas i úředníci nebo městští zřízení.

**Jak vůbec kolonie vznikaly?**

Velice živelně, nejhorší byly první dva roky. Neexistovala žádná infrastruktura, kolonie neměly ani zpevněné cesty. Pamětníci vzpomínají, že když dlouho přišlo, tak se brodili po lýtka v bahně. Nebyla tam voda ani elektřina. Třeba z vysočanské kolonie zvané Čína se chodilo pro vodu do Rokytky, z jiných zas na vršovické nádraží.

**Jak se k těmto slumům stavělo vedení města?**

Praha si byla problému s bydlením vědoma a postupně začala stavět i vlastní provizorní baráky. Město zároveň vyčleňovalo prostředky na zlepšení života v koloniích, zpočátku platilo alespoň dovoz vody v cisternách, postupně zavádělo vodu i elektřinu. Ale ne až do domů, postavilo se veřejné osvětlení a kolonisté se mohli na své náklady připojit. To mnoho z nich neudělalo a stále svítily petrolejkami.

**Kolik v miniaturních domcích žilo lidí?**

Mohlo to být pět, ale klidně i deset lidí. V době krize bylo běžné, že rodiny, které obývaly už takhle malý prostor, ještě pronajímaly místo na zemi dalším nocležníkům.



Život v osadách byl drsný. O nic lépe ale nežili ani lidé v přeplněných bytech v centru města.

MUZEUM HLAVNÍHO MĚSTA PRAHY

**Kdy kolonie vznikaly?**

Pás nouzových kolonií vznikl kolem poloviny 20. let minulého století.

**Dalo by se to označit za formu squattingu?**

Ne, domky se stavěly na pronajatých parcelách. Jednalo se jak o pozemky města, tak soukromníků. Ti rádi parcelovali pozemky, pro které neměli jiné využití. Slatiny byly na podmáčeném území, Krejčárek zase na svahu, který se špatně obdělával. Nájem ale nebyl vysoký, oproti tomu, jak se pohybovaly ceny v bytech v Praze. A navíc, ty pražské byty byly přeplněné, takže v nouzových koloniích byly v něčem podmínky příznivější než ve městě. I takhle se na to dá dívat, lidé měli svůj pozemek, kde si mohli držet i drůbež, zatímco jiní se tísnili ve sklepních bytech.

**Zmínila jste vysočanskou Čínu nebo žižkovský Krejčárek. Jak vznikaly tyto poetické názvy?**

Kolonie dlouho neměly oficiální názvy. Vy říkáte poetické, ale byly spíš pejorativ-

ní. Lidé z Číny nebyli rádi, že se jim tak říká. Většinová společnost se na kolonie dívala skrz prsty. I děti ve školách cítily, že se na ně hledí trochu jinak než na ty z ostatních čtvrtí.

**Proč ale Čína, podle chatřích?**

Zřejmě ano, mohlo to připomínat Asii. Pamětníci ale pojmenování také vysvětlují tím, že jich tam žilo tolik jako Číňanů.

**Která kolonie byla největší?**

Na Slatinách žilo jedou do-

bou podle odhadů kolem 2200 lidí.

**Měly kolonie vlastní samosprávu, starosty nebo šerify?**

Někde ty snahy byly, třeba Krejčárek měl svůj pořádkový výbor. U jiných kolonií o něčem podobném nemám povědomost.

**Co společenský život, jak se rozvíjel?**

Třeba na Slatinách bylo několik hospod, zároveň tam vznikaly obchody – smíšené zboží nebo řeznictví. Rozvíjel se i spolkový život, spolek

měli hasiči nebo baráčníci.

**Hasiči asi byli potřeba.**

Ano, samozřejmě víme o požárech s ohledem na materiál, ze kterého byly kolonie vystavěny.

**Z čeho se budovalo?**

Z různých odpadních materiálů – z prken, bedniček nebo cihel z bouraček. Většinou šlo o dřevěné stavby, měly dvě stěny, mezi něž se cpala izolace. Používaly se ale i maringotky či železniční vagony. Dráhy byly dokonce využívány, aby odprodávaly vagony nemajetným. **LIBOR HRUŠKA**

## Dýmová hora

V hlavní budově Muzea hlavního města Prahy na Florenci se lze vydat nejen do minulosti, ale i do světa dnešních bezdomovců.

• Kromě výstavy Chudá Praha, která je pohledem na chudobu ve městě v 19. a zejména v první polovině 20. století, začíná také výstava EPOS 257: Dýmová hora.

• Příběh Dýmové hory, tedy lokality v Praze na Třebešíně, zaznamenal umělec EPOS 257. Nejdříve jej fascinovala vizualita a organičnost míst na geografickém i mentálním okraji, poté se začal zajímat o to, kdo a jak je obývá. Výstupy jeho dlouhodobého výzkumu se pohybují od užití muzeální prezentace materiálních

artefaktů jinak vytěsněné reality současné chudoby až po rovinu sociálních intervencí.

• Výstava vrcholí projektem kamenného pomníku Dýmové hory, který autor spolu s Marcelem, bývalým obyvatelům tohoto místa, v podmínkách bezdomoveckého života vytvořil.



# Zatčení. Převáželi nosorožčí rohy

Jihoafrická policie zabavila zásilku stosedmašedesáti nosorožčích rohů, která pravděpodobně mířila do jihovýchodní Asie. Je to jeden z největších policejních úspěchů v boji proti pytlákům zaměřujícím se na tato zvířata. S odvoláním na prohlášení policie o tom informovala agentura Reuters.

„Hodnota dosud nebyla určena, jedná se o jedno z největších množství zabavených rohů v zemi,“ uvedl mluvčí elitní policejní jednotky Hangwani Mulaudzi, podle nějž byl zátah výsledkem sběru zpravodajských poznatků o pytlácích. Zatčení byli dva podezřelí ve věku 57 a 61 let, kteří stanuli včera před soudem. Vyšetřování případu podle mluvčího nadále probíhá.

Téměř 80 procent světové populace nosorožců žije právě v Jihoafrické republice. Tamní vláda a mezinárodní dárci v uplynulých letech poskytl peníze na podporu opatření proti pytlákům a za-

bezpečení národních parků. Podle nevládní organizace Save the Rhino – Zachraňte nosorožce – v letech 2013 až 2017 zabili pytláci kvůli drahocenným rohům každoročně na tisíc kusů těchto zvířat.

Loni se počet usmrcených nosorožců o něco snížil, i tak ale rukou pytláků zahynula v průměru dvě zvířata denně. Dva druhy těchto lichokopytníků čítají ve volné přírodě již méně než 80 kusů.

Pytláctví je hnáno silnou poptávkou po nosorožčích rožích v zemích jako je Čína a Vietnam, kde jsou používány v tradiční medicíně a považují se také za znak úspěchu a bohatství. **ČTK**

INZERCE



**PENNY VÁM PŘEJE KRÁSNÉ VELIKONOCE**

Velikonoční otevírací doba:

středa	17. 4.	}	platí běžná otevírací doba
čtvrtek	18. 4.		
pátek	19. 4.		
sobota	20. 4.		
neděle	21. 4.		
pondělí	22. 4.		

zavřeno



## Z NAŠÍ AKČNÍ NABÍDKY

ST 17. 4. – NE 21. 4. 2019



**MLÉKO TRVANLIVÉ** polotučné, 1,5% tuku 1 l

**8,90** ~~13,90~~ **35%**

24 ks o sobě



**KOSTELECKÝ UHERÁK®**  
80 g | 100 g 24,88 Kč

**JEDINEČNÁ NABÍDKA!**

**19,90**



**VEKA TUKOVÁ** krájená, balená 360 g 100 g 2,75 Kč



**9,90** ~~17,90~~ **44%**



**KUŘECÍ PRSNÍ RÍŽKY** chlazené cena za 1 kg

**114,90** ~~165,90~~ **30%**

**PIVO BUDWEISER BUDVAR** světlý ležák 0,5 l | 1 l 29,80 Kč záloha na lahev 3,- Kč



**14,90** ~~21,50~~ **30%**



**TYČINKA KAŠTANY** různé druhy 45 g 100 g 17,56 Kč

**7,90** ~~13,90~~ **43%**

**NECAFÉ GOLD BARISTA** 180 g 100 g 71,67 Kč



**129,-**



**BANÁNY** 1 kg

**23,90** ~~29,90~~ **20%**

**JÄGERMEISTER** 35% alk. 0,7 l | 1 l 357,- Kč



**249,90** ~~449,-~~ **44%**



**SÝR GORGONZOLA SAN FABIO** 200 g 100 g 21,45 Kč

**42,90** ~~49,90~~ **%**



## Hvězda švédských filmů

Ve věku 83 let zemřela švédská herečka Bibi Anderssonová (na snímku z roku 1995), která proslula díky rolím ve filmech známého švédského režiséra Ingmara Bergmana. S ním se poprvé setkala, když jí bylo 17 let, a později prožili milostný vztah. **AP**

### Krátce

## Byl nepřičetný

Muž, který během noci ze silvestra na Nový rok najížděl autem na cizině ve městech Bottrop a Essen v Německu, nebyl podle posudku během činu přičetný. Potvrdilo to státní zastupitelství v Essenu. **ČTK**

Chyby v tisku vyhrazeny. Uvedené ceny jsou v Kč. Ceny jsou bez dekorace. Mohou být použity ilustrační fotografie. Vyhrajujeme si právo změnit v balení a variantě nabízeného zboží. Pokud v důsledku nečekaně vysoké poptávky dojde k nedostatku určitého zboží, omlouváme se Vám a děkujeme za pochopení. Odběr možný jen v obvyklém množství (tj. max. 6 ks na osobu a den, trvanlivé mléko max. 24 ks na osobu a den, lahvové pivo max. 40 ks na osobu a den, není-li uvedeno jinak). \*Takto označené produkty nenáleží do stálého sortimentu, mohou být tedy dodány na příslušné prodejny v menším množství, a z toho důvodu jedinečná nabídka na toto zboží platí pouze první den uvedeného období akce. Tento dokument není nabídkou (návrhem na uzavření smlouvy) ani výzvou k podávání nabídek. Jde o dokument určený pouze k marketingovým a propagačním účelům. Vzhledem k faktu, že společnost Penny Market s.r.o. pravidelně provádí kontrolu na přítomnost zbytků používajících chemických látek při pěstování ovoce a zeleniny, sledává občanské sdružení Zdravá potravina, z. s., (Fér potravina) tyto produkty jako nezávadné. Více na www.penny.cz. Přijímáme: 

# Řím. Zátah na mafiánky

Italské bezpečnostní složky provedly velkou razii proti římskému mafiánskému klanu Casamonica, při níž bylo zatčeno třiatdvacet jeho členů a zabaveno množství majetku. S odvoláním na policejní zdroje o tom informovala agentura APA. Pokračuje tím tažení radnice italské metropole proti této zločinecké skupině.

Na akci se podílelo až sto padesát policistů. Mezi zatče-

nými je sedm žen, které po uvěznění svých manželů při obdobné razii před devíti měsíci převzaly vedení této organizace. Obvinění se podle policie týkají obchodu s drogami, lichvy a vydírání.

V listopadu loňského roku nechala římská radnice zbourat osm rodinných domů, které klan před třiceti lety postavil bez patřičného povolení.

Na akci tehdy osobně dohlížela starostka metropole Vir-

ginia Raggiová, podle níž měla být demolice vzkazem, že radnice už nebude zločineckým skupinám nezákonně jednat tolerance. Podpořit ji tehdy přijel i italský ministr vnitra Matteo Salvini, který je zároveň vicepremiérem.

Klan Casamonica je nejznámější mafiánskou skupinou v italské metropoli. Jeho členové patří k romské menšině a úzce spolupracují i se zná-

mějšími mafiánskými skupinami, jako jsou jihoitalské Camorra a 'Ndrangheta.

Zločinecká skupina na sebe strhla obrovskou negativní pozornost v srpnu roku 2015, kdy se v Římě konal pompézní pohřeb jejího někdejšího bossa Vittoria Casamoniky. Vedení policie i metropole pak musely čelit velké ostré kritice, že konání takto okázalé akce nedokázaly zabránit. **ČTK**

## Maduro. Bojí se zatknout oponenta



Venezuelská vláda vyvíjí různými způsoby tlak na opozičního vůdce Juana Guaidóa, nicméně zatknout se ho zatím neodvažuje. Prezident Nicolás Maduro (na snímku) se obává sankcí či intervence ze strany jiných zemí, zejména USA. Vláda hledá právní cesty, jak zabránit Guaidóovi v jeho politické činnosti. Šéf opozice se letos v lednu prohlásil prozatímním prezidentem země, jelikož tvrdí, že Maduro nebyl zvolen v legitimních volbách. Madurův režim ho na oplátku zbavil poslanecké imunity a práva usilovat o volení funkce na 15 let. Jeho nejbližšího politického spolupracovníka, Roberta Marreru, poslal letos v březnu do vězení za údajné členství v teroristické skupině. Ačkoliv Guaidóa nechrání poslanecká imunita, k jeho zatčení se režim zatím neuchyluje. Místo toho se snaží překazit Guaidóovi plány komplikování jeho každodenní činnosti a zastrahováním. Zatčeni byli například tři technici a řidič kamionu, které si Guaidóův tým najal. Mezi uvedenými důvody bylo překážení v provozu, rušení veřejného pořádku a spolčování se se zločinci. **ČTK**

## Mayová. Odjela z Londýna

Po mnoha měsících náročných jednání o odchodu Británie z Evropské unie si britská premiérka Theresa Mayová dopřává chvíle oddechu. Mluvčí vlády oznámil, že Mayová je na dovolené a tráví ji ve Walesu, kde se s manželem Philipem věnuje pěší turistice. Mluvčí zároveň popřel, že by předsedkyně vlády uvažovala o vypsání předčasných voleb, jak učinila v roce 2017 po velikonoční dovolené ve Walesu.

Británie se se zbylými sedmadvaceti členskými státy Evropské unie minulý týden na mimořádném summitu v Bruselu dohodla na odkladu brexitu. Původně měla země EU opustit 29. března, poté 12. dubna a nyní dostala čas do 31. října s tím, že odejít může kdykoli v této lhůtě, pokud se podaří v parlamentu schválit brexitovou dohodu. Poté co bylo jasné, že 12. dubna nenastane brexit bez dohody, přerušili poslanci Dolní sněmovny svou schůzi. Velikonoční pauza začala minulý čtvrtek a trvat bude do úterý 23. dubna. Volno mají v tomto období nejen po-



Britská premiérka Theresa Mayová

slanci, ale k odpočinku ji využila i řada ministrů včetně premiérky.

Podle mluvčího vlády Mayová na dovolenou vyrazila v neděli. Odmítla ale, že by předsedkyně vlády během svých pěších výletů uvažovala o vypsání předčasných voleb. V roce 2017 totiž Mayová oznámila, že se budou konat předčasné volby, krátce poté, co se vrátila z velikonoční dovolené ve Walesu. Tam se také věnovala pěší turistice.

Její rozhodnutí tehdy vyvolalo velké překvapení, neboť do té doby vypsání voleb vehementně odmítala.

V následném hlasování premiérčina Konzervativní strana přišla o většinu v parlamentu.

Volby v roce 2017 stály na počátku řady problémů, se kterými se v posledních měsících musela Mayová potýkat ve snaze prosadit v parlamentu brexitovou dohodu. Poslanci ji třikrát odmítli. **ČTK**



## Srdce z 3D tiskárny

Izraelští vědci z telenavské univerzity představili první srdce, které pomocí 3D tisku vytvořili z buněk a tkáně pacienta. Orgán ve velikosti králičího srdce je zatím nefunkční, jeho vytvoření bude mít ale velký význam pro léčbu srdečně-cévních chorob. **AP**

## Sbírkový na novou

Rodina Arnaultových a její koncern LVMH vyrábějící luxusní zboží věnuje na obnovu požárem poničené katedrály Notre Dame 200 milionů eur, tedy přes pět miliard korun. Už v pondělí oznámil francouzský miliardář François-Henri Pinault, šéf mezinárodní luxusní skupiny Kering, že na opravu chrámu přispěje 100 milionů eur, tedy 2,6 miliardy korun. Pomocí je podle premiéra Babiše připraveno také Česko. Ministr kultury Staněk nabídl i pomoc českých odborníků při obnově chrámu. **2x AP**



# Vědci: Obchody podporují obezitu

Obchody s módním oblečením se přizpůsobily stále výraznější části obyvatel, která potřebuje větší velikost. Tento trend s sebou ale nese riziko, že se rozšíří vážný problém se zdravím. Nadměrné velikosti jsou osvobozeny od cla, a to nejen v USA. Také v Itálii roste počet obezích, a tak lze i tam vidět obchody

s XXXL oblečením. Záměr je bohubilý, neboť podniky tak vycházejí vstříc potřebám stále větší vrstvy obyvatel.

Studie Východoanglické univerzity ovšem zdůrazňuje, že normalizace nadměrných velikostí s sebou přináší i vedlejší účinek, že lidé nebojují s kilogramy navíc, které jsou hrozbou pro zdraví. Brit-

ští vědci, kteří publikovali výsledky výzkumu na stránkách časopisu Obesity, nashromáždili údaje o téměř 24 tisících lidech s nadváhou a obezitou. Zjistili, že podíl těch, kdo podceňují vlastní tloušťku, znepokojivě narůstá. Nyní je 58 procent mužů s nadváhou přesvědčeno, že nadváhu nemají, za-

tímco v roce 1997 se tento podíl pohyboval kolem 48 procent. U žen pak podíl těch, které si reálně neuvědomují své kilogramy navíc, vzrostl ze 24 procent v roce 1997 na nynějších 31 procent. Mezi obeznými se podíl těch, kteří si myslí, že je zcela normální, co jim ukazuje váha, zvýšil ze šesti na 12 procent.

Chybné vnímání tělesné hmotnosti není problémem jen v Británii, ale i v Itálii. Podle údajů tamního ministerstva zdravotnictví se každý druhý obezný Ital považuje jen za robustního, zatímco Italky o sobě mají realističtější mínění: pouze 35 procent žen s nadváhou se považuje za plnoštíhlé. **ČTK**

## Čelí žalobě. Bývalý šéf Volkswagenu



Státní zastupitelství v německém Braunschweigu obžalovalo bývalého šéfa koncernu Volkswagen Martina Winterkorna z podvodu. Volkswagen léta u svých aut manipuloval měření emisí. Jedenasedmdesátiletý Winterkorn dosud jakoukoli zodpovědnost odmítal. Za těžký případ podvodu mu hrozí šest měsíců až deset let odnětí svobody. Spolu s ním státní zástupci obžalovali i čtyři další manažery, jejichž identitu ale zatím nezveřejnili. Všichni se podle prokuratury dopustili těžkého podvodu a také porušení zákona o nekalé soutěži. **ČTK**

INZERCE

## VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

**Odstraní i  
voděodolnou  
řasenku. Nedráždí  
oči a je vhodný  
pro nositelky  
kontaktních čoček.**



**Značka** 

**Balea**  
bezolejový  
odličovač očí  
100 ml

**29<sup>90</sup>** Kč

[www.dm.cz](http://www.dm.cz)  
Můj online shop.





## Dnes bude jasno

Izraelský prezident Reuven Rivlin zahájil konzultace se zástupci 11 politických stran, jež se dostaly ve volbách 9. dubna do parlamentu. Politika, který získá nejvíc nominací na budoucího premiéra, pak pověří sestavením vlády. Rivlin řekl, že tak učiní dnes. **AP**

# Chlapci dali jméno Gorbačov. Vyrostl a chce být poslancem

**V zemi je muž s neobvyklým jménem jedním z bezmála čtvrt milionu kandidátů.**

Indonéský Gorbačov, psáno Mikhaíl Gorbachev, je dvaatřicetiletý muž, který se v těchto dnech uchází o křeslo poslance. V zemi v jihovýchodní Asii se dnes skuteční současně prezidentské, parlamentní a místní volby. Gorbačov, odborník na životní pro-

středí, se narodil v roce 1986, kdy jeho jmenovec prováděl v Sovětském svazu reformy, známé pod výrazy perestrojka a glasnost. Ty měly systémem modernizovat, ale nakonec nedokázaly zabránit rozpadu sovětského bloku.

Mladý Indonésan vědčí za své jméno náhodě. „Rodiče si byli jisti, že budou mít holčičku, a tak podlehlí panice, když jsem se narodil. Pro kluka neměli jméno připravené,“ vysvětlil mladý muž, žijící v hlavním městě Jakarta.

Novorozenec zůstal týden bez jména. Poté rodiče inspiroval v jednom časopisu člán-

nek o Gorbačovovi. „Otec si myslel, že je to bezva jméno, protože ho měl silný vůdce v Sovětském svazu, a tak si řekl, že mě po něm pojmenuje,“ tvrdí Gorbachev. V dospívání shledal, že exotické jméno dělá problémy, a tak dával přednost přezdívkě Gorba. Když se ale přesvědčil, jak je jako ochránce přírody bezmocný, řekl si, že jeho jméno by mohlo být jeho trumfem při obraně přírody v indonéské politice. „Uvědomil jsem si, že se musím zapojit do politiky, abych viděl, jak se nápady uskuteční v praxi,“ tvrdí. **ČTK a MET**



Převážka volebních uren do odlehlé oblasti

AP

# MÁM RIZIKOVÉ POVOLÁNÍ,

Úspěšná česká umělkyně žijící v Anglii představí už v červnu v Rudolfinu dokument Křídla pro Coldplay. Míla Fürstová rozebrala v rozhovoru pro deník Metro nejen spolupráci se slavnou kapelou, ale i způsob své práce. Prozradila také, jak nabourala v Abbey Road nebo jak vnímá brexit.

**Snímek Petera Hirjaka jste promítali loni v Anglii, pak i v Praze pro zvané. Proč se zdržela premiéra?**

Pro mě je celá magie tvorby filmu nová zkušenost. Netušila jsem, jak je to náročné, až teď jsem to trochu poznala. Po pražské projekci na podzim si režisér Peter Hirjak i střihač Alois Fišárek, když to viděli na velkém plátně, všimli ještě několika detailů a film vylepšili.

**Jak dlouho celé natáčení trvalo?**

S kapelou Coldplay jsem spolupracovala zhruba dva roky a bylo to celkem tajné. Pak jsem dělala nějaký čas na svých obrazech a po vydání alba Ghost Stories v roce 2015, k němuž jsem dělala obal, jsem přivezla výstavu z té spolupráce do Prahy, do galerie Miro. Peter Hirjak se přišel podívat a zaujal ho příběh a moje práce. Přišel za mnou, jestli bychom mohli natočit asi dvacetiminutový dokument. Jakmile ale začal natáčet, objevoval další a další příběhy. Chtěl to pojmut širěji a dát filmu poetičtější ráz, kde popíše příběh, jak člověk následuje svoje sny. Ať už v případě frontmana Coldplay Chrise Martina, tak v mém. Jak jsme v paralelách postupovali a pak jsme se se-

šli. Je to také příběh o tom, kdo nám v životě dává křídla. A o odvaze mít nějaký sen.

**Co vás vedlo uspořádat premiéru v Rudolfinu?**

Já jsem celý dospělý život strávila v Británii, ale Rudolfinu se mi hrozně líbilo jako místo i budova. Z prostoru před Rudolfinem je jeden z nejhezčích pohledů na Prahu. Peter Hirjak to navrhl a mně se myšlenka hrozně líbila. Roli hraje také to, že premiéru chceme spojit s výstavou. Ta se ale zatím domlouvá. Je to prostředí pro oslavu hudby a v našem dokumentu o hudbu také hodně jde.

**Máte přichystanou i anglickou verzi pro tamní trh?**

Peter poslal dokument Coldplay a kluci říkali, že se jim moc líbil. Tak jsme si řekli, že to bude mít publikum i v Británii. Udělali jsme předpremiéru v Londýně a měla dobré ohlasy. Je zajímavé, jak se Britové smějí v jiných částech než Češi. Film je napůl v češtině i angličtině a titulky se střídají.

**Na co se tedy lidé mohou v dokumentu těšit?**

Peter Hirjak má velmi osobitý přístup k filmování. Všechny hlavní rozhovory natáčel vždycky jen on sám. Ať už se mnou, mou rodinou, nebo členy Coldplay. Myslím, že ve způsobu, jak vše podává, je cítit hluboká dávka lidskosti. To zase lidem ukáže jinou stránku Coldplay i mojí. Třeba v jakých podmínkách pracuji nebo jaký je proces mé tvorby. Používám lept, což je opravdu velmi starý druh umění.



Výtvarnice Míla Fürstová se svými pracemi

4x ARCHIV M. F.

**To mě zaujalo, jak vlastně dílo touto technikou vzniká?**

Když mám třeba vernisáž výstavy, tak není moc čas lidem ten proces objasnit. V dokumentu to bude pomalu vysvětleno a ukázáno. Proces je až alchymistický. Pracuji na zinkové destičce, kterou si nahřeji. Dám na ni takový box, který se jmenuje kryt. Pak ji sundám ze zahřívadla. Vosk zatuhne, destičku obrátím a začoudím ji svíčkou. Pak už je připravená, abych do ní jehlou kreslila. Nemusím rýpat, jde jen o to, aby jehla odkryla kryt a obnažila plech. Když je kresba hotová, tak to celé dám do kyseliny, která vyleptá tenké nakreslené linky. Vosk se smyje a destička je připravená k tisku.

**Musíte si nejdříve načrtnout, co budete kreslit do destičky?**

To by byl logický krok, ale proces je tak strašně dlouhý, že už nemám trpělivost připravovat si črty. Takže kreslím přímo do vosku a často nevím, jak se to bude vyvíjet. Průběžně hledám cestu.

**Myslel jsem, že už máte třeba aspoň něco v hlavě...**

Něco málo třeba ano. Na výstavě v Praze jsem loni měla dílo s názvem Všechny řeky, které skrze mě plynou, bylo sestaveno ze šesti panelů. Na tom jsem pracovala asi šest měsíců. Je to žena, ze které plynou stuhý, které jsou metaforicky řeky. Každá stuha nese jiný příběh. To jsem si musela rozmyslet. Ale nevěděla jsem, co ze stuh vyplyne.

**Je riziko, že se vám dílo nepovede?**

Rizik je hrozně moc. Mám velmi rizikové povolání. Na začátku z požáru, pak leptám s kyselinou a nemám žádný odsávací systém. Pak je riziko i to tvůrčí. Ale musím věřit. Každopádně, když se to vyvíjí špatným směrem, tak to poznám. Případně můžu retušovat. Když kreslím do krytu, tak můžu něco voskovkou zakryt. V momentě, kdy je to vyleptané, tak už není cesty zpět. Pracuji ale s velmi tenkými destičkami, které se dají prostříhat. Takže když mám špatný tvar, můžu ho ostříhnout.

**Mluvila jste o řekách. Vaším velkým tématem je ale voda obecně. Vybrala jste si ji záměrně?**

Voda mě strašně přitahuje. Jsem narozená v rybách, tak nevím, jestli i to může mít vliv. Co se mi na vodě líbí, že je něžná, ale zároveň má strašnou sílu. Další věc je plynutí vody. Lidský život plyne a mě zajímají lidské příběhy, a když se je snažím ztvárnit, tak je to někdy jako proud.

**Takže spolupráce s Mattoni, pro kterou jste navrhla třeba obal na lahve, pro vás asi byla vysněná?**

Jsem za ní strašně ráda. Na jednu stranu je tam voda, navíc s příběhem. Na druhou stranu jsou tam křídla, což je další moje velké téma. Takže zde se oboje pěkně spojuje.

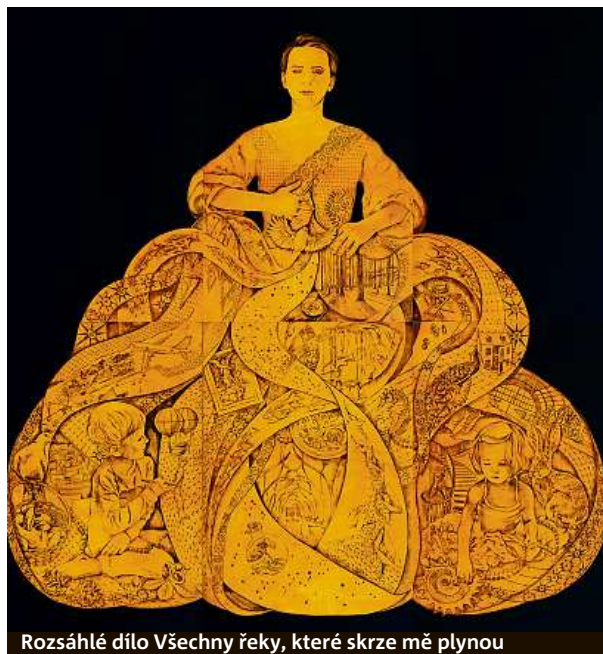
**Musím se zeptat na skupinu Coldplay. Četl jsem, že spolupráce na začátku**

**nebyla snadná. Můžete říci, v čem?**

V tom, že já zakázky neberu. Ženy umělkyně se častěji dívají samy na sebe, jdou do nitra. Já se snažím kreslit to, čemu rozumím, dívám se na vlastní život. Když dělám něco, co hluboce cítím, tak je to lepší a je to na práci poznat. A já lidi nepodvedu tím, že udělám něco, co sama necítím. Takže jsem nebrala zakázky, protože je neumím. U Coldplay jsme se to učili. Jejich umělecký producent Phil Harvey sbíral už několik let moje obrazy, takže věděl, že se hodí do alba Ghost Stories, které je velmi niterní, až intimní. Phil věděl, že je to dobrá kombinace, my jsme to ale s Chrisem nevěděli. Ze začátku nám to moc nešlo. Pak se ale jejich nahrávací studio zaplnilo mými grafikami a našli tak cestu k mému umění. Našli něco, co už existovalo. Byl to obraz Modrý sen III, což je anděl, který má křídla vypletená z lidských příběhů. Pak mi dali Coldplay všechny skladby a já jsem s nimi měla niterně žít. Úspěch alba pro mě je, že práce na něm vycházela ze mě, i když to byla jejich hudba.

**Kolikrát jste musela ty písničky slyšet?**

Hodněkrát. Poslouchala jsem je pořád dokola. Kdyby mi neseděly, tak to nemůžu udělat. Ale skladby i texty se mi hrozně líbily a rezonovaly ve mně. Potřebovala jsem zachytit ty příběhy. Když kreslíte krajinu, tak se pořád díváte střídavě na krajinu a na papír, já jsem to tak měla přes písně.



Rozsáhlé dílo Všechny řeky, které skrze mě plynou

# SMĚJE SE MÍLA FÜRSTOVÁ

## Měla jste ohlasy na svůj příspěvek na album i od běžných fanoušků?

Ano a velmi mě to překvapilo. Já jsem si do té doby neuvědomovala, jaké jsou světové hvězdy. Dodneška mě kontaktují lidé, že moje křídla se díky albu rozletěla do celého světa. Spousta lidí si v nich našla své niterní příběhy. Nebo si nechali křídla vytetovat.

## Mluvila jste s Coldplay o tom, že by mohli zase koncertovat u nás?

Bavili jsme se o tom. Oni o koncertu před dvěma lety uvažovali, ale pak z toho sešlo. Na důvod jsem se neptala. Pak hráli někde poblíž za hranicemi. Kdyby se to stalo, tak by měli velký úspěch.

## Nebála jste se potom, že si vás lidé spojí jen s jedním obalem pro jednu kapelu?

Ta spolupráce trvala docela dlouho. Když začínala, tak jsem měla pětiměsíčního chlapečka, a během ní jsem otěhotněla znovu. Když vyšlo album, tak se mi narodila holčička. Kluci z Coldplay jí říkali Album Baby. Pro mě to byla velmi intenzivní část mého života. Pak jsem ale měla díky mateřství úplně nové zážitky. Přišla spousta nabídek na obdobnou práci, ale já jsem všechny odmítla. Chtěla jsem se soustředit na svou práci. Tak jsem udělala cyklus Mateřství. A Coldplay mě naučili, že když se zakázka stane spoluprací, tak se může povést a může vás posunout dál. Takže od té doby beru třeba jednu zakázku za rok. Mě v Česku v mládí nevzali na uměleckou školu a najednou tady byly moje grafiky na milionech lahví od minerálky.

## Mezi dalšími spolupracemi byl také obal desky Double Album Mira Žbirky. Jak k tomu došlo?

Vyvíjelo se léta kamarádství od jedné výstavy v Praze. Pak jsme se viděli párkrát v Londýně. Je to strašně milý a vzdělaný člověk. V momentě, kdy mě o to požádal, tak jsem měla cyklus Mateřství a chtěla jsem pomoci kamarádovi, kterého si vážím. A nedávno dostal za desku Cenu Anděl. A ještě mám jednu příhodu. Miro často nahrával v Abbey Road. Já jsem tam jednou přijela a nabourala jsem do vrat Abbey Road. Takže na to místo nikdy nezapomenu.

## Jednou jste řikala, že byste ráda navrhla také scénu pro divadlo...

To bych ráda, myslím, že hodně mých věcí je divadel-

ních. Jsou tam průhledy do další perspektivy. Člověk se musí snažit dělat co nejlepší věci a dobré nabídky přijdou.

## Co nejaktuálnějšího jsme mohli z vaší tvorby vidět?

Nejnovejší věc byla trilogie Vodník režiséra Viktora Taushe, která běžela na České televizi. Původně jsem odmítla, ale po osobním setkání s Viktorem jsem se na to podívala.

A velmi mě to vtáhlo. Udělala jsem grafiku pro titulky, a protože se v tom příběhu jedná o vzpomínky, tak jsem navrhla, ať ji zkusí vytisknout na hedvábný papír, který nechá rozpouštět ve vodě.

## Dlouhá léta žijete ve Velké Británii. Jak vnímáte veletoce kolem brexitu?

V posledních zhruba třech měsících jsme si s dalšími ro-

diči u školy každé ráno chvíli popovídali o politice. Ale za poslední měsíc, když zazní slovo brexit, všichni omdlévají. Nikdo o tom nechce ani slyšet. Lidé jsou zoufalí a neví, na co se připravovat. Já mám i britské občanství. Můj manžel je Brit, původně architekt, nyní fotograf. A už od mládí se pohyboval v mezinárodním společenství studentů a odborníků a byl vždy pyš-

ný na to, že Anglie a Londýn jsou velmi kosmopolitní. Že tam pracují a žijí lidé z celé Evropy a díky tomu je to podle něj lepší místo. Takže on jako Brit byl pro setrvání v Evropské unii. Když došlo k volbě, tak jsem druhý den volala na ministerstvo vnitra a ptala se, jak si zařídit razítka na doklady dětí. Měly jen anglické pasy a já jsem chtěla, aby měly i české. **PAVEL URBAN**

INZERCE

## VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

Značka



*Efektivně odstraní odumřelé šupinky kůže a nečistoty pleti. Díky obsahu vilínu, meruňkového extraktu a mateří kašičky zajistí pleti hydrataci a ochranu před vysušením. Je vhodná pro smíšenou pleť.*



Balea

slupovací  
pleťová maska  
2 x 8 ml12<sup>90</sup>  
Kč

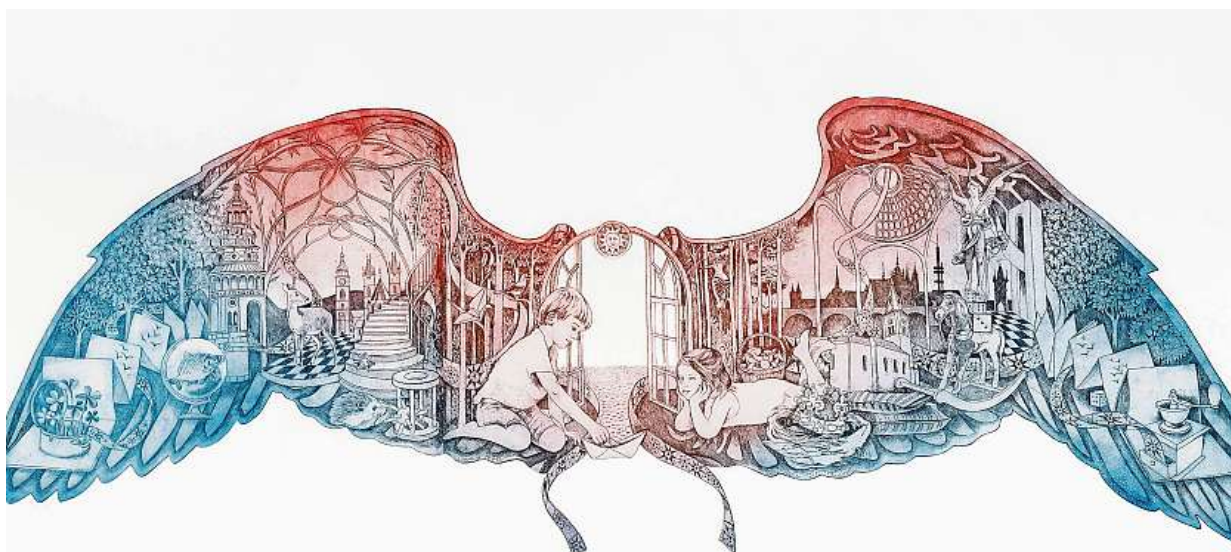
8,60 za 10 ml

www.dm.cz

Můj online shop.



Kresba na CD Mira Žbirky



Křídla orlů známých minerálních vod vybavila Fürstová billboardy u dálnice, jinými obrázky i obaly lahví.

**MIRONET**  
COMPUTERS

**skutečně bezdrátová  
sluchátka**

FIXED

**1986,-**

FIXED Boom True Wireless  
bezdrátová sluchátka / špuntová - 3 velikosti  
nabíjecí pouzdro / výdrž až 14 hodin

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

## Čistý zvuk. Bez jediného kabelu

Stále více výrobců mobilních telefonů do výbavy svých nových modelů nezařazuje dříve naprosto běžný 3,5mm audio jack. Sluchátka se sice dají k telefonu připojit za použití redukce z datového konektoru, jedná se ale o značně neohrabané a ošklivé řešení. Co když tedy místo přidávání chcete kabely ubírat a zároveň chcete zachovat vysokou kvalitu zvuku?

Bezdrátová bluetooth sluchátka Fixed Boom True Wireless mohou být pro vás v takovém případě ideálním

řešením. Sluchátka jsou velmi lehká, jedno váží pouhých 7,8 gramu. V balení se kromě headsetu nachází také tři sady silikonových špuntů v různých velikostech. Nošení Fixed Boom je tedy velmi pohodlné a sluchátka dobře izolují okolní hluk. V kvalitě bezdrátově přenášeného zvuku hrají Fixed Boom True Wireless tu nejvyšší ligu. Pro reprodukci totiž používají kvalitní 14mm měniče a basový subwoofer, díky čemuž hrají naprosto čistě a také dlouho. Na jedno nabití slu-

chátka zvládnou i čtyři hodiny nepřetržitého hraní. Poté je lze uložit do přepravního pouzdra, které sluchátka během necelých tří hodin znovu nabije na maximum. Pokud se vám však nechce čekat, sluchátka se v pouzdře nabíjí na 80 procent kapacity už po jedné hodině.

Sluchátka Fixed Boom True Wireless mohou být vaše třeba hned. V internetovém obchodě Mironet za ně zaplatíte jen 1986 Kč. Jako dárek k nim dostanete bluetooth vyhledávač věci Fixed Smile.



## Huawei P30 Lite. Poslední model rozhodně není žádná lehká váha

I když si při představení letošních modelů Huawei uzurpovaly záři reflektorů hlavně modely P30 Pro a P30, nesmíme zapomenout ani na poslední model z nejnovejší řady P30 a sice Huawei P30 Lite. Ten místo revolučních inovací přichází na trh vyzbrojen především příznivou cenou a na svou cenovou kategorii vysokým výkonem.

Huawei P30 Lite se na první pohled příliš neliší od zbytku řady. V krásném těle vyrobeném z kvalitních materiálů je zabudovaný displej s vysokým rozlišením a miniaturním výřezem pro 32Mpx přední kameru. Zadní kamera má tři objektivy. Sensor pod hlavním objektivem má rozlišení 20 Mpx, sekundární širokoúhlý objektiv obsluhuje 8Mpx sensor. Třetí objektiv s 2Mpx senzorem slouží pro vytvoření efektu hloubky ost-

rosti (tzv. bokeh efekt). Telefon fotí opravdu parádně. Díky pokročilému hardwaru se ale nezadýchá třeba ani při hraní moderních her. Osmijádro Kirin 710 s taktem 2,2 GHz je doplněné o 4GB RAM. Pro uživatelská data je potom připraveno prostorné úložiště s kapacitou 128 GB. Díky baterii s kapacitou 3340 mAh a perfektně odladenému operačnímu systému Android 9 můžete telefon využívat bez obav po celý den.

Huawei P30 Lite si zkrátka pozornost po boku svých dražších bratrů rozhodně zaslouží. Již nyní si jej můžete předobjednat například v internetovém obchodě Mironet za 8990 Kč. K předobjednávce vytvořené do 12. května zde navíc dostanete jako dárek bezdrátový bluetooth reproduktor Huawei CM51 v hodnotě 890 korun.



Huawei P30 Lite

2x MIRONET

## Výstava. Stomilionovou minci můžete vidět až do 12. května

Výstavu 100 let česko-slovenské koruny na Pražském hradě bude možné navštívit až do 12. května. Pro velký zájem bude výstava, kterou pořádá Česká národní banka ve spolupráci s Kanceláří prezidenta republiky a Správou pražského hradu, prodloužena o dva týdny.

Symbolem oslav 100 let koruny a hlavní atrakcí expozice je vysokohmotnostní mince z ryzího zlata s nominální hodnotou 100 milionů korun, kterou nechala ČNB pro tuto příležitost vyrobit.

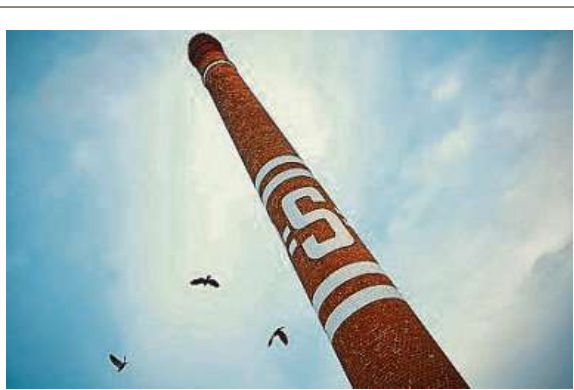
Návštěvníci mohou také zhlédnout repliky panovníčských korun zemí bývalého Rakouska-Uherska – svatováclavskou korunu českých zemí, rakouskou korunu a uherskou svatoštěpánskou korunu. Výstava představuje také řadu platidel, kterými se na území Československa a později České republiky platilo za posledních 100 let. Vystavované předměty pocházející z depotů České národní banky jsou vůbec poprvé v takovémto rozsahu prezentovány nejširší veřejnosti. **MET**

### Za kolik

Základní vstupné na výstavu činí 100 korun, zlevněné vstupné pro děti od 6 do 16 let a pro seniory nad 65 let je 50 korun, rodné vstupné je za 200 korun.

• Pro školní výpravy je vstup 20 Kč na osobu a je možnost využít i rezervací systém.

• Další informace najdete na webu [www.cnb.cz](http://www.cnb.cz).



## Velikonoce. Pod komínem

Přijďte oslavit Velikonoce na dvůr pivovaru Staropramen. Letošní druhé setkání Pod komínem proběhne ve čtvrtek od 17 hodin, vstup je z ulice Svornosti. Na čepu bude připravena Extrachmelená 12 a k ní velikonoční dobroty. Na viděnou se těší všichni pivovaraři.

MET

**Sudoku**

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

**Napište svou bublinu**



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



Napadá vás vtipný popisek?

**Počasí**

<b>DNES</b>  Min. 13 Max. 17	<b>ZÍTRA</b>  Min. 16 Max. 20	<b>PÁTEK</b>  Min. 18 Max. 22	<b>SOBOTA</b>  Min. 16 Max. 20
---------------------------------------	--	--	---

**Stupeň zátěže pro dnešek: bio 1**

**Mírná zátěž.** Stupeň zátěže umožňuje běžný denní režim bez omezení, pouze s přihlédnutím k aktuálnímu zdravotnímu stavu.  
**Teplotní rekordy:** -4,2 °C / 27,6 °C  
**Roky výskytu:** 1853/1934

**Kvíz**

- Alžběta I. se narodila v roce 1533. Královnou Anglie a Irska byla do své smrti roku:  
a) 1563  
b) 1583  
c) 1603
- Mezi Guatemalou a Hondurasem leží ve Střední Americe u Pacifiku přímořský stát:  
a) Salvador  
b) Kostarika  
c) Panama
- Někdejší vesnice rybářů a dnešní pražská čtvrť se jmenuje stejně jako hudební nástroj:  
a) Činely  
b) Bubny  
c) Basy
- Primitivní palná zbraň původem ze 14. stol. s doutnákovým, později křesadlovým zámkem se nazývá:  
a) bandalír  
b) arkebuza  
c) mušketa
- Známa britská charitativní pracovnice lady Sue Ryderová se narodila v roce:  
a) 1723  
b) 1823  
c) 1923

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

**ČT1**

- 12:30 Sama doma
- 14:00 Reportéři ČT
- 14:50 Columbo  
Columbo jde pod gilatinu. Krimiseriál (USA, 1989)
- 16:20 Polopate
- 17:15 AZ-kvíz
- 17:40 Černé ovce
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 Kde domov můj?
- 18:55 Události za okamžik a počasí
- 19:00 Události
- 19:50 Branky, body, vteřiny



**20:00 Nejlepší trapasy**  
Úspěšný cyklus se vrací! Vyběrem nejžádanějších diváckých příběhů provází Miroslav Táborský. Tentokrát na téma Tajnosti

- 21:15 Nemocnice na kraji města (3/20)
- 22:09 Výsledky losování Šťastných 10
- 22:10 Grantchester III (1/6)
- 22:55 Případy detektiva Murdochova IX
- 23:40 Kriminálka
- 00:40 AZ-kvíz
- 01:10 Máte slovo s M. Jilkovou
- 02:10 Dobré ráno
- 04:40 Sváteční slovo plzeňského biskupa Filipa Štojdl
- 04:50 Kluci v akci
- 05:15 Černé ovce

**ČT2**

- 13:00 Rodopská magie (1/3)
- 13:25 Ta naša kapela
- 13:55 Folklorika
- 14:20 Magické hory
- 14:40 Evropa dnes
- 15:05 Jak vznikají auta (1/3)
- 16:00 Televizní klub neslyšících
- 16:25 Případ pro ombudsmanku
- 16:55 King Skate
- 18:15 Hranice v srdci (5/16)
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Babylon
- 19:20 Turecko – brána Orientu
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



**20:00 Kamera na cestách: Senegal, africký šaman**  
Barevná mozaika přírodních scenérií a etnických skupin

- 21:00 Na cestě po Singapuru
- 21:30 Cesty za hodinářským uměním (1/6)
- 22:10 Alžbětina královská revoluce
- 23:05 Ve jménu vlasti VII (9/12)
- 23:55 Případ Kettering (3/8)
- 00:50 V pasti (7/10)
- 01:40 Cesty víry
- 02:10 Chcete je?
- 02:15 Folklor uprostřed velkoměsta
- 02:40 Dinopis
- 02:45 Na moll
- 03:15 Historie.cs
- 03:45 Uchem jehly
- 04:35 Žijeme s vírou

**NOVA**

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:25 Krok za krokem V (22)
- 12:50 Ordinace v růžové zahradě 2 (435)
- 14:05 Mentalista V (3)
- 15:00 Mentalista V (4)
- 15:55 Kriminálka Miami VIII
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Co na to Češi
- 18:25 Ulice (3658)
- 19:30 Seriál (ČR, 2019)
- Televizní noviny, Počasí
- Sportovní noviny, Počasí



**20:20 Výměna manželek XI**  
Jak si poradí Bára s pěti dvojkými kluky a přisným tatínkem? Zvládne maminka Markéta zastoupit dominantní biomatku?

- 21:35 MasterChef Česko
- 22:55 Námořní vyšetřovací služba: New Orleans II (3)
- 23:50 Beze stopy (21)
- 00:50 Krimiseriál (USA, 2002)
- 00:45 Mentalista V (3)
- 01:35 Mentalista V (4)
- 02:15 Kriminálka Miami VIII (19)
- 03:15 Co na to Češi
- 03:55 Ordinace v růžové zahradě 2 (435)

**PRIMA**

- 12:15 Polední zprávy
- 12:30 Policie Hamburg III (23)
- Pojíšovaci podvod.
- Krimiseriál (N, 2009)
- 13:30 Doktor z hor: Nové příběhy V (11)
- Nadoraz. Seriál (N, 2011)
- Komisař Rex (4, 5)
- Krimiseriál (N/Rak., 1993)
- 16:35 Odpolední zprávy
- 16:50 Policie v akci
- 17:50 Prostřeno!
- 18:55 Velké zprávy
- 19:40 Divošky
- 19:55 TOP STAR



**20:15 Modrý kód (171)**  
Seriál (ČR, 2019). Bojan přijímá novou doktorku, přidělí jí Matymu. Černý se tváří, že ztráta fidičského průkazu ho vůbec nijak nezasáhla. Hrají: S. Laurinová, R. Zach, I. Chmela, D. Gránský, J. Štěpnička, M. Procházková

- 21:35 Show Jana Krause
- 22:35 Cesty k úspěchu
- 22:50 Temný Kraj (1)
- Krimiseriál (ČR, 2016)
- 00:05 Policie v akci
- 01:00 Komisař Rex (4)
- Krimiseriál (N/Rak., 1993)
- 02:05 Komisař Rex (5)
- Krimiseriál (N/Rak., 1993)
- 03:05 Doktor z hor: Nové příběhy V (11)
- 04:05 Prostřeno!

**PRIMA COOL**

- 12:15 Futurama II (6)
- 12:45 Simpsonovi XXVI (12)
- 13:15 Simpsonovi XXVI (13)
- 13:35 COOLfeed
- 13:45 Simpsonovi XXVI (14)
- 14:15 Simpsonovi XXVI (15)
- 14:40 Teorie velkého třesku VIII (6, 7)
- 15:40 Futurama II (7)
- 16:00 COOLfeed
- 16:05 Špinavá práce II (23)
- 17:00 Top Gear XX
- 18:10 COOLfeed
- 18:20 Simpsonovi XXVI (16-19)
- 20:05 Úplně debilní zprávy



**20:15 Partička**

- 21:10 Teorie velkého třesku VIII (8)
- Sitcom (USA, 2014)
- 21:35 Teorie velkého třesku VIII (9)
- Sitcom (USA, 2014)
- 22:05 Prima Partička
- 22:55 COOLfeed
- 23:05 Špinavá práce II (23)
- 00:05 Prima Partička
- 01:00 Víkingové II (9)
- Dobrodružný seriál (Irs./Kan., 2014)
- 02:05 Poslední chlap na Zemi III (8)
- Sitcom (USA, 2016)
- 02:25 Víkingové II (9)
- Dobrodružný seriál (Irs./Kan., 2014)
- 03:35 Poslední chlap na Zemi III (8)

**ÓČKO**

- 06:00 Ranní fresh
- Vstávání s muzikou
- 09:00 Zpátečka
- Co jsme hráli na Óčko tento den v roce 2016
- 10:00 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 12:00 Óčko news
- 12:05 Óčko hity
- 14:00 Óčko news
- 14:05 Óčko trendy
- 14:30 Smartmania
- 14:35 Óčko trendy
- 15:00 Óčko news
- 15:05 SMS Mixxer



**17:00 Óčko news**  
Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neuteché

- 17:05 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 17:30 SMASH!
- Svět komiksů
- 17:35 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 18:00 Future Jobs
- Objev svou kariéru budoucnosti
- 18:10 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 19:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neuteché
- 19:05 Moje desítka
- 20:00 Óčko hity
- 21:00 Epic Ibiza
- 21:30 Óčko hity
- 22:00 CZ & SK

## Sloupek

MARTIN  
DANEŠ

BRETAŇSKÝ PŘEVADĚČ

BAROMETR  
ASSANGE

Vyvečení Juliana Assange z ekvádorské ambasády v Londýně a jeho zatčení naznačují, že atmosféra pro whistleblowery přitahuje. Koho že? Whistlebloweri jsou lidé zveřejňující zprávy o neetickém či ilegálním jednání svých (bývalých) nadřízených. Takřka automaticky se u nich počítá s velkou odvahou, protože s těmi, o nichž píší, nebývají žerty. Někteří tak umírají za záhadných okolností, páchají podivné sebevraždy a jiní se mění v psance. Třeba bývalý zaměstnanec CIA Edward Snowden dnes pobývá v Moskvě – nikoli proto, že by byl velký rusofil... Assangeův server WikiLeaks přísně chrání své informační zdroje a Washington chce toho muže získat hlavně proto, aby se dostal na kobylku

## Citát

Informace z WikiLeaks čerpaly listy jako The Guardian či The New York Times.

těm, kdo vynesli na světlo světa tisíce stran tajných dokumentů odhalujících nejrůznější špinavosti. WikiLeaks je hodnověrným zdrojem. Pravost žádného z jím zveřejněných materiálů nebyla nikdy zpochybněna. Přetiskuje je tak, jak jsou, v plném znění a bez komentářů, což z něj činí jedno ze vzácných médií, jež nevypouštějí do éteru žádné fake news. Informace z WikiLeaks čerpaly listy jako The Guardian, The New York Times, Le Monde či Der Spiegel. Od Assange ale dnes dávají všichni ruce pryč, pokud na něho rovnou neplivou špinu. Další průběh Assangeovy kauzy bude zásadním barometrem toho, jak si stojíme se svobodou informací. Pokud by Britové náhodou Assange vydali Američanům, zavřela by se nad ním voda... a svět by se dostal o pár desítek let zpět.

www.martindanes.com

## Dopisy a vzkazy

## Kolik váží pravda

Kdysi jsem zcela náhodou spatřil na smíchovském nádraží v Praze poněkud rozměrnější dámu v nejlepších letech, jak okukovala – rádo by nenápadně – osobní váhu, které tehdy na nádražích stávaly. Bylo vidět, že by se ráda zvážila. Chvilí se obezřetně rozhlížela, a pak opatrně vstoupila na váhu. Jednou nohou se lehce, lehýnce, ba téměř elegantně, opírala obezřetně o odložený kufr. A pak, balancujíc jednou nohou na vratké plošince, s dojetím v oku odečítala na ciferníku, o kolik zhubla. Dříve se říkávalo, že lhát se nemá a že ten kdo lže, taky kraje. Dobré mravy však mnohde dávno přestaly platit, lhaní je dneska celkem běžnou záležitostí a lži můžeme slyšet i z úst nejvyšších politiků, aniž by se červenali. Budiž – je to jejich styl. Ale lhát si sám sobě je přece jen pošetilé až příliš a má koneckonců přibližně stejnou váhu jako hmotnost zmíněné dámy na nádraží.

VLADIMÍR ROGL

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

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

## #METROTAG

Tohle je místo na vzkaz pro dalšího čtenáře těchto novin. Pište, kreslete, zpřijemněte někomu den. Výtvor můžete vyfotit a sdílet na Instagramu, tagujte #METROTAG. Otiskneme ho v deníku Metro!

INZERCE

## HOROSKOP

na středu 17. 4.

## BUDE SE MNOU?

V kartách vyčtu, jak to mezi vámi bude pokračovat!

Zavolejte 906 70 30 35 nebo napište SMS na číslo 904 30 55 s kódem 77AKM a svým dotazem!



Kartařka Judita

**Beran** 21/3–20/4  
Všechny aktivity, které mají zelenou. Porozhlédněte se po bydlení a pokuste se ho něčím vylepšit.

**Váhy** 23/9–23/10  
Nálada v domácím prostředí se opravdu vylepšuje. Konečně se dokážete bavit bez nepříjemného tónu v hlase a trávíte spolu víc času.

**Býk** 21/4–21/5  
Momentálně mezi sebou nemáte tajemství. Díky tomu je mezi vámi přátelské klima a nemusíte se zdržovat vymyšlením polopravd.

**Štír** 24/10–22/11  
Starost o rodinu vám sebe-rodne hodně času. Platí, že co můžete udělat hned, neodkládejte na později. Jinak se k tomu nedostanete.

**Blíženci** 22/5–21/6  
Odkryjete techtle mechtle svého kamaráda a jste z toho celí pař. Nevíte, jak se zachovat. Zda ho konfrontovat, nebo to nechat být.

**Střelec** 23/11–21/12  
S příbuznými si vyřikáte věci, které mezi vámi působily hodně nepříjemné dusno. Musíte se pousmát, kvůli čemu jste se rozhádli.

**Rak** 22/6–22/7  
Dojdete k důležitému zjištění, že vás šarvátka vyčerpávají a nikomu ani nepomáhají. Budete ti moudřejší a přestanete reagovat.

**Kozoroh** 22/12–20/1  
Dofešte důležité věci, které nepočkájí. Dnes se shodnete na rozumném řešení raz dva, ale zítra už to tak automatické nebude.

**Lev** 23/7–22/8  
Doma byste sice mohli klidně odpočívat, ale to byste nemohli být zrozenci Lva. Snažte se i volné chvíle naplnit na maximum.

**Vodnář** 21/1–20/2  
Když se rodinná atmosféra vychyluje od normálu, zklidněte mysl a přestaňte radikálně prosazovat své názory. Nechcete bojovat.

**Panna** 23/8–22/9  
Problém s jistým členem rodiny pramení v hluboké minulosti. Nejspíš mu vyčítáte něco z dětství, co si sami ani nepamätujete.

**Ryby** 21/2–20/3  
Překvapí vás, jak ostře dokáže reagovat jistá blízká osoba. Nemusí jít nutně o příbuzného, stejně vás umí zpražít i souseď.

## Řešení sudoku

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

## Anketa Krmíte v přírodě zvířata jako labutě a holuby? Čím?



**Ľila Rumová Vála**  
Holuby ne. Labutě a kačeny obvykle zbytky zeleniny.



**Jana Pálková Mladší**  
Krmíme hlavně v zimě, slunečnicí nebo ořisky.



**Jaroslava Brokešová**  
Kachny rohlíkem, zajíce mrkvičkou, slony kukuřicí.

## Komiks

ŠTASTNÁ  
BUDOUCNOST!

Co vás čeká?

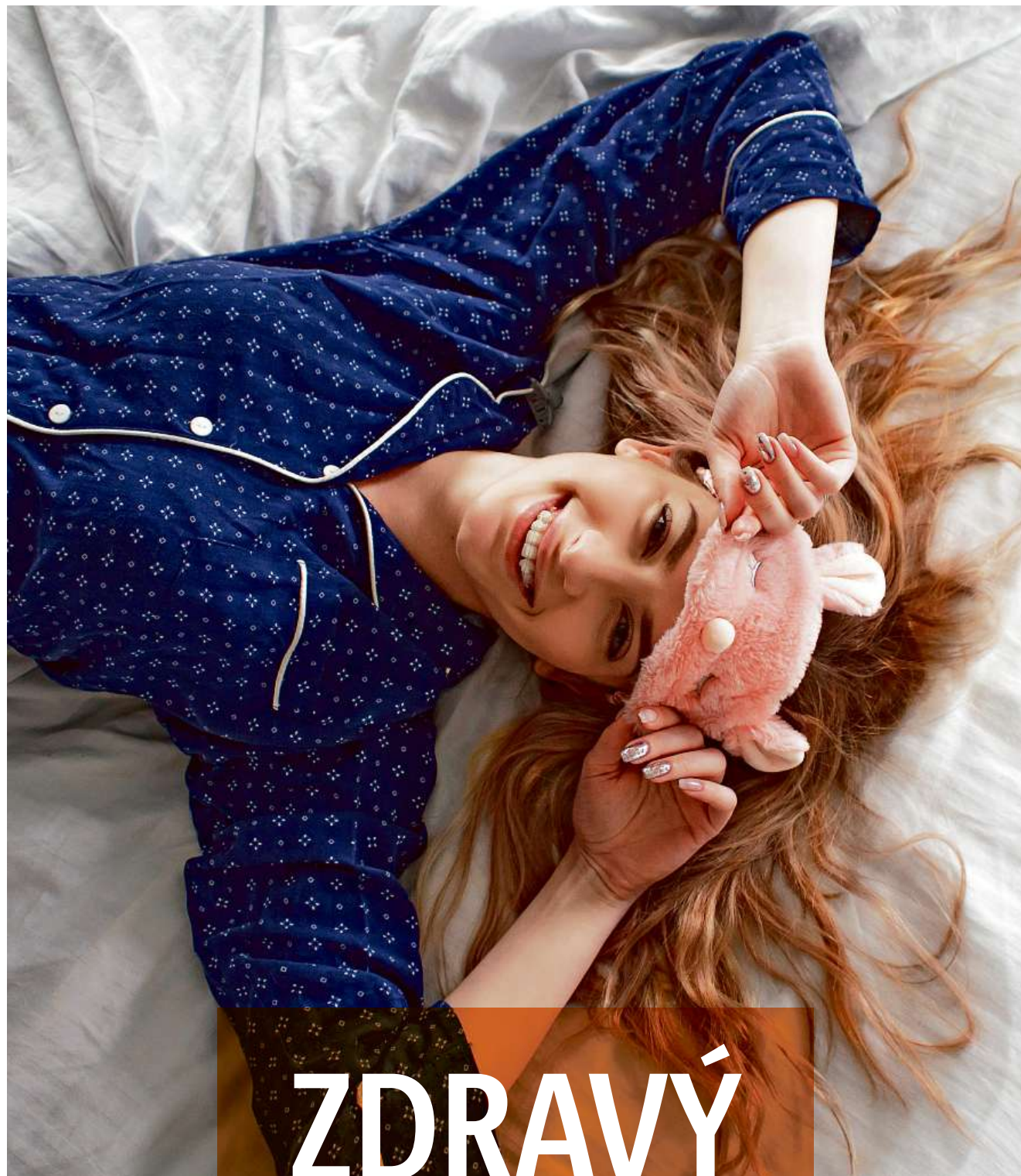
Pošlete SMS ve tvaru 43GSD a své datum narození na číslo 904 30 46

Tuto službu poskytuje: E. M. A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, technicky zajišťuje Materna, 1sms/55Kč vč. DPH, 1min/70Kč vč. DPH, max. délka hovoru 17 minut, www.ema.bz, www.platmobilem.cz



metrORÁDCE

KOMERČNÍ PŘÍLOHA DENÍKU METRO



ZDRAVÝ  
SPÁNEK

## NEJEN MATRACE, ALE I POLOHA MŮŽE OVLIVNIT KVALITU SPÁNKU

Na lůžku trávíme více než 2,5 tisíce hodin ročně a třetinu života prospíme. Ale ne vždy se jedná o spánek kvalitní a výživný. Proč je to, kde spíte, pro zdravý spánek důležité? Proč není stejně vyspat se na kvalitní posteli a matraci a na rozkládací sedačce stočený do kotelce?



TEXT: KAMILA HUDEČKOVÁ  
FOTO: PROFIMEDIA.CZ

**S**edačky, ani ty rozkládací, obecně nejsou určené pro každodenní nebo časté spaní. I když dnes již existují různé druhy sedaček s tvrdšími matracemi i kvalitními rošty. Pohybovému aparátu samozřejmě neprospívá, pokud často spíte na sedačce, která je například měkká, proleželá nebo úzká tak, že nedovolí během noci střídat polohy těla a tím ulevit zádkům,“ říká Michaela Tomanová, primářka Rehabilitačního ústavu Brandýs nad Orlicí. Ale ani spaní v posteli nemusí být žádná výhra. „Na vině může být nevhodná matrace, která neposkytuje páteři dostatečnou oporu. Důsledkem je nejen nekvalitní spánek, ale také špatné rozložení tělesné váhy, které může později vést k trvalejším změnám na páteři,“ upozorňuje Tomanová. Podle ní není možné říct, že existuje jedna univerzální matrace vhodná pro všechny. Lidé mají individuální nároky podmíněné jejich tělesnou váhou i zdravotním stavem.

Obecně však platí, že stará a proleželá matrace tělu nesvědčí. Její kvalita je navíc přímo úměrná kvalitě spánku. S ohledem na zdraví je proto vhodné měnit matraci zhruba po deseti letech, u levnějších typů i dříve.

### NEJVÍCE TRPÍ ZÁDA

Čím horší podmínky pro spánek, tím větší hrozí riziko, že dřív nebo později se vaše tělo začne ozývat. Jako první se většinou objeví bolesti zad. Často za to může nejen matrace, ale i poloha spaní. „Nejméně vhodná je pozice v klubíčku. Celý den se hrbíme u stolu v kanceláři, za volantem, večer sedíme zkroucení na gauči a ve spánku nezdravé ohnutí páteře pokračuje stočením do klubíčka. Bez kompenzace protažení zůstávají také vazy a svaly na přední straně trupu a páteře. Člověk hůř dýchá a celý jeho neurologický systém zůstává v mírném napětí,“ uvedla Iva Bílková, hlavní fyzioterapeutka Fyziokliniky. ■

### TVRDOU, NEBO MĚKKOU?

- Při výběru matrace je dobré věnovat pozornost její tvrdosti.
- Pokud je příliš tvrdá, nebude se moci přizpůsobit tvaru těla, což vede ke špatné poloze páteře a následně i možným bolestem.
- Když je matrace naopak příliš měkká či proleželá, tělo nemá dostatečnou oporu.

metro®

**MOJE RANNÍ DÁVKA  
INFORMACÍ**



# ROBOTICKÉ VYSAVAČE CLEANMATE PŮSOBÍ NA TRHU JIŽ 14 LET A JSOU PRVNÍ ČESKOU ZNAČKOU

Robotický vysavač je tradiční pomocník v téměř každé domácnosti, stejně jako pračka, myčka nádobí či sušička prádla. V nepřeberném množství robotických vysavačů není lehké se orientovat, ale značka CleanMate, působící na českém trhu již 14 let, přináší robotické vysavače, které opravdu stojí za to.

TEXT A FOTO: BLAKAR



**C**leanMate je robotický vysavač s ultrasonickými senzory, který podlahy v jednom kroku zametá, vysává a zároveň dezinfikuje atestovanou UV dezinfekční lampou. Kvalitní Li-ion baterie zajistí dlouhou výdrž úklidu. Vysocí výkoný, tichý BLDC sací motor posbírá veškeré nečistoty z vašich podlah včetně koberců. Výstupní HEPA filtr zachytí i jemné částičky prachu a alergenů. Pomocí plánovače úklidu můžete CleanMate nastavit čas, kdy bude robotický vysavač vaše podlahy uklízet. Po dokončení úklidu sám vyhledá nabíjecí základnu a začne se nabíjet. Robotický vysavač CleanMate využívá patentovanou UV lampu, která v průběhu vysávání odstraňuje z podlah i neviditelné mikroorganismy jako bakterie či viry. Jedná se o unikátní

systém, který byl atestován na Karlově univerzitě.

CleanMate je vhodný i do domácností se zvířecími mazlíčky, neboť chlupy precizně vysaje a zároveň je velice snadná jeho následná údržba a čištění kartáčků či filtru. Zásobník lze hygienicky vymýt vodou a HEPA filtrace nepustí do ovzduší mikročástičky prachu. CleanMate je vhodný i do domácností s alergikem. Cena CleanMate je více než příznivá v porovnání s množstvím prací, které za vás tento pomocník doma zastane. Více na [www.cleanmate.cz](http://www.cleanmate.cz) ■

BLAKAR trading s.r.o.  
Azalková 1272  
252 42 Jesenice u Prahy  
E-mail: [info@blakar.cz](mailto:info@blakar.cz)  
Tel.: +420 606 377 814, 774 377 458  
Web: [www.cleanmate.cz](http://www.cleanmate.cz)



**cm**®  
CleanMate

## Robotický vysavač CleanMate QQ6SLi

CleanMate QQ6SLi je robotický vysavač, který podlahy skutečně vysává výkonným sacím motorem a precizně je za vás uklidí po celý rok. CleanMate posbírá z podlah hrubé nečistoty, chlupy domácích mazlíčků, prach i drobky. Atestované UV dezinfekční světlo dezinfikuje podlahy v průběhu úklidu. HEPA filtrace je vhodná pro alergiky. Vítěz testů 2018. Více na [www.cleanmate.cz](http://www.cleanmate.cz)

Cena: 5999,- Kč



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

infolinka: +420 608 025 404, 774 377 458

Prodejna: BLAKAR trading s.r.o., Azalková 1272, Jesenice u Prahy

# KVALITNÍ SPÁNEK SNIŽUJE RIZIKO ONEMOCNĚNÍ. DŮLEŽITÉ JE ZATEMNĚNÍ A VĚTRÁNÍ

Dlouhé usínání, převalování, brzké vstávání. To jsou jen některé spánkové poruchy, jež člověka mohou pěkně potrápít. Podle průzkumů má se spánkem problém víc než 40 procent lidí. Mnoho z nich však vůbec neví, že se jedná o poruchu, která může způsobit nemalé zdravotní potíže.

TEXT A FOTO: VELUX

**P**odle specialisty na spánkové poruchy Ondřeje Ludky z Fakultní nemocnice Brno je pro zdravý spánek důležité úplné zatemnění místnosti a pravidelný přísun čerstvého vzduchu. „V místnosti na spaní je vhodné minimalizovat hluk a světlo a zajistit vhodnou teplotu. Nejlépe kolem 18 až 20 stupňů Celsia,“ uvedl Ludka. Podle architektky společnosti VELUX Kláry Bukolské však většina lidí na zatemnění místnosti nemyslí. „Lidé zapomínají i na větrání. Ze studie Healthy Homes Barometr, která se věnuje zdravému bydlení, vyplývá, že až 77 procent lidí nemá vhodné podmínky ke kvalitnímu spánku,“ řekla Bukolská. Upozornila přitom na to, že existují technologie, které umí dokonce větrání regulovat samy – čidla uvnitř místnosti určí hodnoty vlhkosti, CO<sub>2</sub> apod. a přizpůsobí tomu větrání – systém VELUX ACTIVE například dovede sám otevřít a zavřít okno, stáhnout a roztáhnout rolety. Zdravý spánek by měl u dospělého člověka trvat zhruba sedm až devět hodin, u dětí ještě o něco víc. Podstatná je také kvalita

spánku. „Klíčový je pocit odpočínutí a dobré nálady. Člověk by měl vstávat dobře naladěný a mělo by mu to vydržet po celý den,“ doplnil somnolog Martin Pretl ze Spánkové poradny v Praze. Na zdraví člověka má také vliv to, kdy chodí spát. Nejzdravější je totiž noční spánek, proto se nevyplatí ponocovat. „Existují dva typy lidí. Ti, kteří usínají a vstávají dříve, a ti, kteří usínají a vstávají později. Ti druzí mívají větší kardio-metabolické riziko,“ upozornil Ludka. Nespavost a jiné poruchy spánku totiž mohou mít negativní dopad nejen na psychiku člověka, ale také na jeho zdraví. Spánek kratší než čtyři hodiny denně zvyšuje riziko vzniku kardiovaskulárních onemocnění, cukrovky, poruchy nálady, nehody a kratší délky života. V případě, že má člověk problémy se spánkem víc než třikrát do týdne, je podle Pretla vhodné vyhledat pomoc odborníka. „Špatný spánek je většinou důsledek stresu, starostí. Pomocí psychoterapie se snažíme tyto problémy odstranit. Pokud to k dobrému spánku nepomůže, jsou na řadě léky. Medikace, je-li kontrolovaná, není špatně,“ domnívá se Pretl. ■



Řešení pro generaci žijící uvnitř budov

## DOSTATEK DENNÍHO SVĚTLA SNIŽUJE POCIT ÚNAVY

My jsme na základě tohoto faktu vytvořili ideální řešení pro zdravý domov. Objevte i to své na [velux.cz/reseni](http://velux.cz/reseni)

**VELUX®**

Střešní okna



# JAK VYBRAT ROŠT DO POSTELE?

Rošt je důležitá součást postele, která sice není na první pohled v posteli vidět, to ale neznamená, že není pro kvalitní spánek důležitý. Základně se rošty rozdělují dle způsobu využití na fixní – bez možnosti polohování a polohovací, které mají manuální, nebo motorové polohování nožní i hlavové části. Poslední kategorií jsou výklopné – pro snadný přístup do úložného prostoru, ty mohou být s bočním, nebo čelním výklopem.



TEXT A FOTO: POSTELIA

**P**odle funkce roštu je rozdělujeme na lačkové rošty, lamelové rošty a talířové rošty s pružnými segmenty. Lačkové rošty mají pouze nosnou funkci, tvárnost tak musí obstarat pouze matrace. Matrace je na tomto podkladu tužší a méně pružná. Tento podklad je vhodný pro všechny typy matrací kromě latexu. Nejprodávanejší jsou lamelové rošty, které dokážou díky pružným lamelám pomáhat matraci, jež tak svoji tvárnost nemusí odpracovat sama. Na lamelovém roštu je matrace komfortnější, tvárnější, což ocení hlavně spáči, kteří spí na boku, a má zvýšenou prodyšnost díky většímu počtu lamel, má i více mezer, kterými může matrace lépe větrat. Kvalita roštu je dána počtem lamel a také tím, zda jsou patky aktivní, či pasivní. V nabídce máme pouze 28 lamelové, nebo 42 lamelové rošty. Méně než 28 lamel nemá význam, tvárnost je u méně lamelových roštů nepřesná a větší mezery ničí matrace. U roštu samozřejmě platí, že více lamel znamená dokonalejší a přes-

nější tvarování, vyšší nosnost, lepší prodyšnost a delší životnost. Tvárnost zásadně ovlivní i druh patky, pasivní jsou výkyvné pouze do stran, celou tvárnost mají na starost lamely, které ale pruží pouze v omezené šíři roštu. Lamely jsou uvnitř konstrukce a celá váha uživatele je kladena na plastové trny. Konstrukce je více namáhaná, od roštu nemůžeme očekávat spolehlivost. Aktivní (pružná) patka tvaruje spolu s lamelou, takže je funkční celá šíře roštu. Lamela navíc zasahuje až nad bočnici roštu, takže se při zvýšeném zatížení dotkne bočnice roštu, rošt tak není přetěžován a vydrží daleko déle než ten s pasivní patkou. Každý lamelový rošt by měl obsahovat středový výplet, který zamezí tomu, aby při extrémní zátěži došlo ke zlomení lamely, a zvyšuje nosnost roštu. Regulace lamel umožňuje měnit tuhost v bederní oblasti, v tomto místě jsou na sobě dvě lamely, které jsou spojeny plastovým posuvníkem. ■

**SPiME.CZ**

Český výrobce zdravotních matrací, lamelových roštů a postelí z masivu

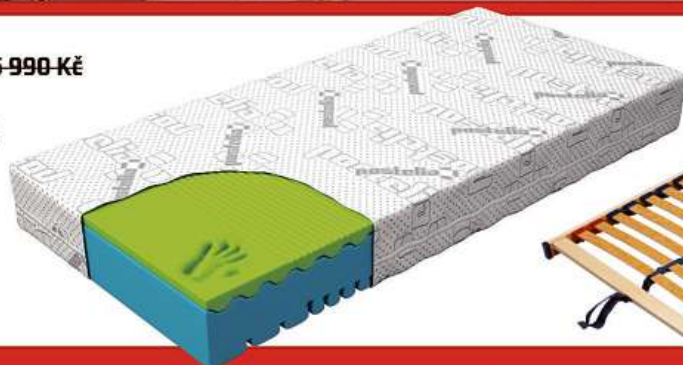


Postel GABRIELA z masivu Buk šíře 4 cm • 17 990 Kč • **9 390 Kč**

VISCO FLEXI • 6 990 Kč

**3 390 Kč**

↑  
19 cm  
↓



**28 lamel**

STANDARD 28 • 1 990 Kč

**1 090 Kč**



Český výrobce



Garance kvality



Na splátky bez navýšení



Doprava zdarma



Kamenné prodejny

+420 383 136 000 | [www.spime.cz](http://www.spime.cz)

PRAHA | BRNO | PLZEŇ | TÁBOR

# Nováček, platný člen kolektivu

**Nejčastějším důvodem odchodu nových kolegů nejsou chybějící znalosti.**

„Firmy často nemají připravený plán zaškolení a rozvoje pro nováčky,“ uvádí Magdalena Kujundžič, psycholožka a koučka v Green Fox Academy, a doplňuje: „Nově nastoupivší člověk tak neví, na koho se má obrátit pro radu a kdo mu vysvětlí náplň práce. Je odkázaný sám na sebe.“ Když se k tomu přidají nejasná pravidla, nevyčtená očekávání a nedefinovaná náplň práce, pomyslnou cestu k odchodu firma nováčkovi vydláždí sama.

Koneckonců to dokládají i statistiky, které hovoří jasně. Problém s vedením a dohrzováním pokynů je důvodem odchodu u 26 procent lidí. Více než pětina selže kvůli emocionální inteligenci a nezapnutí do týmu, sedmáct procent pak nemá



Problém se zapnutím do kolektivu stojí za více než polovinou odchodů.

ARCHIV

dostatečnou motivaci a temperament stojí za 15 procenty nezdarů. Naopak technické dovednosti a znalosti mají na svědomí jen desetinou odchodů u juniorů.

#### Omyly jsou ok

Už na pohovoru by měl odpovědný manažer zvážit, zda

uchazeč do týmu sedne po stránce povahové i pracovní. Znalosti jsou důležité, ale na osobnost se nesmí zapomínat. „Po přijetí by měl být určen mentor, tedy osoba, která bude nováčka vést,“ radí Magdalena Kujundžič.

Další, co nový člen potřebuje, je podpora. Když se dopus-

tí chyby, není důvod ke křiku či postihu. Omyly jsou v pořádku. A to nejen u juniora. Ne nadarmo se říká, že z chyb se člověk učí. Občas právě ty největší posunou člověka o velký kus dále. Zvláště absolventi, kteří prvně přijdou do praxe, zjišťují, že poučky z knih často nefungují.

Učení se práci je mnohem efektivnější.

Dobrá cesta není ani vodění „za ručičku“. Klidně lze juniorovi zadat složitější úkol. Ovšem ten by měl být doprovázen radou, jak na něj. Mentor či kolega by měl nováčkovi odpovídat na jeho otázky a vysvětlit princip. Ovšem rozumně by mu neměl prozradit řešení. Pokud tak učiní, junior úkol splní, ale nic se přitom nenaučí. Tedy se ani nelepší a nikam neposune.

#### Běh na dlouhou trať

Než se nováček osamostatní, zabere to zhruba rok až dva. Existuje jen pár velkých talentů, kteří se s novou agendou popasují rychleji. Ne nadarmo mají HR manažeři očekávání, že teprve za šest měsíců nový člověk ve firmě začne chápat všechny její interní procesy a kulturu. Pokud se však juniorovi dostane patřičné péče, podpory a možnosti růstu, obvykle se stane velmi loajálním základním kamelem společnosti. **MET**



## Ohrožený druh v IT

Ještě před 20 lety tvořily dámy u nás třetinu IT odborníků. Dnes jich je desetina. Proč tomu tak je a co může situaci změnit, bude řešit akce Meetup Ženy, ohrožený druh v IT. Uskuteční se 24. dubna od 19 hodin na adrese Václavském náměstí 11, Praha. Vstup je zdarma. Více na [Greenfoxacademy.cz/meetup](http://Greenfoxacademy.cz/meetup)

ARCHIV

## Klient. Zaslouží si péči

Zákazník je náš pán. Za tímto tvrzením si stojí 93 procent českých společností, které tento postoj deklarují ve svých hodnotách. V praxi ale více než polovina podniků zohledňuje pouze část názoru klienta nebo jej zcela ignoruje. Také každý druhý obchodník neumí řešit kritické situace a stížnosti. „Míru zákaznického doporučení sleduje ohromné množství společností, ale jen 53 procent si uvědomuje reálné dopady spokojenosti klientů na svůj byznys,“ říká k průzkumu Tomáš Poucha z Marketingového institutu.

Data také ukazují na rozpor ve vnímání obou stran. „Zatímco 75 procent firem si myslí, že zákazníkovi poskytuje skvělé služby, tentýž pocit má jen necelá třetina klientů,“ uvádí Petr Šlajchrt ze společnosti SAS Institute, a doplňuje: „Přítom právě kvalita vztahu a interakce, je to, co v současnosti klienta u prodejce drží a dává mu výhodu před konkurencí.“

Když dojde na práci s daty, které firmy o nakupujících shromažďují, ukazuje se rozdíl mezi teorií a praxí. „Pouze pět procent firem pracuje s NPS, tedy zákaznickou spo-

kojeností a loajalitou, po každé interakci s klientem. Další 36 procent to dělá jen u vybraných,“ přibližuje praxi Petr Šlajchrt a dodává: „Ostatní, tedy necelých 60 procent dotazovaných, nemá žádnou koncepci, procesy, ani odpovědnost, co dělat s problémy zjištěnými z NPS. V podstatě tedy jen sbírají data, která jim nic nepřinášejí.“

Zajímavostí, kterou průzkum přinesl, je fakt, že NPS se objevuje na poradách top managementu u devíti z deseti firem. U 61 procent společností je to pak pravidelně, doplnila data průzkumu. **MET**

INZERCE



## Byli jste spokojeni s realitním makléřem?

Hlasujte pro něj v soutěži Realiták roku na [www.RealitakRoku.cz](http://www.RealitakRoku.cz)

REALITÁK ROKU






Hlavní partneři soutěže Realiták roku:



NH CAR  
JEDEME S VÁMI JIŽ 25 LET



CSOB Pojišťovna

# „V Prostějově to pro mě bude hodně emotivní, ale těším se“

„Babička“ Lucie Šafářová je připravená rozdávat ve Fed Cupu zkušenosti.

Od deset let je tenistka Lucie Šafářová starší, než je věkový průměr jejích kolegyně ve fedcupovém týmu. S kariérou se loučící někdejší světová pětka proto bude v barážovém utkání proti Kanadě v Prostějově zároveň i mentorkou.

„Tým máme velmi mladý, takže si připadám jako babička,“ usmála se dvaatřicetiletá Šafářová, která v soutěži družstev debutovala před 15 lety. Ostatní hráčky teprve začínají – devatenáctiletá Markéta Vondroušová a Barbora Krejčíková jsou v nominaci potřetí a Karolína Muchová s Marií Bouzkovou premiérově.

„Jsem v pozici, že budu rozdávat zkušenosti. Asi na to jsem připravená,“ přikývla Šafářová po příjezdu týmu vlakem do Olomouce a od kapitána Petra Pály slyšela, že s tím počítá. „Jo, tak dobře. Nemám s tím problém,“ ujistila ho.

Soutěži kralovala s Petrou Kvitovou, Karolínou Plíškovou, Barborou Strýcovou i Lucíí Hradeckou. Zažila v reprezentaci Nicole Pietrangeli, Ivetu Benešovou či Kláru Koukalovou. Se současnými hráčkami se tolik nezná. „Od vidění, nejvíc s Markétou Vondroušovou. Věřím, že zase prožijeme ve Fed Cupu parádní týden, bude čas se poznat, a když budou potřebovat radu, tak ji ráda dám,“ řekla Šafářová.

Čtyřikrát slavila fedcupový triumf a její vrchol přišel v roce 2012 v pražském finále proti Srbsku. Drtivou výhrou nad Jelenou Jankovičovou stvrdila zisk stříbrné mísy. Přesto byla tentokrát její nominace překvapením. Kvůli zranění dlouho nehrála a oznámila konec kariéry. „Kapitán mi zavola a souhlasila jsem,“ řekla.

Fedcupové loučení bude pro Šafářovou velmi emotivní, ale těším se. „Ideální by bylo, kdyby Česky Kanadu porazily. „To by bylo hezké, ale nesmíme je podcenit. Doufám, že to zvládneme,“ uvedla. Zdravotně se cítí dobře, s raketou v ruce už trénuje



Tenistka Lucie Šafářová po příjezdu do Olomouce

na i slza nakonec ukápně. „Bude to pro mě velmi emotivní, ale těším se.“ Ideální by bylo, kdyby Česky Kanadu porazily. „To by bylo hezké, ale nesmíme je podcenit. Doufám, že to zvládneme,“ uvedla. Zdravotně se cítí dobře, s raketou v ruce už trénuje

přes měsíc. „Bude to o tom se dostat zpátky do zápasu, ale v trénincích se cítím normálně, jako dřív,“ řekla.

Se Šafářovou může Pála počítat do čtyřhry a teoreticky i na pozici druhé singlistky. „Uvidíme, jak se bude týden vyvíjet, to necháme na kapitá-

## Co ji ještě čeká

Po Fed Cupu se Lucie Šafářová s českými fanoušky rozloučí v pražské Stromovce.

- Na Prague Open dostala divokou kartu do dvouhry a bude hrát i čtyřhru, na kterou nakonec nepřišla Američanka Bethanie Matteková-Sandsová. „Bohužel, dává dohromady zraněné koleno,“ litovala. Hrát čtyřhru tudíž v Praze bude s Barborou Štefkovou.
- Definitivní tečku za kariérou plánuje udělat na Roland Garros. Na grandslamu v Paříži už by měla hrát čtyřhru s Mattekovou-Sandsovou a možná také dvouhru.

novi,“ nechtěla předjímat nominaci na zápasy. Pokud by nastoupila, hrála by v Prostějově první zápas od roku 2005, kdy tam vyhrála turnaj kategorie ITF. „Ve finále jsem porazila Italku Garbinovou, to jsou příjemné a vítězné vzpomínky,“ vybarvila si. **ČTK**

## INZERCE

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

**POŠLETE METRO DO DALŠÍHO KOL.**



VELEVÁŽENÉ DÁMY A PÁNOVÉ, VELICE VÁM DĚKUJI! PO PŘEČTENÍ MĚ DÁVÁTE ZPĚT DO STOJANU, MŮŽU TADY JEŠTĚ CHVÍLI ŽÍT!



### Cestování - nabídka

800 222 210

### APRÍLOVÉ SLEVY AŽ 20%

### POBYTOVÉ ZÁJEZDY

Destinace	dop.	nocí/termin	kateg.	strava	cena od
KORFU - studia Pelagia	X	7 12.06.	S	BS	8 590
KORFU - hotel Alkion Sidari	X	7 05.06.	***	PL	11 990
KORFU - hotel Alkyon	X	11 15.06.	***	AI	17 417
ALBÁNIE - hotel Monaco	X	7 15.06.	***	SN	11 042
ALBÁNIE - hotel Klajdi Resort	X	7 15.06.	****	PL	13 592
MADEIRA - hotel Monumental	X	7 10.06.	**	SN	15 890
MALTA - hotel Santana	X	7 12.06.	****	SN	16 990

### POZNÁVACÍ ZÁJEZDY

PETROHRAD	X	7 06.06.	***	PL/SN	23 990
PORTUGALSKO - OKRUH	X	7 15.06.	***	SN	29 980
MADEIRA - TO NEJLEPŠÍ Z OSTROVA	X	10 28.06.	****	SN	29 750
PETROHRAD - MOSKVA	X	7 25.07.	****	PL/SN	36 990
SIBÍŘ, BAJKAL - OKRUH	X	8 01.08.	***	PL	44 590
KAZACHSTÁN - KYRGYZSTÁN	X	10 03.09.	****	SN	48 990
MADEIRA - SLAVNOSTI VÍNA	X	7 06.09.	**	SN	19 990
UZBEKISTÁN	X	9 20.09.	***	PL	40 890
ARMÉNIE - GRUZIE	X	8 04.10.	**	SN	32 890

### POBYTY, POZNÁNÍ, ZÁJEZDY NA MÍRU

TYTO A MNOHO DALŠÍCH NABÍDEK NALEZNETE NA: [WWW.AGLTRAVEL.CZ](http://WWW.AGLTRAVEL.CZ) A [WWW.HORYMORE.CZ](http://WWW.HORYMORE.CZ)

Vysvětlivky: \*\*\* - počet hvězdiček hotelu, S - studio  
BS - bez stravy, SN - snídaně, PL - polopenze, PP - plná penze, AI - all inclusive

**AGL** **CK AGL travel**  
Jungmannova 6, Praha 1  
[www.AGLtravel.cz](http://www.AGLtravel.cz)

### Starožitnosti

• Mongolské, čínské, japonské, turecké, perské starožitnosti a obrazy i evropské historické zbraně - koupím. M: 776 35 88 65

• Koupím starý nábytek z chrom. trubek, dřevěný i dýhovaný, obrazy, hodiny, šavle, i celé pozůstatosti, 777886860, [nabytek.kuri@seznam.cz](mailto:nabytek.kuri@seznam.cz)

### Práce - nabídka

• Přijmeme řezníka na bourání zvěřiny. Nutná praxe. Práce v Kralupech nad Vltavou a Opavě. Mzda 130 Kč/hod. Zajímáme ubytování. Volejte 720976917

• Přijmeme paní na úklid kanceláří v Brně na ul. Videňská, PO-PÁ, 12:30-18:30 (možné 2 úvazky po 3 hod.). Mzda 95 Kč/hod. Tel.: 604785750

• Přijmeme paní na úklid budovy v Brně v ul. Dvořákova, PO-PÁ, 4:30-7:30 h. a v ul. Plotní, PO-PÁ, 17:00-21:00 h. T: 604785750

### Práce - nabídka

**SSI** GROUP

PŘIDEJTE SE K NÁM.

Lidé jsou základem naší společnosti.

Přijímáme

**PRACOVNÍKY OSTRAHY**

(vhodné i pro OZP)

- Nadstandardní hodinová mzda
- Dlouhodobá spolupráce
- Týdenní zálohy na mzdu

Tel.: 778 774 873

Bezplatná linka

800 100 187

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

# Bolí vás často hlava?

## A máte doma zdravý vzduch?



cena 3.490 Kč/ks  
cena 3.290 Kč/ks od 2 ks



VÍTĚZ ANKETY PRODUKT ROKU  
2015, 2016, 2017, 2018

### Proč ionizovat vzduch?

- » zlepšíte dýchání
- » odstraníte alergenů a prach
- » ničíte viry a bakterie
- » snížíte působení radonu
- » zlepšíte koncentraci a paměť
- » zlepšíte pracovní výkonnost
- » zkvalitníte spánek
- » zmírníte depresivní stavy
- » podpoříte růst rostlin



Filtr není třeba nikdy vyměňovat! Stačí ho jen jednoduše vyjmout a otřít. Účinek filtrace ihned vidíte!

### Ionic-CARE® Triton X6 – čistička a ionizátor v jednom

Ionic-CARE® Triton X6 v sobě kombinuje výkonnou čističku vzduchu a ionizátor. Čištění vzduchu s účinností až 96 % probíhá naprosto nehlukně. Cirkulaci vzduchu v přístroji totiž zajišťuje soustava elektrod, které pohybují vzduchem pomocí tzv. elektronového větru. Tato moderní technologie nahrazuje zastaralé, hlučné a energeticky náročné ventilátory. Nečistoty se zachytávají na omyvatelném elektrostatickém filtru. Na jeho ploše spolehlivě ulpí nejen polévatý prach, ale i chemikálie, cigaretový kouř, pyl, viry, bakterie, plísňe a jiné alergenů. Přístroj disponuje třemi výkonovými stupni a jeho spotřeba je maximálně 12 W.



Již 11 let nejprodávější značka čističek v ČR!  
99 % skutečných uživatelů je s přístrojem spokojeno

V květnu 2018 byla provedena anketa, které se zúčastnilo 1189 uživatelů čističky Ionic-CARE. Ti nejčastěji chválí snížení prašnosti a zmírnění dýchacích potíží. Dále oceňují čističku jako významnou prevenci před virózami. Spokojeni jsou také s jejím tichým chodem a snadnou údržbou.

Býváte často unavení, podráždění a bez energie? Špatně se vám spí, hůře se koncentrujete nebo se prostě jenom necítíte „ve své kůži“? Pokud ano, měli byste se zamyslet nad kvalitou vnitřního prostředí, v němž žijete. Jednou z hlavních příčin chronických únavových syndromů je právě dlouhodobý pobyt v prostředí, kde je nezdravý vydýchaný vzduch.

**J**e otázkou, zda si můžeme kvalitu vnitřního prostředí vůbec nějak vylepšit. Odpověď je jednoznačná - můžeme! Důležité je pravidelné větrání, které zabraňuje vzniku vysoké vlhkosti a tvorbě plísní. Odborníci doporučují větrat krátce, ale intenzivně, nejlépe průvanem. Pravidelným větráním vytvoříme vyrovnané klima pro bydlení a

**V bytech a kancelářích dýcháme vzduch, který zkrátí život o několik let**

zajistíme výměnu vzduchu v místnosti. Dále je důležité dbát na správný výběr materiálů a vybavení domácnosti. Zbytečně interiér neutěšňovat a nezahlcovat všelijakými „lapači prachu“. Prachové mikročástice, smog, chemické výpary z umělých hmot, viry, bakterie, spóry plísní, výkaly vsudypřítomných roztočů – to vše se v uzavřených prostorách koncentruje a může velmi negativně ovlivnit náš zdravotní stav. Největší část škodlivin přitom proniká do těla právě plícemi.

**Nemocné domy:** Aniž si to uvědomujeme, polovina z nás nějakým způsobem trpí Syndromem nezdravých budov. Ten způsobuje řadu potíží od bolesti hlavy, nespavosti, snížené koncentrace, alergií, astmatu, akutních i chronických onemocnění plic, až po těžké deprese i rakovinu. Moderní stavební materiály, utěsněná okna, běžící klimatizace, vaření na plyn, elektronika, to vše dohromady vytváří uvnitř budov – tedy tam, kde trávíme 80 % života – zdraví škodlivé prostředí!

**Ionizace vzduchu:** Ovzduší, ve kterém trvale pobýváme, by mělo podle doporučení Státního zdravotního ústavu obsahovat minimálně 1.250 záporných iontů (aniontů) na cm<sup>3</sup>. A zatímco v přírodě (na horách, u moře, v lese, u vodopádů) dýcháme vzduch s koncentracemi až 10.000 vzdušných aniontů v cm<sup>3</sup>, v interiérech, kde žijeme

a pracujeme, jsou hodnoty většinou blízké nule. Právě díky jejich vysoké koncentraci je nám tak dobře v přírodě, kde si velmi rychle odpočíváme. Díky čističce vzduchu Ionic-CARE si takovou příjemnou atmosféru nyní můžeme vytvořit i doma.

### Dárek ZDARMA!

**Ionic-CARE FF-210 – osvěžovač a čistič pro lednice, toalety a šatní skříň – v hodnotě 450 Kč zdarma!**

Tento přístroj neutralizuje pachy a pročišťuje vzduch v lednici, koupelně, šatně a kdekoli jinde. Navíc omezuje výskyt bakterií, zabraňuje růstu plísní a v lednici uchovává potravinu déle čerstvě.



Pro získání dárku stačí zadat při objednávce kód:

**kód  
ML3**

**Akce doprava a dárek zdarma platí do 30.04.2019**  
volejte zdarma 800 112 111 [www.ionic-care.cz](http://www.ionic-care.cz)