

# SENZAČNÍ TITUL PRO MLADOU TENISTKU

SEDMNÁCTILETÁ MARKÉTA VONDROUŠOVÁ PŘEKVAPILA VE ŠVÝCARSKU STRANA 20



# metro



**PRAHA**

Úterý, 18. dubna 2017

Č. 75, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Valerie

Nejčtenější noviny v Praze

# Férovější dovolenou nově určí délka směny

**Revoluce ve výpočtech.** Dovolena podle odpracovaných hodin, ne dnů. **Více volna.** Pro ty, kteří měli dlouhé směny, ale do práce nechodili každý den. **Kdy?** O úpravě nyní jednájí poslanci STRANA 8



V moravském Vlčnově chlapi vypláceli děvčata celkem nalahko. Jinde koledníci museli sáhnout po zimníku a rukavících. ČTK

## Referendum o trestu smrti

Turci si v referendu odhlasovali ústavní změny, které posílí moc prezidenta Erdogana. Opozice chce anulování výsledků. Erdogan oznámil, že hodlá vypsat další referendum – o trestu smrti. STRANA 6

## Bourání na Václaváku

Domu na rohu Václavského náměstí a Opletalovy ulice nepomohly petice ani demonstrace. Začala demolice. Bourat se bude postupně, za lešením. STRANA 2

INZERCE



**Indian**  
MOTORCYCLE

## Zahájení prodeje

Přijďte nás navštívit a podívat se do našeho nového motosalonu na motocykly značky Indian

Vzpoury 3, Praha 4  
[www.indian-praha.cz](http://www.indian-praha.cz)  
Tel.: 775 911 119

**Indian-Praha**  
**AUTO-TRIO**

9 771 211 781 002 1 7 0 7 5





## Kráva zmrzlá do modra

Že odměny nerostou na stromech? Tady ale jedna pod rozkvetlým stromem spadla. „První oběť dramatického ochlazení o Velikonocích – do modra zmrzlá veselá kráva padla na pastvině,“ poslal čtenář snímek z Dejvic s vtipným popisem a získává za něj odměnu. Jestli se kráva, poníčená zřejmě vandaly, opět postaví na všechny čtyři, nebylo do uzávěrky vydání známé.

JAN MYNÁŘÍK

# Václavské náměstí čeká velké bourání

**Začala demolice domu na rohu Opletalovy a Václavského náměstí.**

Sepsané petice ani opakované demonstrace proti zbourání domu číslo 47 nezabraly. Záměr novostavby v centru Prahy vyvolává léta protichůdné názory, nicméně pražští památkáři demolici nebránili.

U rohového domu stavbaři před několika dny vztyčili lešení a nyní budovu překrývá plachta. Nájemci domu dostali výpověď. „Demolice bude postupná a uskuteční se z bezpečnostních důvodů za lešení a plachtou. Postupně se sundává střecha a další části budovy,“ řekla včera Veronika Hanzlíková z agentury, která zastupuje developera Flow East. Podrobnější infor-



Dům zde stojí od roku 1880, přestavěn byl v roce 1920. ČTK

mace mají být známe dnes. Na místě podle plánů vyroste prosklená budova. „Těší nás, že po obdržení demoličního výměru můžeme začít s další fází výstavby Květinového domu,“ uvedla ještě v sobotu Hanzlíková.

Investor počítá i s využitím sousedního pozemku tiskárny, která byla po sejmutí pa-

mátkové ochrany na žádost vlastníka před několika lety zbourána. Majitel tvrdil, že je v havarijním stavu. Novostavba má také zaplnit téměř celý vnitroblok za hotellem Jalta. Objekt má mít devět nadzemních a tři podzemní podlaží. Náklady dosahují podle společnosti miliardy korun. **DAV a ČTK**

INZERCE

## Zlatá horečka stále trvá VÝHODNÝ VÝKUP ZLATA VE ZLATNICTVÍ SHERRI



Přesto, že Vaše šperky již vyšly z módy, jsou zašlé, poškozené či polámané, zjistíme jejich ryzost a bez úředních průtahů vytežíte okamžitě a v hotovosti maximální možný zisk. Výkup drahých kovů je nejrychlejší způsob, jak své peníze znovu zhodnotit.

Ve zlatnictví Sherri, které najdete v obchodní pasáži Galerie Mysák, na adrese Vodičkova 31, pouze minutu chůze od tram. zastávky Vodičkova, vám bez úředních průtahů nabídnou okamžitě a v hotovosti maximální možnou cenu za vaše staré zlaté prsteny, řetízky, zlaté zuby, ale také za zlaté i stříbrné mince, brože či stříbrné přibory. Zákazníci bývají mile překvapeni, když částky mnohdy přesahují až desetitisíce korun.

„Cena za 1kg ryzího zlata šplhá k částce až 1 032 000 Kč, což je 1 032 Kč za 1 gram. Zlato je přitom veřejnosti podceňováno, např. nevhledné zubní korunky je možné přeměnit na částky pohybující se kolem 2 000 až 4 000 korun,“ konstatuje manažer zlatnictví Sherri. Výhodou zlatnictví Sherri je především prostor umístěný v obchodní pasáži, což umožňuje diskrétní a individuální přístup ke každému zákazníkovi. Kromě seriózního a kompetentního stanovení ceny je možné také odborné poradenství. „Spokojenost našich klientů je nám dokazována jejich zvyšujícím se počtem, a to na základě dalšího doporučení,“ uzavírá manažer zlatnictví Sherri. Přijďte se také přesvědčit do zlatnictví Sherri, jen 2 minuty chůze od tramvajové zastávky Vodičkova.

**Galerie Mysák - Vodičkova 710/31, 110 00 Praha 1**  
1 min. chůze od tram. zastávky Vodičkova směr Václavské nám.



Městská část Praha 8, Osmička pro rodinu  
a Farnost od sv. Vojtěcha vás srdečně zvou na akci

# Libeňská Pout

sobota 22. dubna  
12<sup>00</sup>-18<sup>00</sup> hod.

Kostel svatého Vojtěcha a okolí

Praha 8, U Meteoru 147/6

Spojení: metro B stanice Palmovka; tram 3, 10, 24 zastávka Stejskalova

**Netradiční atrakce pro děti:** kolotoč na ruční pohon, kotrmelčák, kušová střelnice, ulov kaňoura atd. **Více na [www.praha8.cz](http://www.praha8.cz)**



vstup  
na akci i na  
atrakce je  
zdarma!



100  
LET·YEARS



# OSLAVTE S NÁMI 100 LET MITSUBISHI!

Přijďte si pro  
zvýhodněné modely  
se speciální  
nabídkou!

100

LIMITOVANÁ  
EDICE  
100  
LET·YEARS

LIMITOVANÁ  
EDICE  
100  
LET·YEARS



## ASX

Parkovací kamera  
Vestavěná navigace  
Zvýhodnění 25 000 Kč



## OUTLANDER

Parkovací kamera  
Vestavěná navigace  
Vyspělý pohon 4x4

## L200

Jediný pickup s pohonem  
4WD Super Select II  
Nejmenší poloměr otáčení  
ve třídě 5,9 m



ZÁRUKA  
5 let

Mitsubishi. Kdo ví, ten ví.

[www.mitsubishi-motors.cz](http://www.mitsubishi-motors.cz)



100  
LET·YEARS



## Znáte japonské umění vitality?

Objevte výhody nového Mitsubishi ASX v limitované výroční edici „100 let“ s mimořádnou výbavou a **zvýhodněním 25 000 Kč!**



VESTAVĚNÁ  
NAVIGACE



PARKOVACÍ  
KAMERA



STYLOVÉ  
DOPLŇKY



BLUETOOTH  
HANDSFREE

Kombinovaná spotřeba 5,0–5,8 l/100 km, emise CO<sub>2</sub> 131–152 g/km. Údaje dle směrnice a nařízení EU nebo předpisů EHK. Vybavení vozu zahrnuje příplatkovou výbavu. Fotografie jsou ilustrativní. Skutečné provedení se může lišit.

Mitsubishi. Kdo ví, ten ví.

[www.mitsubishi-motors.cz](http://www.mitsubishi-motors.cz)

ZÁRUKA  
5 let



## Pražský hrad na dohled

Textař a podnikatel Michal Horáček včera na náplavce zahájil podpisovou kampaň pod nominální petici pro prezidentskou volbu. Horáček potřebuje 50 tisíc podpisů. Podle průzkumu agentury Median pro Český rozhlas by Zemana nyní volilo 37 procent lidí, Horáček 20 procent a Drahose 17 procent. Z možných kandidátů pro volbu hlavy státu už sbírá podpisy lékař a aktivista Marek Hilšer. ČTK

### Zprávy krátce

#### Do karavanu

Provozovatelé pražských kempů doufají, že letošní letní sezona bude stejně dobrá jako ta loňská. Kempů v metropoli přitom ubývá, zatímco v roce 2012 jich bylo v hlavním městě dvaadvacet, loni jen osmnáct. V Praze je nyní celkem 1010 míst pro stany a karavany. ČTK

### Tipy na dnešní den

#### VÝSTAVA

Nejllepší čestí fotografové, kteří se věnují živé přírodě, do 14. května vystavují v prostoru Czech Photo Centre svá díla. Mezi autory jsou držitelé celé řady domácích i zahraničních ocenění. Například Dan Materna, fotograf vydavatelství MAFRA, které vydává i deník Metro. MET

# Pozor, ať nezakopnete! Masaryčka se mění dál

**Komplikace i bizarní situace přináší cestujícím rekonstrukce Masarykova nádraží.**

„Cedule nás tu upozorňuje, abychom nezakopli. O co? O tenhle dvoucentimetrový schůdek?“ diví se cestou do práce čtenář deníku Metro Jan Tůma. Opravy haly Masarykova nádraží, které jsou v plném proudu již od loňského září, sem totiž přinesly zbrusu novou dlážděnou podlahu. Ta je ale při navazování na tu původní mírně vystouplejší, a tak tu před nebezpečím varuje cedule plná vykřičníků: Pozor!! Nebezpečí zakopnutí!!!

„Někdo tady nejspíš spadl přímo na nos, jinak by je to sem dát ani nenapadlo,“ dodává na místě Mirek, který si chodí do haly kupovat svou oblíbenou svačinu – párek v rohlíku.

Neobvyklá cedule není podle místních živnostníků i pravidelných cestujících zdaleka jedinou zvláštností, kterou rekonstrukce nádraží přinesla. Nejprve zde způsobovalo zmatky dřevěné hrazení, které nutilo cestující krkolomně obcházet opravované plochy s dělníky, poté je vystřídala zcela otevřená stavba, kdy byli cestující bez předchozího varování vystavováni nepřiměřenému hluku či oblakům prachu.

„Když se tu dělníci pustili do řezání dlaždic přímo mezi lidmi nebo když tu jednou někdo zapomněl uprostřed haly pneumatické kladivo, docela jsem koukala,“ líčí zážitky z Masaryčky Klára Novotná, která si přes nádraží obvykle zkracuje cestu do Hyberské ulice.



Na ceduli je kvůli schůdečku spousta vykřičníků. METRO.CZ

U nádraží má do budoucna vyrůst administrativní i rozsáhlá obchodní zóna. Za plného provozu se tu mají opravovat fasády, přemísťovat pokladny či zřizovat nové prodejny.

Rekonstrukci za 135 milionů korun zaplatí společnost

Penta, která chce do budoucna na nádraží navázat také administrativní a obchodní zónu. Podle mluvčího společnosti Iva Mravinace jdou zatím práce podle plánu. „Po opravách podlahy v hale se pomalu chystáme začít budovat nové toalety. Než ale bu-

dou dokončeny, počítáme se třetím čtvrtletím tohoto roku, budou ty staré pochopitelně v provozu. Právě na jejich místě bychom poté zřídili nové pokladny,“ líčí Mravinac. Nejbližší poměrně velké omezení přinese cestujícím oprava vnější fasády u vstupu do stanice metra Náměstí Republiky.

Frekventovanou část nádraží totiž do měsíce opět zakryje bednění, a cestující tak budou muset využít o několik metrů vzdálenější hlavní vchod do budovy. I zde se ale podle Mravinace pohyb cestujících zkomplikuje. „Opět zde bude nutné vytvořit koridor, kterým budou cestující kolem stavby procházet. Omlouváme se, ale snažíme se omezovat co možná nejméně,“ dodává Mravinac.

FILIP JAROŠEVSKÝ  
dopisy@metro.cz

## Oprava? Ale ne, evakuace

Pásky zabraňující vstupu byly v sobotu na Hlavním nádraží nikoliv kvůli opravám, ale kvůli pyrotechnikovi, který zajišťoval dvě opuštěná zavazadla. O desítky minut tak byly zpožděny vlaky,

o celé roky jsou ale zpožděné opravy zchátralé budovy. Náklady na dokončení rekonstrukce samotné historické Fantovy budovy se přitom budou pohybovat kolem půl miliardy korun.

Podle ministra dopravy Dana Ťoka si Správa železniční dopravní cesty (SŽDC) letos nechá vypracovat studii a projektovou dokumentaci na dokončení prací. SŽDC totiž vypověděla loni na podzim nájemní smlouvu na nádraží firmě Grandi Stazioni, která nestihla komplex zrekonstruovat včas. Za třináct let od podpisu smlouvy opravila jen část budovy a odbavovací halu nádraží. Firma přitom měla nádraží v nájmu od roku 2003 výměnou za rekonstrukci objektu do loňského října. SŽDC zaplatila firmě 565 milionů korun jako úhradu prokazatelných nákladů, o dalších 200 milionů se správa železnic s italskou firmou soudí. JAR

## Praha hlavní nádraží



Tudy ne, za pásky v sobotu směla jen policie. ČTK

INZERCE

 FairCredit

**Hledáme obchodního manažera/-ku pro Prahu a okolí**

- Hledáte práci na HPP?
- Komunikujete rádi s lidmi?
- Lákalo by Vás vést, motivovat a podporovat svěšený tým?
- Chcete pracovat převážně v terénu?
- Líbilo by se Vám nadprůměrné ohodnocení, služební automobil i k soukromým účelům a 5 týdnů dovolené?

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

Vaše životopisy zasílejte na e-mail: [milos.svoboda@faircredit.cz](mailto:milos.svoboda@faircredit.cz) nebo volejte na tel.: 731 139 013

Zaměstnancům nabízíme vždy něco navíc, přesvědčte se!



# KAŽDÝ DEN VYBÍRÁME Z metro.cz

## Praha on-line

### METROPOOL

#### Kam vyrazit večer v Praze

Další dnešní tipy sdílejí  
čtenáři spolu s redaktoři  
na webu metro.cz

- **Jarmila Kostkanová:** Po Velikonočním pondělí si jděte poslechnout Velikonoční oratorium J. S. Bacha do kostela sv. Šimona a Judy. Pak si dejte v Kolkovně bílé víno a opražené mandle.
- **Pavel Urban:** Dům u Černé Matky Boží mě vždy fascinoval a do místní kubistické kavárny rád chodím. Dnes se tam ve čtvrtém patře koná od 17.30 přednáška Martiny Lehmannové o interiérech kaváren na začátku 20. století, a to je rozhodně lákavé téma.

Svůj tip pošlete na metro.cz  
v rubrice Praha on-line



### Cosplay v Holešovicích

Třídenní festival pro milovníky asijské kultury se konal do neděle v holešovickém klubu Cross. Cosplay bývá označení pro kostým, v němž člověk vypadá jako postava z fantasy nebo sci-fi. Čtenář deníku Metro získává za snímek z akce Acon 2017 odměnu. ALEXANDER BEREZIN  
Aktuální fotografie z Prahy pošlete na [mms@metro.cz](mailto:mms@metro.cz)

### Váš oběd v metropoli

#### Na půl kuřátka

Hned na křižovatce na Andělu naproti Hudy Sportu dělají v El Barrio de Ángel na grilu půlku vykostěného kuřátka. Grilovaná zelenina tu neoslňuje, ale se štouchanými bramborami dobrá volba. **Jan David**

### Posílejte i vy

#### Zamilované vzkazy

Pro mého manžela Martina: „Lásko, děkuji Ti, že se o nás tak krásně staráš, Tvoje lahůdky si vždycky vychutnám a prckovi potom pěkně chutná mlíčko! ;-) moc tě s Jáchymkem milujeme!“ **Tvoje Tyčka**  
Vyberáme vaše zamilované vzkazy. Napište na metro.cz

### Výzva. Naučte své hosty pochválit vás

Máte restauraci, kavárnu či jiný podnik v Praze, kde si lidé mohou objednat něco dobrého? Využijte nové rubriky webu metro.cz a deníku Metro, kde vás vaši hosté mohou doporučit. Je jen na vás, jakou formu využijete, nicméně příspěvky se objevují v komentářích na metro.cz a vybrané i v tištěné verzi deníku Metro, jak je vidět na této straně. V rubrice „Praha on-line“ vaši příznivci mohou také doporučit, kam vyrazit večer – třeba do klubu na koncert. Zároveň se na stránce v novinách, kterou tvoříme hlavně z vašich komentářů, mohou objevit i zamilované vzkazy. Bude v dalším vydání zrovna ten váš? Běžte na metro.cz a pište v rubrice Praha on-line s datem na následující den. **MET**

INZERCE



## TÝDEN VYZKOUŠENÝCH ROČNÍCH VOZŮ

EXKLUZIVNĚ U DOMANSKÝ.CZ  
AKČNÍ CENY



18.-23. DUBNA

DÁREK  
KE  
KAŽDÉMU  
VOZU

**Domanský, spol. s r. o.**  
KONCESIONÁŘ PEUGEOT  
Praha 14 – Černý Most, Skorkovská 1644,  
tel.: 608 407 407, [prodejCM@domansky.cz](mailto:prodejCM@domansky.cz)

**DOMANSKÝ.cz**



### Chutná pomlázka v pražské zoo

Velikonoční komentovaná krmení se konala v zoo od soboty až do pondělí. Na pomlázkách a vajíčkách si postupně pochutnaly různé druhy zvířat. Asi nejvíce potěšily obří pomlázky slůňata Maxe a Rudiho. O tu poslední se pěkně přetahovali. Pro některá zvířata byly velikonoční dobroty zpestřením jídelníčku, pro jiné hlavně zábavou. 3x ZOO PRAHA





# Chraňte se před alergiemi...

## Zdravý vzduch z přírody do vašich domovů



2x VÍTEZ ANKETY PRODUKT ROKU v kategorii čističky a zvlhčovače vzduchu na Heureka.cz

Čističku vzduchu Ionic-CARE Triton X6 můžete zakoupit ve třech barevných provedeních.

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

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

**Již 9 let nejprodávější značka čističek v ČR!**  
**99 % skutečných uživatelů je s přístrojem spokojeno\***

Ionic-CARE® Triton X6 v sobě kombinuje výkonnou čističku vzduchu a ionizátor. Čištění vzduchu s účinností až 96 % probíhá naprosto nehlukně a s nulovými náklady na výměnné filtry. 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 jsou zachyceny na 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.

### Proč ionizovat vzduch?

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

více na [www.ionic-care.cz](http://www.ionic-care.cz)



Filtry není třeba nikdy vyměňovat! Stačí je jen jednoduše vyjmout a ořířit. Účinek filtrace ihned vidíte!

**Čtvrtinu Čechů trápí alergie! Naše babičky trávily venku na louce nebo v seníku celé dny a alergickou rýmu neznaly. Za několik posledních let vzrostl počet astmatiků o neuvěřitelných 170 % a alergická rýma trápí už 40 % českých dětí. Čím to je? Na vině je především náš „moderní“ způsob života, díky němuž trávíme příliš mnoho času v umělém a nezdravém prostředí, na které není náš organismus stavěný.**

**V** moderních bytech a kancelářích dýcháme škodlivý vzduch, který dokáže zkrátit život i o několik let a cítíme se v něm unavení a nervózní. Prachové mikročástice, smog, jedovaté chemické výpary z umělých hmot a nábytku, bakterie, viry, spóry plísní, výkaly vsudypřítomných roztočů – to vše se v uzavřených prostorách koncentruje. Potom, zejména v chladnějších obdobích roku, kdy méně větráme, působí tyto škodlivé látky na náš or-

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

ganizmus prakticky celý den. Největší část škodlivin přitom proniká do těla právě plicemi. Přes tenkou plicní sliznici totiž profiltrujeme neuvěřitelných 75.000 litrů vzduchu denně.

**Nemocné domy: Aniž si to uvědomíme, polovina z nás nějakým způsobem trpí Syndromem nezdravých budov - SBS (ang. Sick Building Syndrome). 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, syntetické koberce, umělý nábytek, televize, monitory, kopírky a dalších zhruba 20 vlivů 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 ústa-

vu 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 vysoké koncentraci prospěšných vzdušných aniontů je nám tak dobře v lese, u moře, při východu slunce nebo u tekoucí vody či táborového ohně. Zejména kvůli působení vzdušných aniontů nás tato místa podvědomě přitahují a velmi rychle si na nich odpočineme. Díky ionizátoru Ionic-CARE si takovou příjemnou atmosféru nyní můžete 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 kdekoliv jinde. Navíc omezuje výskyt bakterií, zabraňuje růstu plísní a v lednici uchovává potraviny déle čerstvě.

Pro získání dárku stačí zadat při objednávce kód:

**kód**  
**PP5**



**Jsmo držitelé zlatého certifikátu „OVĚŘENO ZÁKAZNÍKY“**

\* V květnu 2016 byla provedena anketa, které se zúčastnilo 1001 uživatelů Ionic-CARE Triton X6. Ti nejčastěji chválili snížení prašnosti a zmírnění alergických potíží. Dále oceňují čističku jako významný faktor při posilování imunitního systému a podpoře zdravého životního stylu. Spokojeni jsou také s jejím tichým chodem a snadnou údržbou.

**Poštovné zdarma pro objednávky přijaté do 31.05.2017**

**800 112 111**

Objednávková linka zdarma

**[www.ionic-care.cz](http://www.ionic-care.cz)**

\*\*Akce trvá do 31.05.2017 nebo do vyprodání zásob



# Kdo odpracuje méně hodin, na toho čeká kratší dovolená

**Padesát let starý systém výpočtu volna není spravedlivý pro všechny, tvrdí odborníci.**

Revoluce ve výpočtu dovolené. Tak se mluví o úpravě, kterou mají momentálně na stole poslanci v rámci aktuální schůze Sněmovny.

Změna má být spravedlivá pro všechny ve všech povoláních. A to včetně těch, kde jsou různé dlouhé směny. Nově mohou mít všichni dovolenou podle odpracovaných hodin, nikoliv na základě odpracovaných dnů či směn, jak je tomu v současnosti. Změny výpočtu dovolené jsou součástí novely zákoníku práce. Ta, pokud projde legislativní kolečkem, začne platit už od 1. července. Tedy

některé její části. Co se týká dovolených, změna by nastala na základě přechodných ustanovení až od roku 2018.

„Tato změna má přispět ke spravedlivému výpočtu dovolené, poněvadž kratší směna je podle aktuální úpravy posuzována pro účely výpočtu dovolené stejně jako delší směna,“ říká Petr Glogar, advokát kanceláře PwC Legal.

Současný model výpočtu dovolené je již zastaralý. Počítá se podle něj už desítky let. „Před padesáti lety všichni pracovali osm hodin, v dnešní době je ale pracovní doba v mnoha odvětvích flexibilní, jinak pracuje dělník na směny, jinak například učitel ve státní sféře. Každý pracovník tak odpracuje odlišný počet pracovních směn s různou délkou,“ vysvětluje Ondřej Wysoglad, ředitel personální agentury Adecco ČR, proč je změna po letech potřebná. Podle něj někteří lidé



**Citát**

**Aktuální výpočet dovolené je nastaven dle počtu směn bez ohledu na jejich délku, což je pro některé pracovníky nevýhodné.**

PETR GLOGAR, ADVOKÁT PWC LEGAL

pracují méně pracovních dní než jiní, v průměru však v práci stráví stejný počet hodin, proto je navrhovaná změna spravedlivější než aktuální systém.

Úprava výpočtu dovolené má také řešit to, za jakých podmínek budou mít lidé ná

## Příklad výpočtu dovolené podle novely zákoníku práce

**Spravedlivější stanovení dovolené má být vypočteno takto:**

- Zaměstnanec, který má ve smlouvě stanovenou týdenní pracovní dobu 40 hodin, výměra jeho dovolené činí **5 týdnů** a pracuje u jednoho zaměstnavatele nepřetržitě 52 týdnů (1 rok), během nichž odpracoval celkem 2080 hodin – a skutečně v průměru **40 hodin** za týden odpracoval, přísluší dovolená za kalendářní rok „v plné délce“. **Má tedy nárok na dovolenou 200 hodin.** Podle výpočtu 40 x 5.

- Pokud by zaměstnanec v rozvržených směnách odpracoval během 52 týdnů více hodin, například 2100 (to je v průměru 40,38 hodiny týdně), nepřihlíží se k této skutečnosti. Přísluší mu též dovolená „v plné délce“ – tedy 200 hodin.

- Pokud někdo pracuje v průměru jen **30 hodin** týdně a má výměru dovolené **5 týdnů**, pak mu tedy přísluší dovolená za kalendářní rok **150 hodin** (podle výpočtu 30 x 5).

rok na dovolenou v nové práci. „Pokud novelu schválí, nebude už rozhodovat délka směny, ale odpracované hodiny, což v praxi znamená, že pokud například dělník pracoval na dvanáctihodinové či osmihodinové směně, měl dle nynější legislativy nárok

na dovolenou až po šedesáti odpracovaných směnách, což nahrávalo pracovníkům osmihodinových směn,“ upozorňuje Wysoglad.



**MAREK HYŘ**  
marek.hyř@metro.cz

## Smrt v sauně. Co se stalo?

Policisté vyšetřují sobotní úmrtí dvou žen v sauně v Jičíně. Zda šlo o trestný čin, nebo nešťastnou událost, zatím nezjistili. Konkrétnější informa-

ce by mohli mít v následujících dnech. „Prověřování kriminalistů by mělo vyvrátit, nebo potvrdit, zda vůbec došlo k nějakému trestnému

činu. Stejně tak se může jednat o nešťastnou událost,“ řekla policejní mluvčí Alena Kacálková. Více by měla říct i nařízená pitva žen. **ČTK**

INZERCE



### STAŇTE SE NAŠÍM PARTNEREM PŘI PROVOZOVÁNÍ A BUDOVÁNÍ ZNAČKY MOL

ZMĚŇTE SPOLEČNĚ S NÁMI VNÍMÁNÍ ČERPACÍCH STANIC NEJENOM JAKO MÍSTA K NATANKOVÁNÍ, ALE I MÍSTA ODDYCHU.

#### NABÍZÍME VÁM:

- Možnost seberealizace v oblasti obchodu bez nutnosti vlastního kapitálu, pouze s finanční jistinou
- Dlouhodobou spolupráci s koncernem MOL, hlavním hráčem v rámci střední Evropy
- Jasně a průhledně podmínky spolupráce
- Motivační ohodnocení na základě skutečně dosažených výsledků
- Program investice do podpory vzdělávání vlastního personálu, zejména v zákaznickém servisu

#### POŽADUJEME:

- Zkušenosti v oblasti prodeje paliv a provozu maloobchodu (čerpací stanice, restaurace, pekařství...)
- Zkušenosti s vedením vlastního podniku jsou výhodou
- Manažerské schopnosti, zejména s vedením kolektivu
- Schopnost zajistit vysoký standard obsluhy klientů čerpací stanice
- Samostatnost, kreativitu a profesionalitu
- Minimálně 55 vzdělání a čistý trestní rejstřík
- Slušnost, spolehlivost a vnitřní motivaci
- Řidičský průkaz skupiny B, vlastní automobil

V případě zájmu napište na: partner@molcesko.cz

**MOLGROUP**

**MOL**

**INA**

**INA**

### Zlomená klika

Ví se jen to, že ženy se zřejmě nemohly ze sauny dostat kvůli zlomené klíce.

- Zkoušely rozbit okno, ale to se jim nepovedlo.
- Ženy, jednalo se o 65letou matku a její o 20 let mladší dceru, zemřely v domácí sauně svých známých v zahrádkářské kolonii v Robousicích.



### ITÁLIE - MISANO

ADRIATICO

cca 15 km pod Rimini

Prázdninový dům Stella Maris

**SLEVA na termín:**

25.5. - 2.6. 2017

**5.200 Kč/osobu**

V ceně: doprava autobusem z Prahy, 6x ubytování, plná penze, komplexní pojištění, pláž - lehátka a slunečníky

Family Tour - Michal Holzhauser

Sofijské náměstí 3404/3

143 00 Praha 4 - Modřany

Tel.: 241 773 287, mob.: 603 201 959

www.familytour.cz

### Zprávy krátce



**Pomlázku vyrábělo deset mužů.**

ČTK

### Pomlázku pletli čtyři hodiny

Členové tanečního souboru Krúžek z Němčiček na Břeclavsku upletli obří pomlázku. Je šestnáctiprotová a měří 17,16 metru. Na pomlázce pracovali vždy čtyři lidé, vystřídal se jich desítky. Pletení jim zabralo čtyři hodiny čistého času.

### Jen výjimečně

Akce Bílý kámen, která se 1. května koná ve vojenském prostoru Libavá, zpřístupní cyklistům i řadu běžně nepřístup-

ných památek. Letos si budou moci lidé na projížďku přes nedotčenou přírodu vypůjčit i elektrokolá.

### První Česka pokřtěná u papeže

Plná dojmů se z Vatikánu vracela 49letá úřednice Tařana Čempelová z Dětmarovic na Karvinsku. V sobotu ji v bazilice svatého Petra v Vatikánu spolu s dalšími desítkami lidmi pokřtil papež František. Stala se první Češkou v novodobé historii pokřtěnou hlavou katolické církve. **ČTK**



# **alza sport**

## Šlápněte do pedálů!



**Sigma BC 16.16 STS/CAD**  
Voděodolný bezdrátový cyklopočítač  
16 funkcí včetně ETA, tréninková statistika  
ZDARMA ke kolům nad 15 000 Kč



**POC Octal Cannon Green**  
Jedna z nejbezpečnějších helem na světě  
Účinnost potvrzená odbornými testy  
Ultralehká, výkonný ventilační systém



**Focus Whistler Evo 29**  
Sportovní horské kolo 29"  
Hydraulické brzdy, hliníkový rám  
Cyklocomputer Sigma ZDARMA



**Teasi ONE 3 Extend**  
**+ Power Bank Teasi SMART.T 4FIX**  
Outdoor navigace + powerbanka + světlo  
Plánování podle vzdálenosti, času, kalorií  
Voděodolnost IPX5, 3D magnetický kompas



**Zéfal Air Profil FC01**  
Lehká teleskopická pumpa  
Na cyklo i auto ventily  
Odolná hliníková konstrukce

**Schwalbe Rocket Ron**  
**29x2,25 Performance**  
Super rychlý a lehký plášť 29"  
Velký záběr při malém odporu  
Výborná samočistící schopnost



Kup na **www.alza.cz/sport** nebo volej **225 340 111**



# Sníh. Vráť se nejen do hor, ale i níže

Česko čeká studený týden. Od severu k nám proudí studený vzduch ze Skandinávie, kde prožívají v těchto dnech velmi chladné jaro. Už dnes se může v některých oblastech vyskytovat sněžení, a to

i v nejnižších polohách, uvádí předpověď meteorologů. Od večera hrozí hlavně na severu Čech a Moravy sněhové jazyky, na hřebenech hor i závěje. Sněžit má i v nižších polohách, na silnicích se bude

tvorit vrstva mokrého sněhu. Zesilovat bude také vítr, a to zejména na horách. Výstraha před sněhovými jazyky s nízkým stupněm nebezpečí je vyhlášena od dnešních 17 hodin pro polohy od 700 metrů

nad mořem v krajích Libereckém, Ústeckém, Karlovarském, Pardubickém, Královéhradeckém, Olomouckém a Moravskoslezském. Ochladovat se bude i zítra, meteorologové budou tedy výstrahu

dále upřesňovat. „V důsledku postupného ochlazování začne sněžit už od 400 metrů a k večeru předpokládáme sněžení i v nižších polohách,“ uvedli meteorologové. **ČTK**

INZERCE

**OD ÚTERÝ 18. DUBNA**




RETRO

týden

90 g  
**4.50**

TVAROHOVÝ DEZERT  
 kakao  
**termix**  
 kakao  
 TVAROHOVÝ DEZERT

TVAROHOVÝ DEZERT  
 vanilka  
**termix** (90g)  
 vanilka  
 TVAROHOVÝ DEZERT

**TERMIX TVAROHOVÝ DEZERT**  
 vanilka/kakao, 100 g = 5 Kč

100 g  
**14.90**

**ŠUNKOVÝ SALÁM 1977**  
 krájený, vyrobeno podle receptury z roku 1977

**COCA-COLA**  
 1 l = 9.45 Kč

2 l  
**18.90**

Nabídka zboží platí od 18. 4. do 23. 4. 2017 nebo do vyprodání zásob. Chyby v tisku vyhrazeny. Ceny jsou bez dekorace. Lidl si vyhrazuje právo změny v balení a variantě nabízeného zboží. Odběr možný jen v obvyklém množství.

Krátce

## Ještě se lyžuje



Včera na Sv. Petru **ČTK**

Lyžařská sezona na českých horách ještě definitivně nekončí. V provozu zůstává nejvýše položené tuzemské středisko Ovčárna v Jeseníkách, příští víkend se bude lyžovat i na Klínovci. Víkendové otevření ještě zvažují v Peci pod Sněžkou. **ČTK**



## Plavba

V Lednicko-valtickém areálu v sobotu slavnostně zahájili plavební sezónu. Na zámecké rameno Dyje ale lodě mezi zámek a minaretem vypluly už na začátku března, teď plují i na trase mezi minaretem a Janohradem. Zahájení plavební sezóny pořadatelé pojali v duchu hesla „Za císaře pána“. Řeku odemknul František Josef I. (na snímku). **ČTK**



# Prezident Erdogan vyhrál v referendu



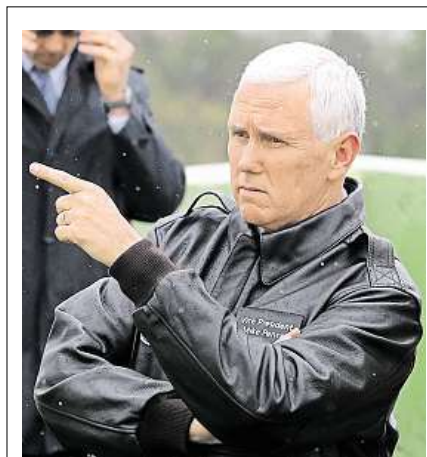
Turecký prezident Erdogan s manželkou Emine AP

**Turecká hlava státu získá značné pravomoci.**

Turecký prezident Recep Tayyip Erdogan označil za historické referendum, které vyznělo ve prospěch ústavních změn posilujících pravomoci hlavy státu. V projevu v Istanbulu vyzval všechny včetně zahraničí, aby výsledek respektovali. Uvedl, že začne jednat s premiérem a lídry dalších stran o obnovení trestu smrti. O něm by se mělo hlasovalo v dalším referendu. „Turecko udělalo historické rozhodnutí, pokud jde o systém jeho vlády,“ prohlásil Erdogan k vý-

sledkům hlasování, které v zemi změnil parlamentní systém na prezidentský. Výsledek je podle Erdogana jasný, pro hlasovalo skoro 25 milionů lidí. V zahraničí žijící Turci podpořili změny v 59 procentech, obyvatelé přímo v Turecku dali změnám 51,2 procenta hlasů.

Hlavní turecká opoziční Lidová republikánská strana však včera vyzvala ke zrušení výsledků referenda o ústavní reformě. Hlasování a sčítání hlasů podle ní provázely podvody. Její místopředseda uvedl, že je připraven podat stížnost k tureckému ústavnímu soudu, a pokud to bude třeba, pak i k Evropskému soudu pro lidská práva. Volební komise do výsledku nechala započítat i lístky neoznačené oficiálním razítkem. **ČTK, MET**



## Pence v Koreji

Americký viceprezident Mike Pence včera při návštěvě Jižní Koreje řekl, že éra strategické trpělivosti se Severní Koreou je u konce. Jižní Korea je jeho první zastávkou na desetidenní cestě po Asii a Tichomoří. Dorazil tam těsně před tím, než KLDK provedla další test rakety. Ten ale skončil neúspěšně. Donald Trump minulý týden řekl, že Severní Korea je problém, o který bude postaráno. AP

### Zprávy krátce

#### Vědci objevili nové pavouky

Více než 50 nových druhů pavouků objevila vědecká výprava v Austrálii. Pro ty, kdo trpí arachnofobií, to zřejmě není příliš dobrá zpráva – tím spíš, že některé z nově objevených druhů dorůstají až velikosti jídelního talíře.

#### Pátrají po muži, který vraždu streamoval

Americká policie pátrá po muži podezřelém z toho, že vraždu živě vysílal přes video na svém účtu na internetové sociální síti. Muž o sobě navíc tvrdí, že během velikončného víkendu zabil desítku lidí. **ČTK**

Vše pro stylové šití



**KOSTÝMOVÉ LÁTKY** š. 145 cm, 58% polyester + 40% viskóza + 2% elastan, různé druhy **39,-**

**HALENKOVINA** š. 150 cm, 95% polyester + 5% elastan, plastický vzor **49,-**

**STŘEČOVÉ BAVLNY** š. 142 cm, 97% bavlna + 3% elastan, různé barvy **49,-** nyní za

**SLEVA 50%**

**MODALOVÉ ÚPLETY** š. 147 cm, 62% modal + 38% polyester, pastelové barvy **69,-** nyní za

**SLEVA 30%**

**STŘEČOVÁ BAVLNA** š. 150 cm, 98% bavlna + 2% elastan, zvířecí vzor **79,-**

**VISKÓZOVÝ ÚPLET** š. 145 cm, 75% viskóza + 20% polyester + 5% elastan, fialovo-šedý **79,-**

**SVETROVINA** š. 128 cm, 50% polyamid + 20% polyester, plastický vzor **79,-**

**STŘEČOVÉ KOSTÝMOVKY** š. 150 cm, 50% bavlna + 48% polyester + 2% elastan, pestré vzory **89,-**

**POLYESTEROVÉ ÚPLETY** š. 148 cm, 77% polyester + 19% viskóza + 2% elastan, různé barvy **99,-**

**POTIŠTĚNÉ ÚPLETY** š. 157 cm, 92% polyester + 8% elastan, pestré vzory **99,-**

Nabídka metráže se na prodejních může lišit, doplňujeme stále nové druhy. Nabídka platí do vyprodání zásob.

**SLEVA 10%**

Na veškerý metrový textil lze uplatnit slevu 10% na základě tohoto inzerátu. Sleva platí v kamenných obchodech. **Sleva platí: 7.-17. 4. 2017** Slevu 10% nelze uplatnit na již zlevněné látky.

**Nakupujte on line** [www.dumlatek.cz](http://www.dumlatek.cz)

Slevu 10% získáte zadáním kódu: **metrosleva3**

**4x V PRAZE**

**MALOOBCHOD VELKOOBCHOD E-SHOP**



Fajtlova 1090/1 | Praha 6 – OC Šestka | tel.: 225 023 222  
Haškova 10 | Praha 7 – Letná | tel.: 233 376 536  
Košícká 27 | Praha 10 – Vršovice | tel.: 271 740 541  
Sázavská 34 | Praha 2 – Vinohrady | tel.: 222 510 625

Kralupy nad Vltavou | Hůrka 1033 a 1034 | tel.: 311 284 924

**látky.cz**

# Legendární Tatra T3 USB disk

*Novinka*



## Flash disk Tatra T3

USB flash disk s motivem legendární tramvaje Tatra T3. K dostání ve verzích 8 GB a 32 GB.

8 GB, USB 2.0

299 Kč

32 GB, USB 3.0

599 Kč

Ceny jsou uvedeny včetně DPH



Dopravní podnik  
hlavního města Prahy

Dopravní podnik hlavního města Prahy  
společně s Konzervatoří a VOŠ Jaroslava Ježka  
vás srdečně zvou na již 6. ročník akce

## Naladte se v metru

20. dubna 2017  
od 8.00 do 22.00 hodin

Hlavní nádraží, Vltavská,  
Muzeum, Florenc C, Můstek A,  
Nádraží Veleslavín,

Více na  
[www.dpp.cz/hudba](http://www.dpp.cz/hudba)



Dopravní podnik  
hlavního města Prahy





# Majálesy startují

**Už za tři dny se v Hradci bude konat první velký letošní majáles.**

Tradičně už k těmto akcím patří také hudební festivaly. Letošní hlavní hvězdou série majálesů v Hradci Králové (21. dubna), v Praze (29. dubna) a v Brně (6. května) je rapper Marpo se svou kapelou Troublegang.

„Podle mě je majáles tradiční hodová zábava. Lidé něco slaví a hudbu mají, jak se říká, k tanci a poslechu. Může nakonec fungovat i jenom jako kulisa, protože podstatou majálesu je kalba s kamarády a spolužáky,“ vysvětluje svou představu majálesu pořadatel tří zmíněných zastávek Michal Šamánek.

Podle něj by mělo jít o celoměstskou slavnost, ne jenom o akci některé z vysokých škol. Zapojit se tedy můžou všichni studenti a vítání jsou i ostatní lidé, pokud se chtějí bavit.

V případě pražského a brněnského majálesu bude klíčovým prvkem studentský průvod vypravený z centra až na místo konání open-air festivalu. „Snažíme se držet všechny tradice, jako je právě průvod. A protože večerní koncerty si jedou po svém a není tam co rapidně zlepšovat, zaměříme pozornost na tyhle akce,“ říká Šamánek.

Studenty jednotlivých univerzit na jejich alegorických vozech v průvodu navíc doprovodí hudebníci, kteří si potom večer zahrají na festivalu. Konkrétně to budou Tomáš Klus, Marpo nebo kapely Rybičky 48 a Vypaná fixa. Dále vystoupí třeba také Majk Spirit, No Name, Jelen, Wohnout či UDG.

Chybět nebude volba krále. Jednotlivé školy už vybraly svoje kandidáty a volba bude vyvrcholením celého dne. Hlavní programy se letos odehrají v Hradci v Šimkových sadech, v Praze na letišti v Letňanech a na brněnském výstavišti. Více informací najdete na Majáles.cz. **IDNES.cz**



Tomáš Klus

MAFRA

## Další letošní majálesy

V dubnu a květnu jich je více.

- **Jihlava** (21. dubna)
- **Plzeň** (22. dubna) (sem dorazí i kapela Kryštof, půjde o jediný koncert před těmi zářijovými na Strahově)
- **Ústí nad Labem** (29. dubna)
- **Zlín** (2. května)
- **Olomouc** (2. a 3. května)
- **Liberec** (4. až 7. května)
- **Ostrava** (12. května)
- **Pardubice** (12. a 13. května)



## Hvězdy opět na Vyšehradě

V divadle Studio DVA už naplno běží předprodej vstupenek na rekordních 90 představení letošního 14. ročníku Metropolitního léta hereckých osobností. Tradiční přehlídku na Letní scéně Vyšehrad zahájí světová premiéra komedie Patrika Hartla *Líbánky na Jadranu*, v hlavních rolích s Evou Holubovou, Bobem Kleplem, Marikou Šoposkou, Štěpánem Benonim nebo Václavem Jílkem (na snímku). První představení už jsou vyprodaná, ale na další reprízy je vstupenek dost. Na akci nebudou chybět ani osvědčené tituly z minulých let. Již posedmé jsou připravena i hudební setkání pod širým nebem. Metropolitní léto potrvá od 23. června do 31. srpna. **JAN CHOCHOLE**

## Krátce

### Leiu nakonec neoživí

Herečka Carrie Fisherová se v poslední, deváté epizodě Star Wars jako princezna Leia nakonec ne-

objeví. Potvrdila to prezidentka Lucasfilmu Kathleen Kennedyová. Bratr a dcera zesnulé herečky přitom dali k posmrtnému použití její podoby svolení. **IDNES.cz**

INZERCE

*\*Uvedená cena je včetně zákonné sazby DPH.*

**LÁZNĚ MŠENÉ**  
1796

*Podlehnete kouzlu lázní*

**Lázně pro seniory**

**Délka pobytu:** 5 dní – 4 noci (pondělí – pátek)  
**Ubytování:** jednolůžkové nebo dvoulůžkové pokoje s TV  
**Strava:** polopenze, včetně salátového bufetu, moučnicků a příloh

**Léčebný program:**

- 1x vstupní lékařské vyšetření
- 1x vulkanpack (záda)
- 1x parafinový zábal na ruce
- 1x Calmonalová koupel
- 1x klasická částečná masáž zad

**Cena pobytu již od 4.420,- Kč/osoba\***

**Lázeňský resort nedaleko Prahy.**  
Lázně Mšené, a. s. • Lázeňská 62 • 411 19 Mšené-lázně  
tel.: +420 416 866 007, 009 • e-mail: lazne@msene.cz  
**www.msene.cz**



UNIVERZITA  
KARLOVA



SOBOTA 22. DUBNA 2017 10<sup>00</sup>–16<sup>00</sup>

## DEN CELOŽIVOTNÍHO VZDĚLÁVÁNÍ & FESTIVAL ABSOLVENTŮ



KAROLINUM  
OVOCNÝ TRH 3  
PRAHA I



**PRO VŠECHNY NEJEN  
OD 3 DO 99 LET!**

- Programy zaměřené na výkon povolání
- Zájmové programy
- Přípravné programy
- Univerzita třetího věku
- Juniorská univerzita
- Zlatá promoce – slavnostní setkání absolventů po 50 letech
- Klub Alumnů UK – pro absolventy UK
- Přednášky významných osobností
- Beseda se známými absolventy
- Komentované prohlídky historických prostor Karolina
- Volné prohlídky muzea UK
- Výstava „Magičti Lucemburkové“
- Pestrý doprovodný program pro děti i dospělé, dětský koutek

**VSTUP ZDARMA**

www.denczv.cuni.cz

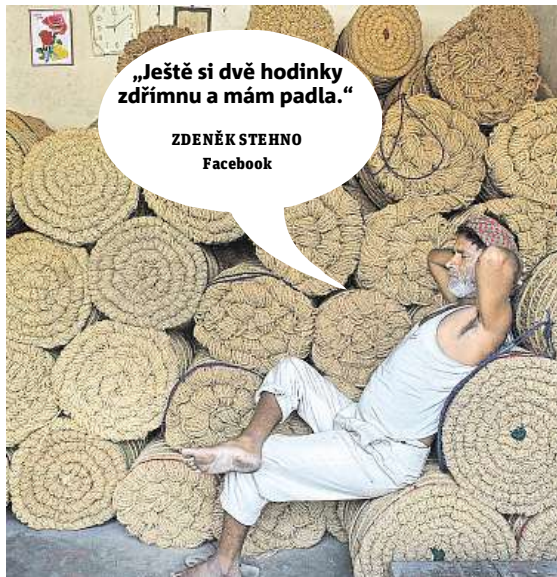
www.festivalabsolventu.cuni.cz



**Sudoku**

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

**Napište svou bublinu**



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



**Počasí**

<b>DNES</b>  Min. 5 Max. 9	<b>ZÍTRA</b>  Min. 2 Max. 6	<b>ČTVRTEK</b>  Min. 3 Max. 7	<b>PÁTEK</b>  Min. 3 Max. 7
-------------------------------------	--------------------------------------	--	--------------------------------------

**Stupeň zátěže pro dnešek: bio 1**  
Mírná zátěž. Stupeň zátěže umožňuje běžný denní režim bez omezení, pouze s přihlednutím k aktuálnímu zdravotnímu stavu.  
**Teplotní rekord:** 26,2 °C  
**Rok výskytu:** 2013

**Kvíz**

- Takzvané římské smlouvy zakládající Evropské společenství, předchůdce EU, platí od roku:  
a) 1948  
b) 1958  
c) 1968
- Devadesátí let se letos dožívá bývalý papež Benedikt XVI., vlastním jménem Joseph:  
a) Wojtyła  
b) Bergoglio  
c) Ratzinger
- Chráněná krajinná oblast Český kras ležící mezi Prahou a Berounem byla založena roku:  
a) 1876  
b) 1926  
c) 1976
- Kočkovitá šelma podobná rysům, její název v překladu znamená černé ucho:  
a) daman  
b) fenek  
c) karakal
- Německý hudební skladatel Ludwig van Beethoven se narodil v roce:  
a) 1670  
b) 1770  
c) 1870

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

**ČT1**

- 12:20 Předpověď počasí, Sportovní zprávy, Události v regionech plus
- 12:30 Sama doma
- 14:00 Soudkyně Amy V
- 14:45 Televizní
- 16:20 Kojak III
- 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 Panoptikum města pražského**  
Krimiseriál (ČR, 1987). Policejní rada Korejs spolu s pány detektivky z pražské „čtyřky“ řeší malé i velké zločiny. Tentokrát půjde o případ neobyčejné smrti mladíka devěťletce. Hrají: J. Adamíra, O. Havelka, J. Vinklář, J. Bláha a další

- 21:00 Hercule Poirot XI
- 22:34 Výsledky losování šťastných 10 a Euromiliony
- 22:35 Motiv III
- 23:20 Kriminální
- 00:20 AZ-kvíz
- 00:45 Bolkoviny
- 01:25 Zajímavosti z regionů
- 01:55 Banánové rybičky
- 02:25 Dobré ráno
- 04:55 Ferdinandovy zahrady

**ČT2**

- 13:15 Dobrodružství vědy a techniky
- 13:45 Velká vlastenecká válka
- 14:35 Babylon
- 15:05 Letecká esa
- 15:55 Heydrich – konečné řešení
- 16:20 Ano, Masaryk (1/3)
- 17:20 Cesta na souš
- 18:15 Na cestě po Severním Irsku
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Vínčko III (7/8)
- 19:20 Vesnicopis
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



**20:00 Velká vlastenecká válka: Ržev**  
Od ledna 1942 do března 1943 probíhaly v okolí tohoto strategicky položeného města těžké – a později málo připomínané – boje mezi Němci a Sověty

- 21:00 Král železa a smíchu Franta Kocourek
- 21:55 Vláda (30)
- 22:55 Letecké katastrofy: Niki Lauda – Kam až lze zajít
- 23:40 Sestřička Jackie V (6/10)
- 00:10 Výlet na Západ
- 01:05 Když maškary mohou do chrámu
- 02:10 Divnopis
- 02:15 Rodina s láskou a navždy
- 02:35 O, hidáši nevěrný, cos to učinil...

**NOVA**

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:30 Dva a půl chlapa II (6)
- 12:55 Ordinance v růžové zahradě (135)
- 14:05 Odložené případy II (23)
- 15:00 Odložené případy III (1)
- 15:55 Kriminálka Miami V (4)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Co na to Češi
- 18:25 Ulice (3232)
- 19:20 Seriál (ČR, 2017)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



**20:20 Ordinance v růžové zahradě 2 (729)**  
Seriál (ČR, 2017). Darek s Lucíí dostanou testy DNA, konečně se dozvědí, jestli je Bětuška jejich dítě. Šárka intrikuje, aby mohla strávit noc s Hanákem. Hrají: Z. Adamovská, P. Rychlý, J. Paulová, M. Badinková, R. Štabrnák

- 21:30 Víkend
- 22:35 Kriminálka: Oddělení kybernetiky II (15)
- 23:30 Vražedná čísla II (10)
- 00:20 Odložené případy III (23)
- 01:10 Odložené případy III (1)
- 01:55 Dva a půl chlapa II (6)
- 02:15 Robinsonův ostrov
- 03:20 Co na to Češi

**PRIMA**

- 12:10 Polední zprávy
- 12:20 Jake a Tlustoch IV (3)
- 13:25 Komisař Rex (2, 3)
- 15:25 Policie Hamburg II (13)
- 16:25 Soudní síň
- 17:35 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimi zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 TOP STAR



**20:15 Ohnivý kuře II (11)**  
Seriál (ČR, 2017). Mike musí v Grandu pohostit slavnou snowboardačku. Na první pohled si padnou do oka a Mike s ní začne o volných chvílích během dne i bēhat. Před Klárou ale Petru zapře. Že by mezi Mikem a Petrou bylo něco víc? Hrají: J. Dolanský, J. Prachář, K. Leichtová, L. Polišenská, M. Suchánek

- 21:35 TOP STAR magazin
- 22:35 Castle na zabít IV (19)
- 23:25 Soudní síň
- 00:15 Rosamunde Pilcherová: Vitr naděje
- 01:15 Romantický příběh (N, 1996)
- 02:15 Komisař Rex (2, 3)

**PRIMA COOL**

- 12:25 Simpsonovi VI (16-19)
- 14:25 Teorie velkého třesku IV (4)
- 14:50 Teorie velkého třesku IV (5)
- 15:20 Futurama (9)
- 15:50 Hvězdná brána V (13)
- 16:50 Kdo přežije: Krev není voda (1)
- 18:15 Simpsonovi VI (20-23)



**20:15 Moto cestou nestou**

- 21:20 Teorie velkého třesku IV (6)
- 21:50 Teorie velkého třesku IV (7)
- 22:20 Davinci
- 23:10 Cesty k úspěchu
- 23:20 Hannibal II (8)
- 00:15 Helix II (11)
- 01:10 Ospalá díra II (7)
- 02:10 Hannibal II (8)
- 03:10 Aplikace
- 03:35 Ospalá díra II (7)
- 04:20 Aplikace

**ÓČKO**

- 06:00 Ranní fresh
- 09:00 Zpátečka
- 10:00 Óčko hity
- 12:00 Óčko news
- 12:05 Óčko hity
- 14:00 Óčko news



- 14:05 Óčko hity
- 15:00 Óčko news
- 15:05 Mixxxer show
- 17:00 Óčko news
- 17:05 Óčko hity
- 19:00 Óčko news
- 19:05 Moje desítka
- 20:00 Óčko hity
- 21:00 CZ & SK
- 22:00 Óčko flirt



Sloupek

VLASTIMIL  
VONDROUŠKA

SPISOVATEL A HISTORIK

FILIPIKA PROTI  
ODHODLÁNÍ

Nikdy by mne nenapadlo, že se dožiju času, kdy se budou lidé zabíjet na ulicích. Je to strašné a rozhodně to tak nemůžeme nechat být. Aby bylo jasné, o čem mluvím, jde o akt nazývaný terorismus nebo džihád, záleží na úhlu pohledu. Kdykoli k něčemu takovému dojde, politici s planoucíma očima deklamují, že nesmíme ustoupit a nesmíme se nechat zastrašit. Jejich odhodlání vyplývá z faktu, že mají ochranky, vládní budovy chrání těžkooděnci se samopaly, a pokud se něco stane, tak se nejprve odvádějí do bezpečí oni, politici. Chápu, že se nenechají zastrašit. My, prostý lid, se musíme naopak chystat na to, že nám podle moudrého usnesení ještě moudřejší Evropské unie vezmou zbraně, abychom snad,

Cítat

**Politiky si platíme proto, aby měli výsledky, a ne aby planě žvanili.**

pokud by k něčemu došlo, teroristům, zločincům a parchantům neublížili. Určitě bude stačit, až na nás budou mířit zbraněmi, upozornit, že my se přece zastrašit nedáme. Tenhle sloupek ale není o defetismu. Je třeba se rozhodně bránit. Neustálé zvyšování policejního dohledu pomůže snad rozpočtům ministerstva vnitra a pocitu politiků, že nejsou zbyteční, ale copak lze ochránit nás všechny? Politici musí bojovat o každíčkový život, a to má přednost před vším ostatním! V případech nemoci je přece lepší předcházet příčinám než pak už jen léčit následky. Bylo by asi dobré poctivě si přiznat, co je podstatou islámského terorismu a z jaké ideologie vychází, protože nic z toho rozhodně nemá v civilizované společnosti místo. Politiky si platíme proto, aby měli výsledky, a ne aby planě žvanili o korektnosti a odhodlání.

Dopisy a vzkazy

Řidiči MHD  
a angličtina

Dobrý den, ve čtvrtečním Metru si pan Horák stěžovat na pražskou městskou hromadnou dopravu, že její řidiči neumějí anglicky jako v Nizozemsku. Předně – angličtina je holandské nepochybně podobnější než čeština. Práce řidičů v hromadné dopravě je velmi náročná a zodpovědná, když po celý den musí bezpečně projíždět městskými ulicemi plnými agresivních řidičů a nepozorných chodců. Uchazeči musí projít náročnými testy, a kdyby dopravní podniky ještě vyžadovaly angličtinu, asi by opravdu neměl kdo jezdit s vozy MHD. V Brně se dopravní podnik neustále potýká s nedostatkem řidičů i bez požadavku znalosti cizího jazyka. V našem městě lze koupit u řidiče jízdenku, tedy nechápu, proč to v Praze nejde. A vůbec – velmi často se v Metru řeší samé pražské problémy; nevím, zda si redakce uvědomuje, že devět desetin obyvatel této republiky to vůbec nemusí zajímat.

JITKA LEŽOŇOVÁ, Brno

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

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

Výrok dne



„Mým způsobem, jak se s tím vyrovnat, bylo strkání hlavy do písku.“

PRINC HARRY

Přiznal, že měl po smrti své matky, princezny Diany, vážné emocionální problémy. Vícekrát se duševně téměř zhroutil.

Slovo dne

## DEFÉTISMUS

(Ze sloupku Vlastimila Vondrušky na této straně)

Poraženectví, malodušnost, nedostatek sebedůvěry

ZDROJ: AKADEMICKÝ  
SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



INZERCE

## HOROSKOP na úterý 18. 4.



## CESTA K PENĚZŮM!

Najděte životní štěstí a finanční stabilitu. Zeptejte se mě, co vás čeká!

Zavolejte mi na 906 70 30 35 nebo pište SMS na číslo 904 30 55 s kódem 67NZF a svým datem narození!

Numeroložka Karmen



Beran 21/3–20/4

Pozor na zbrklost! Můžete si pracovní hodně polepšit díky své pili, ale zbrklost by vám mohla postup nahoru zkomplikovat.



Váhy 23/9–23/10

Dnes byste skutečně přivítali, kdyby se vám nikdo nepletl pod nohy. Občas potřebujete pracovat samostatně, bez vyrušování.



Byk 21/4–21/5

Nebojte se tak úzkostlivě chyb! Strach svazuje a podvědomě se pak vyhýbáte riskování. Moc dobře přece víte, že risk je zisk.



Štír 24/10–22/11

Dvakrát měřte, jednou řešte! To znáte moc dobře, ale občas máte takovou radost z řešení, že zapomináte na moudra předků.



Bližnci 22/5–21/6

Pokud se chystáte na nákup, dejte si pozor na lákavé obaly a zářivé cedule s výhodnými nabídkami. Nedejte pouze na reklamu!



Střelec 23/11–21/12

Pracovní týden teprve začíná, ale už si průběžně kontrolujte, aby vám nezbyvaly resty. Koncem týdne by vás mohly zaskočit.



Rak 22/6–22/7

Okouzlíte někoho na pracovišti natolik, že si toho všimnete. Pokud jste ještě nezadaní, není důvod, proč se trochu nesblížit.



Kozoroh 22/12–20/1

Někdy míváte tak trochu problémy s vyjadřováním. Pokud si nejste jisti srozumitelností svého textu, přečtěte si jej nahlas.



Lev 23/7–22/8

Konečně doceníte, že máte dobré vztahy s kolegy. Může se stát, že pomoc některého z nich budete potřebovat. Využijte ji!



Vodnář 21/1–20/2

Potřebujete si udelat radost. Není nutno schovávat peníze hluboko v kapse. I drobná maličkost vám zpříjemní celý den.



Panna 23/8–22/9

Zdá se vám, že je nějaký pracovní postup zbytečně komplikovaný a neefektivní. Pokuste se ho s pomocí kolegy vylepšit.



Ryby 21/2–20/3

Peníze pro vás rozhodně neznamenají ani zdaleka tolik jako pro vaše okolí. Pokračujte v rozmazlování svých nejbližších.

Řešení sudoku

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

Anketa

Co říkáte na počasí během letošních Velikonec?

Jiřík Bohemák  
Evolet

Já mám radši takové počasí nežli sluníčko.



Renáta Šťastná

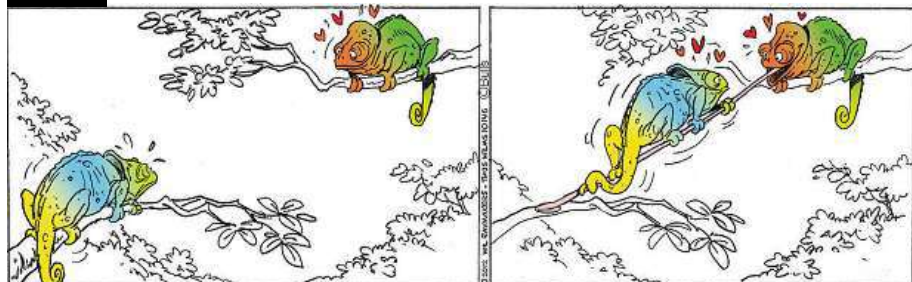
Tak nějak ty výkyvy počasí k životu patří.



Denisa Motejl

Aspoň jsem letos nedostala přes zadek.

Komiks



## SAMOTNÁ?

Kdy a kde letos potkáš lásku?

Zeptej se karet!

Pošli SMS ve tvaru 90GVP a své datum narození na 904 30 46

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



# WHAT'S YOUR HOBBY?

**This series discusses popular pastime activities.**

## Kabaddi

Kabaddi is a game for men and women or girls and boys. It is very popular in India, but people from many other countries play it too. You need two teams of players. In the game, one player from team A tries to 'tag' (touch) a player from team B. At the same time, all the players in team B try to catch and hold the player from team A.

You can play Kabaddi anywhere, but it's best to play it on a soft surface, like grass or sand or on exercise mats. This is so people don't get hurt. You need a rectangular playing area with a line around it. There is also a centre line which separates the playing area into two halves.

Each team starts in its half. Team A begins. They send one player into team B's half. This player must not breathe

and must try to tag a player from team B. Then she must run back to her half of the court. All the time she is in team B's half, she must keep saying 'kabaddi, kabaddi'. If she tags a player from the B team and gets back to her half, the player she tagged is out. This means they can't play for a short time.

The players in team B don't want to be tagged. They want to catch the player from team A and hold her in their half until she breathes. If they can do this, the player from team A is out.

Every time someone is out from team A or B, the game stops. If A is out, B gets a point. If B is out, A gets a point. Then the game starts again, and it is time for a B player to try to tag a player in the A team. After 20 minutes of play, the winner is the team with the highest number of points.

In the Asian Games in 1990, seven countries sent kabaddi teams to play an international competition. The first kabaddi World Cup was played in 2004. India has won every competition since then. **RUSSELL EVANS**



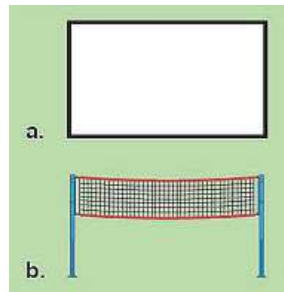
Kabaddi is very popular in India.

BRITISH COUNCIL

### Activity 1

Before you read, decide which word goes with which meaning or picture.

- 1. breathe
- 2. court
- 3. mat
- 4. net
- 5. rectangular
- 6. point
- 7. separate
- 8. surface
- 9. touch



- c. an area on the floor with a line around it where people play a sport;
- d. make one thing into two parts
- e. put your hand on something softly;
- f. something soft you put on the floor so you don't hurt yourself when you fall
- g. take air into your body
- h. the top side of something flat, for example a table
- i. a number that shows which team is winning



Match on the South Asian Game 2016.

PROFIMEDIA.CZ

### Activity 2

The text has six parts, A to F. Match the headings to the parts.

#### • Parts

- 1. Part A .....
- 2. Part B .....
- 3. Part C .....
- 4. Part D .....
- 5. Part E .....
- 6. Part F .....

#### • Headings

- i. Catching a player
- ii. How do you win?
- iii. International kabaddi
- iv. Saying 'kabaddi, kabaddi'
- v. What is kabaddi?
- vi. Where do you play it?

### Answers

#### Activity 1

- 1. g; 2. c; 3. f; 4. b; 5. a; 6. i; 7. d; 8. h; 9. e

#### • Activity 2

- 1. v; 2. vi; 3. iv; 4. i; 5. ii; 6. iii

#### • Activity 3

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

#### • Activity 2.1

- 1. on; 2. for; 3. on; 4. in; 5. for; 6. on; 7. in

### Activity 3

True of false (not true)?

- 1. Anyone can play kabaddi.
- 2. You play kabaddi on a volleyball court.
- 3. Everyone must say kabaddi, kabaddi all the time.
- 4. If someone tags or catches you, you are out.
- 5. The first kabaddi World Cup was in 1990.
- 6. The Indian kabaddi team is very good.

### Activity 4

Look at these sentences from the text and the words in bold.

- Kabaddi is a game for men and women ...  
It is very popular in India.  
... it's best to play it on a soft surface ...
- The sentences use the prepositions **for**, **in** and **on**.

• Use **for**, **in** and **on** to make sentences.

- 1. We married ..... 14 February last year.
- 2. I'm going to my sister's house ..... dinner.
- 3. She always visits her mother ..... Sunday.

• 4. The weather is hottest ..... July.

- 5. I bought a TV ..... my bedroom.
- 6. There is a mouse ..... the table.
- 7. He likes coffee ..... the morning.

### Lesson No. 12



### Activity 5

What games did you play in the playground at school?

- Can you remember how to play?



# Co se děje, když vám v těle chybí nezbytný hořčík?

**Jste nervózní více než kdy jindy, špatně se soustředíte a trpíte svalovými křečemi. Pak je možné, že máte málo hořčíku.**

ny, špenát, mák, banány nebo i káva. Hořčík se dá doplnit i tabletami, které si lze zakoupit v lékárně. Velmi často ho najdete v kombinaci s vitamínem B6, hořčík se totiž za přítomnosti tohoto vitamínu lépe vstřebává. Stejný efekt má například i vitamin D3.

Pokud zvolíte doplňování hořčíku pomocí prášků, pozor na vyšší dávky – mohou způsobovat průjem. Existují i jiné způsoby podání magnézia: injekční, ať už do svalů či určené k žilnímu podání ve formě infuzí.

Kromě hořčíku může tělo trpět i nedostatkem jiných

minerálů. Například pokud máte málo železa, můžete si způsobit anémii (chudokrevnost, při které dochází k poklesu červených krvinek), jež se projevuje nápadnou bledostí kůže a sliznic, únavou, zvýšenou spavostí.

Málo zinku způsobuje únavu, změny nálady a psychiky,

vyvolává sklon k průjmům a při těžkém nedostatku může způsobovat různé komplikace v těhotenství.

Měď je obsažena v řadě enzymů. Její nedostatek může za anémii, poruchy imunity, poruchy růstu vlasů a nehtů.

Velmi důležitý je jód, jehož úbytek má za vinu zvětšení štítné žlázy, přičemž může způsobit i její sníženou funkci. „Nebezpečné je to zejména v těhotenství, kdy může dojít k onemocnění plodu,“ varuje lékařka Konvičná.

Fluor je nezbytný ke správné mineralizaci kostí, selen pak k obraně proti volným kyslíkovým radikálům, k regulaci hormonů štítné žlázy a plodnosti. **HUĐ**

Tělo potřebuje ke svému fungování řadu látek, mezi něž patří i minerály. Organismus si je nedokáže sám vyrobit, musíme je tedy dodávat „zvenčí“. Patří sem vápník, důležitý pro tvorbu kostí, nebo železo, zinek či měď, ale i hořčík. V české populaci trpí řada lidí jeho nedostatkem, aniž by o tom věděli.

„Stav nedostatku hořčíku se nazývá hypomagnezémie. Jde o poměrně častou poruchu vnitřního prostředí, která je způsobena řadou příčin. Mezi nejčastější patří průjem a léčba diuretiky, což jsou léky určené k terapii vysokého krevního tlaku a srdečních onemocnění. Mezi další příčiny patří alkoholismus, některá ledvinová a endokrinní onemocnění,“ říká praktická lékařka Polikliniky Agel Olomouc MUDr. Ludmila Konvičná.

Nedostatek hořčíku se projevuje podobně jako nedostatek vápníku. „Tyto poruchy vnitřního prostředí jsou často v kombinaci. Mezi typické projevy patří svalové křeče a svalová slabost, dále zvýšená dráždivost, poruchy srdečního rytmu, špatné soustředění, bolesti hlavy, brnění rukou a pocit vnitřního napětí,“ vyjmenovává Ludmila Konvičná. Doporučená denní dávka hořčíku je pro muže 400 miligramů a pro ženu 300 miligramů.

Ve větší míře obsahují magnezium ořechy, datle, luštěni-

INZERCE

## MAXI HOŘČÍK

Doplnek stravy s hořčíkem pro dospělé



**Vysoká dávka hořčíku v malé, snadno polykatelné tabletě.**

**Komfortní užívání – Stačí 1 denně!**

**Jedna tableta obsahuje 350 mg čistého hořčíku**

**Hořčík přispívá ke snížení míry únavy a vyčerpání a k normální funkci svalů**

### Minerály v potravinách

**Kde jsou a jak je najdete? Podívejte se na přehled potravin, co byste měli jíst, abyste zůstali v kondici.**

- **Hořčík** – luštěniny, špenát, mák, kvasnice nebo ořechy, velmi vysoký obsah hořčíku má káva
- **Zinek** – vyskytuje se v potravinách bohatých na bílkoviny, zejména v hovězím, vepřovém a drůbežím masu, vejcích a mořských plodech
- **Měď** – luštěniny, játra, rozinky, listová zelenina, ořechy
- **Železo** – vnitřnosti, hovězí a jehněčí maso, mořské plody, listová zelenina, sušené ovoce, luštěniny, sušené houby a ořechy
- **Selen** – nejvíce selenu je obsaženo v některých druzích ořechů, ve vnitřnostech, rybách a mase mořských plodů, ale i v mořských řasách

## Test. Alkohol spalujeme různě. Nejde jen o váhu

Jsou za námi Velikonoce a také jedno z nejrizikovějších období, co se alkoholu za volantem týče. BESIP společně s toxikologickým oddělením Všeobecné fakultní nemocnice v Praze udělal test, jak je to s odbouráváním alkoholu v krvi u různých lidí. A zjistil, že rozdíly mohou být i několikahodinové.

Sto kilogramů váží muž ve věku 40 let při něm odboural alkohol za dvě hodiny, za-

tímco mladá žena o váze 67 kilogramů musela po vypití stejného množství alkoholu čekat do úplného vystřízlivění přes deset hodin. „Na každého působí alkohol jinak. Nejde jen o to, kolik vážíme nebo zda jsme muž nebo žena, ale každý produkuje jiné množství enzymu, který má v našem těle zpracování alkoholu na starosti. Záleží také na momentálním zdravotním stavu, psychickém

rozpořazením, stravě, a dalších aspektech,“ vysvětlil primář toxikologického oddělení VFN Radomír Čabala.

Testu se zúčastnilo sedm mužů a tři ženy ve věku od 27 do 52 let, všichni měli stejný pitný i stravovací režim. Během čtyř hodin vypili v pravidelných odstupech osm velkých panáků 40procentní vodky. V pravidelném intervalu jim lékaři odebírali krev a pro kontrolu absolvovali

i dechovou zkoušku. Z výsledků byla zjišťována míra tolerance na alkohol, jeho vstřebávání a odbourávání. První měření po hodině například ukázalo, že na každého působí alkohol jinak a jiným způsobem jej vstřebává. Maximální hladiny alkoholu v krvi dosahuje člověk 45 až 90 minut po vypití. Při dopočítání odbourání veškerého zkonsumovaného alkoholu se pak ukázalo, že člověk

zvyklý na konzumaci alkoholu odbourá za hodinu okolo 0,2 promile, což je maximum.

Odbourávání alkoholu neurýchlí žádný prostředek, nepomůže ani káva, vývar či jiné „zaručené recepty“. Pomocí může doplnit ionty, minerály a tekutiny, které tělo spotřebuje při zpracovávání alkoholu, ale nijak to nesníží jeho hladinu. Hodně také záleží na kvalitě spánku. **ČTK**

# Proti ubývání sil u seniorů se lze bránit. Výlety a cvičením

**Ke stáří postupné snižování fyzických schopností zkrátka patří. Hýčkejte se pohybem.**

Stárnutí je doprovázeno zdravotními neduhy, zvláště když mají seniori potíže s nadváhou. Problém je v tom, že ve vyšším věku ubývá síl, pohyby jsou vláčnější reakce pomalejší. I zde platí, že účinným bojem proti nadváze je dostatek pohybu, hlavně toho přirozeného, jako je chůze. Odborníci kromě cvičení – denně ráno a večer – doporučují vyrazit třeba se psem na vycházku, pracovat na zahrádce nebo dělat výlety do přírody.

Důležité je tělu dodávat dostatečné množství vápníku a vitamínu D. Lze ho najít jak

v tabletách, tak i ve slunci. Pomůže i přísun bílkovin. Odborníci doporučují pít třeba kopřivový čaj.

Lékaři mluví o obezitě jako o problému na celý život. Úspěšně ho zvládne přibližně třetina pacientů – někteří svou snahu vzdají hned po první návštěvě obezitologické ordinace, další pak ve chvíli, kdy se od lékaře dozvědí, že jim místo zázračného léku „naordinuje“ víc pohybu a změnu jídelníčku.

„Také v seniorském věku platí, že energetický příjem by měl být přiměřený tomu, jak se hýbeme,“ říká pro Lidovky.cz doktorka Denisa Haluzíková, primářka Ústavu tělovýchovného lékařství 1. LF UK a VFN. „Jinak řečeno, když jsme čtrnáct dní na horách, můžeme sníst víc, než když sedíme doma u televize.“ Podle odborníků mají ženy s nadváhou nebo obezitou čtyřikrát vyšší riziko vzniku



I dobrá nálada přispívá ke zdraví.

PROFIMEDIA.CZ

ku artrózy kolene a muži dokonce pětkrát.

Obezita způsobuje dlouhodobé přetěžování nosných kloubů, jako jsou klouby kolenní a kyčelní. Dále je příčinou přetížení a následných změn v postavení páteře. „Kila navíc“ uspíší vznik ar-

trózy nebo zhorší její průběh. Důležitá je také strava, dostatek tekutin a kvalitní spánek. Právě v seniorském věku klesá chuť k jídlu, proto je dobré si dát pozor na solení. Zvyšuje se také obliba všeho sladkého. To dohromady zvyšuje riziko obezity. **MET**

## Nemocnost starších

V České republice je nemocnost seniorů velmi vysoká. Podle odborníků více než 90 procent osob starších 70 let trpí jednou či více chronickými nemocemi.

- Podle statistických údajů trpí 3/4 osob starších 65 let onemocněními srdce a cév, polovina má zvýšený krevní tlak, 37 procent ischemickou chorobu srdeční.
- Každý pátý senior trpí zažívacími potížemi, 16 procent seniorů má cukrovku, 15 procent jich trpí onemocněními psychiatrické povahy a celých 42 procent seniorů má závažné postižení kloubů nebo kostí.
- Jen čtyři procenta seniorů jsou bez chronických onemocnění.

Zdroj: www.aktivitiprozdravi.cz

INZERCE

## CAPSICOLLE

### Kapsaicinový krém

- ▶ Zkuste vyzkoušet v procesu hubnutí - postačí malé množství o velikosti hrášku.
- ▶ Skládá se z 8 čistě přírodních látek
- ▶ Hřejivý krém je vhodný pro dospělé a děti od 12 let
- ▶ Stačí malé množství o velikosti hrášku
- ▶ Výborně se vstřebá do pokožky a je bez zápachu
- ▶ Krém začne ihned sám prohřívát na teplotu až 50° C.



[www.hrejivanaplast.cz/kapsaicinovy-hrejivy-krem/](http://www.hrejivanaplast.cz/kapsaicinovy-hrejivy-krem/)

## Spaluje Vás ankylozující spondylitida?

( Bechtěrevova nemoc )

Trpíte-li ankylozující spondylitidou, která Vám byla diagnostikována před dosažením věku 45 let, a jejíž příznaky se u Vás projevují po dobu alespoň 3 měsíců, možná jste způsobilí pro účast v klinické výzkumné studii BE AGILE 1.

Náš tým zdravotnických pracovníků posuzuje hodnocené léčivo s cílem zjistit, zda pomáhá potlačovat příznaky u kloubů, které se u ankylozující spondylitidy vyskytují. Toho dosahuje cílením na klíčové proteiny, které se účastní zánětlivých procesů.

#### ZARAŽENÍ ÚČASTNÍCI MAJÍ NÁROK NA:

- bezplatné dodávky hodnoceného léčiva k léčbě ankylozující spondylitidy,
- bezplatnou péči od místního doktora související se studií,
- náhradu za čas a cestovní náklady.

#### CHCETE-LI ZJISTIT VÍCE, KONTAKTUJTE NÁS:

Zdravotnické zařízení CCBP Czech Prague s.r.o.  
Vinohradská 174, Praha 3  
Telefon: 725027328 nebo 230230940



 Inspired by patients.  
Driven by science.

**BE AGILE 1** 

UCB\_A50008\_BE\_AGL1\_E\_Poster\_Verzion 10\_30AUG2016\_Czech



Cestování - nabídka

**VELIKONOČNÍ NADÍLKA**

**Další SLEVA 500 Kč**

**KORFU - Senior 55**  
Pobytový zájezd  
12 dní/3.6.2017 - **10 250 Kč**  
11 dní/14.6.2017 - **10 360 Kč**  
Studia Claire

**Další SLEVA 500 Kč**

**KORFU - Pro všechny**  
Pobytový zájezd  
8 dní/3.6.2017 - **13 390 Kč**  
Hotel Athina San Stefano 3\*  
Polopenze

**Další SLEVA 500 Kč**

**MADEIRA Květinové slavnosti**  
Poznávací zájezd  
8 dní/1.5.2017 - Hotel 3\*  
**21 990 Kč**  
8 dní/3.5.2017 - Hotel 2\*  
**18 530 Kč**  
s těmito kupony v CK AGL travel

**CK AGL travel**  
Jungmannova 6, Praha 1  
www.AGLtravel.cz

Pronájmy - poptávka

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

• Manželé s jedním dítětem hledají k pronajmutí byt 2+1 nebo 3+1 do ceny 15 tisíc i s poplatky. K nastěhování v průběhu 4/5 2017. Děkujeme. 775088498

• VŠ hledají pronájem bytu v Praze s dobrým spojením MHD. Dlouhodobě. Slušné jednání. RK prosím nevolat. TEL: 604778666

Intimní

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

• **BEZKONKURENČNÍ FOTA!** Rajcovní, odhalená... SEXY! Při SMS ve tvaru 58PTH a text na 909 15 50

• Muž sex nepotřebuje, já ANO! **Jen diskrétně! Vdaná Anna 50.** T: 909 90 99 25 nebo mi pošli SMS na 909 15 40 s kódem 59ZBK a tvůj text!

• Už opravdu dlouho čekám na pořádného chlapa. SEX BEZ ZÁVAZKŮ! Veronika 54. Ozvi se mi na 909 801 801 kód GNU85

• **Práce - nabídka**  
• ŘIDIČ VZV 5t - dlouhé vidle, P-Kyje. Oprávnění na VZV, praxi. Plat od 125 Kč/h. + bonusy. 12hod. směny ranni/noční. Možnost ubytování. 727842055

• Bezp. ag., přijme pracovníky na pozice: velitel, strážný a detektiv. 85-120 Kč čis. Nabízíme ubytování, zálohy, odměny. Volejte 6-23 h. tel. 777069722



• Láska mě zklamala na plně čáře! O sexu vím, že nikdy nezklame! Naplň můj den divokým sexem! Rozvedená Jitka 55, ozvi se mi na 909 80 50 40 nebo mi napiš SMS na 909 15 45 s kódem 92LCZ a tvůj text!

Nemovitosti - poptávka

• Právni zástupce zaměstnanců O2, FIOBANK, RAIFFEISENBANK, poptává byty ke koupi a k pronájmu pouze v Praze. Právní servis zdarma. TEL: 602 21 96 21.

• **Finance - nabídka**  
• Půjčky! Oddlužíme Vaši nemovitost! Vyplatíme Vaše dluhy, exekuce, zástavy! Nizká měsíční splátka až na 15 let! Vše vyřízeno do 48 hodin! Tel 737352730

Služby - nabídka

**ŽALUZIE, ROLETY**  
Aleš SUCHÝ  
Tel.: 728 863 201  
• záruka 3 roky  
• doprava zdarma  
• montáž do 3-5 dnů  
kupón sleva 60% z ceny mont. žal.

• Odvoz starého nábytku na skládku! Sťahování všeho druhu. Vykližení bytů, sklepů, pozůstatků. Naložíme a odvezeme cokoliv. Rozumná cena. T. 773484056

• Čistírna oděvů a peří v metru. Navštivte naši provozovnu ve vestibulu stanice Bořislavka, vystoupíte-li směrem na Veleslavin. Otevřeno máme Po-Pá, 8:00-20:00 h. V případě zájmu volejte 608047918

• **Práce - nabídka**  
• Bezp. ag., přijme pracovníky na pozice: velitel, strážný a detektiv. 85-120 Kč čis. Nabízíme ubytování, zálohy, odměny. Volejte 6-23 h. tel. 777069722

• **Práce - nabídka**  
• Bezp. ag., přijme pracovníky na pozice: velitel, strážný a detektiv. 85-120 Kč čis. Nabízíme ubytování, zálohy, odměny. Volejte 6-23 h. tel. 777069722

**NZZ AFFIDEA PRAHA s.r.o.**  
v Praze 4 na Chodově  
přijme  
**RECEPČNÍ na plný úvazek (ranni a odpolední směny)**  
Požadujeme:  
SS s maturitou, angličtinu na komunikační úrovni, znalost práce na PC, příjemné jednání. Zdravotní škola výhodou. Nástup možný ihned.  
Kontakt:  
tel.: 267 090 827, pí. Vopelková

• Hledáme brigádníky na pozici skladník do Rudné u Prahy, dlouhodobá spolupráce, možnost výplaty 1x týdně, 80-90 Kč/hod. Podmínkou výpis z TR. Volejte: 774972089, pište: zivotopisy@brigadaihned.cz, nebo přijďte k nám: Brigádník s.r.o., Karlovo nám. 17, Praha 2. Více info: www.brigadaihned.cz

• UDĚLEJ TO. Daruj krevní plazmu. Náhrada 500 Kč za odběr. Až 1.000 Kč / dva odběry. Tel: 702278928, www.caraplazma.cz, Perlova 5. Pomáhat je lidské.

• Domov pro seniory v Praze 2 hledá zdravotní sestru bez registrace na zkrácený úvazek, po-pá. Více na tel. 734769966.

• Domov pro seniory v Praze 2 hledá ergoterapeuta/ku na HPP. Dobré platové podmínky. Více na tel. 734769966.

• Přijmeme muže na pozici strážný na administrativní budovy, sklady a autosalony v Praze. 12 hod. směny (denní/noční). Nabízíme: DPP, mzda 80-95 Kč/hod v čistém. Podmínky přijetí: fyzická zdatnost, čistý TR, základy PC. V případě zájmu volejte PO-ČT 9:00-15:00 hod. na tel.: 733469469.

• Hledáme muže a ženy na úklid os. vlaků v Praze 4. 12-ti hod. směny den/noc. Mzda až 18.000 Kč. Další informace na tel. 604108215

• Přijmeme ženy na úklid domácností v Praze po-pá, 8-16 h. nebo na zkr. úv. I pro důchodce a maminky na MD. Dobré plat. podmínky. Čistý TR. T. 603782607

— Přijmeme —  
**PRODAVAČE/ČKY do řeznictví**  
Praha 10 - Horní Měcholupy  
Mzda **16.000 Kč.**  
Volejte **725 263 672.**

Bezpečnostní agentura přijme:  
**zaměstnance (ČID, PID)**  
pro ostrahu objektů v Praze bez možnosti ubytování  
Požadujeme: trestní bezúhonnost  
Nabízíme: dobré mzdové podmínky, příspěvek za vlastního psa  
Info: po-čt 9.00-15.00 hod.  
Tel.: 222 780 671, 737 337 088

• Hledáme šikovné pracovníky do skladu v Rudné u Prahy na různé pozice. Denní směny 07-19h, kr./dl. týden. Mzda: 90 Kč čist./hod., osobní prémie dle kvality práce. Dobrá dostupnost z metra B Zličín. Umožníme ubytování (jen pro muže), dlouhodobá spolupráce. Volejte 727903706, Well Pack, s.r.o.

• BA přijme pracovníky Zásahové skupiny PCO a Dispečera/ku PCO (P-9 Běchovice) Nepřetržitý provoz, HPP i VPP. Požadavky: Osvědčení o odborné způsobilosti, bezúhonnost, dobrý fyzický stav, RP sk.B, vlastní automobil. Mbt 602258010, e-mail security.pco@seznam.cz

• Hledáme retrakáře do skladu v Rudné u Prahy, firemní svoz, dlouhodobá spolupráce, možnost výplaty 1x týdně, 100 Kč/h. čistého. Podmínkou výpis z TR. Volejte: 774972089, pište na: zivotopisy@brigadaihned.cz nebo přijďte k nám - Brigádník s.r.o., Karlovo nám. 17, Praha 2. Více na: www.brigadaihned.cz

**1100 Kč MĚSÍČNĚ!?**  
OD 1. 4. 2017 DARUJ KREVNI PLAZMU, ZACHRAŇ LIDSKÝ ŽIVOT A ŽÍSKAJ ÚHRADU dle § 32 odst. 2 zákona č. 373/2011 Sb.  
www.unicaplasma.cz  
tel.: 220 515 464  
metro HRADČANSKÁ

**HLEDÁTE PRÁCI?**  
NABÍZÍME PRO MUŽE A ŽENY  
**STRÁŽNÝ V PRAZE**  
Plat: 60-95 Kč/h  
**VOLEJTE ZDARMA 800 600 333**  
www.adamsecurity.cz

**STRÁŽNÝ VRÁTNÝ RECEPČNÍ**  
HLEDÁME:  
recepční, strážné - vrátne, ostrahu  
**VHODNÉ PRO:**  
invalidní důchodce  
NABÍZÍME:  
náborový příspěvek 10.000 Kč  
66-90 Kč/hod. (Vyplácení denně) stravenky a příspěvek na bydlení  
Jsmo solidní společností.  
KONTAKT: 800 888 440  
**BEZPLATNÁ LINKA**

**FINANČNĚ ATRAKTIVNÍ PRÁCE V BEZPEČNOSTNÍ SLUŽBĚ**

**Nabízíme:**

- PRÁCI VE VAŠÍ LOKALITĚ
- SLUŽEBNÍ VÝSTROJ
- ZÁLOHY NA MZDU
- MOŽNOST UBYTOVÁNÍ
- PRÁCE NA HLAVNÍ PRACOVNÍ POMĚR, DOHODA, MOŽNOST BRIGÁD
- MOŽNOST ZHOVOVENÍ ZBROJNÍHO PRŮKAZU

**Nabízené pozice:**

- Detektiv
- Strážný průmyslových areálů
- Strážný se psem
- Strážný se zbraní
- Dozor expozice, kustod
- Recepce
- Člen zásahové jednotky
- Velitel objektu

**VOLEJTE ZDARMA 800 108 111**  
Email: nabor@abasco.cz

• Zprostředkujeme prodej nebo výkup, řešíme exekuce, právní vady, dluhy - byt, rod.dům, chalupa, Praha a okolí. Peníze ihned. Tel. 777306102

• AMBOSELI s.r.o. přijme zaměstnance na pozici popelář, metař -na HPP, DPČ, možnost pravidelných záloh a ubytování. Bezplatná linka 800100166.

• Hledáme THP zaměstnance do knihovny (plus nábor žáků, archiv a cestovní příkazy) na Střední průmyslovou školu strojnickou, Betlémská, Praha 1. Nástup ihned na plný úvazek. Info: reditel@betlemska.cz

• Centr Group, a.s. přijme muže/ženy na pozici recepční a bezpečnostní pracovník. Finanční ohodnocení 80-110 Kč/hod. Tel. 739485851

• HOP ON-HOP OFF hledá asistenty do autobusů. Nutná znalost anglického jazyka. Na HPP i DPP. V případě zájmu více info na tel. 602405701.

• STRÁŽNÝ - pro objekty v Praze. Vhodné i pro důchodce (muže). Tel. 723877991.

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

**PRACOVNÍCI ÚKLIDU**  
hledáme uklízečky pro zakázky v Praze  
• vhodné pro osoby se zdravotním znevýhodněním (invalidní důchod)  
• práce na poloviční úvazek  
• mzda **100 až 120,- Kč/hod.**  
Kontakt: **776 828 187**

**Významná a stabilní společnost s dlouhodobou působností na českém trhu hledá vhodné kandidáty na pozici recepční.**

**RECEPČNÍ S AJ/NJ**

**INFORMACE O PRACOVNÍM MÍSTĚ:**  
Vedení evidence všech osob vstupujících do objektu přes recepční  
Vyřizování základních administrativních úkonů  
Komunikace s návštěvníky

**POŽADUJEME:**

- Dobrá znalost anglického nebo německého jazyka - podmínkou
- Dobré komunikační schopnosti • Přijemné vystupování
- Spolehlivost, pečlivost, zodpovědnost
- Základní znalost práce na PC • Čistý trestní rejstřík

**NABÍZÍME:**

- Zajímavé pracovní prostředí • Nástup možný ihned
- Kompletní uniformu • Motivační finanční ohodnocení
- Typ smluvního vztahu: Pracovní smlouva/Dohoda o provedení práce

**VHODNÉ PRO ABSOLVENTY.**  
Kontakt: **Volejte zdarma tel.: 800 108 111**  
nabor@abasco.cz

**VELKÁ RENOVANÁ SPOLEČNOST PŘIJME OZP NA OSTRAHU OBJEKTŮ**  
v Praze a okolí na HPP, mzda 80 až 90,- Kč/hod., náborový příspěvek 10.000,-Kč, stravenky, možnost záloh, firemní ubytování v Praze, služební výstroj zdarma, zdarma osvědčení „strážný“, nástup ihned.  
Přijďte do našeho týmu.  
Bezplatná linka 800 888 042.

**ADESTRA**  
Security, spol. s r.o.  
Přijme nové kolegy na pozici:  
**STRÁŽNÝ/DETEKTIV**  
Požadujeme:  
• fyzickou zdatnost  
• čistý trestní rejstřík  
Nabízíme:  
• mzdu až 90,- Kč/h  
• odměny za záchyty  
• stravenky  
• náborový příspěvek  
Kontakt:  
tel.: 734 713 794, 257 311 447  
email: personalni@adestra.cz  
www.adestra.cz



# Vondroušová má v sedmnácti titul

**Česká tenisová naděje triumfovala na turnaji v Bielu.**

Z kvalifikace až na samotný vrchol dokráčela Markéta Vondroušová. Za celkové vítězství ve Švýcarsku inkasovala prémii 43 tisíc dolarů (více než milion korun) a v žebříčku WTA se posunula z 233. na 117. příčku.

Milionový bonus za triumf Česku zaskočil. „Vůbec nevím, co s tolika penězi budu dělat. Maminka mi pomůže,“ smála se Vondroušová.

Bývalá juniorská světová jednička absolvovala teprve druhý turnaj WTA v kariéře



Markéta Vondroušová AP

a hned z toho byl triumf. Na cestě k němu vyřadila dvě své krajanek (Kristýnu Plíškovou a Barboru Strýcovou), ve finále potom porazila Estonku Anett Kontaveitovou 6:4, 7:6. „Byl to skvělý týden, hrála jsem opravdu výborně,“ řekla Vondroušová na kurtu.

Ve Švýcarsku vyhrála s kvalifikační osm utkáni a letošní zápasovou bilanci ve dvouhře si upravila na 40 výher z 44 zápasů. Většiny z nich dosáhla na nižším okruhu ITF, na kterém letos získala tituly ve Stuttgartu a v Grenoblu a dvakrát hrála ve finále.

V nejbližších dnech čeká Vondroušovou příprava na semifinále Fed Cupu v USA. V této soutěži může hrát vůbec poprvé. **PUR a ČTK**



## Senzační triumf Spilkové

Golfistka Klára Spilková (na snímku) vyhrála turnaj Ladies European Tour v marockém Rabatu a dosáhla hned na úvod sezony životního úspěchu. Za vítězství získala šek na 67 500 eur (asi 1,8 milionu korun). Díky triumfu si dvadacetiletá Češka automaticky zajistila start i na obou letošních evropských turnajích kategorie major. **ČTK**

## INZERCE

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

### Práce - nabídka

• Přijmeme uklízečku na DPP. Pracoviště Praha 5, úvazek 20 hod. týdně, prac. doba 16 - 20 hod. Požadujeme spolehlivost, preciznost. Mzda 66,- Kč/hod. T. 602306402 7-14 hod. Nástup možný od 1.5.2017.

• Výplata 100% 2. den! Operátor výroby, skladové práce v Praze. Zajímavý VÝDĚLEK! Tel.: 724772129.

• Přijmeme recepční pro administrativní budovu v Praze 2. Místo je vhodné pro mladší důchodkyni. Nenáročná činnost bez znalosti cizího jazyka a PC. Denní služby 2-3 dny v týdnu. Mzda 70 Kč/hod. Tel. 244471156, mail: oazaba@oazaba.cz

• Hledáme muže do oddělení úklidu na mytí oken. Pracovní doba 5:00 - 7:30 pak 13:00 - 17:00 hod a na mytí koberců 5:30 - 14:00 hod. Místo výkonu Praha - centrum. Kontaktní telefon: 734235555.

• Třídění tisku - brigáda, 80 Kč/hod., výplaty týdně. Tel.: 774433968

• Bezpečnostní služba přijme pracovníky pro ostrahu objektu na Praze západ. Mzda 18.000 - 20.000 Kč čistého + nábor. příspěvek 3.000 Kč. Tel. 800100286

• Přijmeme pracovníky/ce pro vyskládávání zboží ze skladu na Praze 6 - fyz. nenáročná. Mzda 18.000 Kč čistého + nábor. příspěvek 3.000 Kč. Tel. 800100286

**MALGEN**  
Přijmeme pracovníky ostrahu  
**MZDA 66 - 120Kč/hod**  
Náborový příspěvek až 3.000,- Kč  
Možnost ubytování  
800 99 11 00  
malgen@malgen.cz | www.malgen.cz

• Zdravotní sestru/asistenta do kanceláře ADP-admin. činnost, CV na mail: vsestra@hcare.cz.

• Hledáme fyzicky zdatné kolegy na noční vykládku kamionů do Chomutovic s výplatou ihned po směně. Směny po-pá 17:00-05:00, mzda 85 Kč čist./hod. Výplata mzdy ihned po směně. Svaz z metra Opatov zajištěn zdarma. Volejte Jana 727968424. www.wellpack.cz

• Hledáme nové kolegy na vychystávání zboží do hypermarketu se smíši. Zvolíme Praha 9 Černý Most. Pravidelné směny Ne-Čt 13-22. Mzda 95 Kč čist./hod. Při pečlivosti a rychlosti až 110 Kč čist./hod. Dobrý fyzická kondice. Týdenní záloha. Dlouhodobá spolupráce. Volejte Veronika 727903706. wellpack.cz

• Pokrývače příjmu ihned. Tel. 602133619

• Přijmeme brigádníky na ranní a večerní úklid admin. prostor v budově na P1. PO-PÁ od 5,00 hod./18,00 hod. cca 3 hod. KONTAKT: tel. 739609156.

• OPERÁTOR/KA SKLADU – až 26.000 Kč, HPP, praxe výhodou, základy na PC nutnost, práce na směny. Volejte 774285555 nebo 773779855

• ELEKTROTECHNIK/TECHNIK – až 30.000 Kč, HPP, znalost schémat, pájení, práce na PC. Volejte 773779855 nebo 774285555

• Ag. domácí péče v Praze nabízí zdrav. sestřím přívydek od 10.7.-18.8.2017. Výpomoc u pacientů v Praze 6. Zajímavé fin. ohodnocení. Tel: 257327278

• Pracujete z domova, vydělávejte! Jste kartárka či astrolog? Callcentrum hledá nové posily! Celá ČR! Vlastní PC, internet a ČL. Volejte ZDARMA 800700702

• Módní atelier v centru Prahy hledá zkušenou krejčovou a střiháčku na HPP nebo ŽL. Dobré finanční ohodnocení. Tel: 605257203 email: tatiana@tatiana.cz

• Příjmu obsluhu čerpací stanice na Praze 9, životopis zašlete na omnif@omnif.cz, tel: 777213490

• ANVI TRADE s.r.o. (Křč) přijme skladníka, ZVZ s praxí, 4směnný provoz (6.00-19.00). Životopis zašlete na: smetana.milan@anvitrade.cz, t. 724155556

• Pro noční klub v Praze hledáme muže do 28 let na pozici společníka a tanečnick. Výděly až 85.000 Kč měs. Nástup možný ihned. Tel. 723370711

• Pokojská - brigáda do 5\* hotelu v centru Prahy. Praxe nutná. Dobrá znalost Čj. Tel 602732251

• BA přijme pracovníka na dispečerské pracoviště na Jižní město. Znalost PC a ŘP "B". Možno na HPP, 78 Kč/h. + prémie nebo DPP, 90 Kč/h. Tel. 727812484

• BA Griffin přijme prac. pro ostrahu objektu v Praze Uhřetěves. Podm. dobrý zdravotní stav. Plat 66 Kč/h. + prémie. Vhodné pro důchodce. T. 602323657

• Nabídka volných míst ihned: pokladní až 95 Kč/h, prodavač, operátor výroby, metař, elektrikář 130 Kč/h, klempiř 150 Kč/h. HPP i brigádně. Lokalita Praha s možností ubytování. Tel. 774489234, 777924234, netmarks@email.cz

• Hledáme ženy na úklid kanceláří 05-7,30 hod a 13-17 hod. Muže na mytí oken(i výškové), čištění koberců, práce s mycím strojem. Práce na DPP, pracoviště v dosahu metra Malostranská. Kontaktní tel. 734235555

• ZŠ Vybíralova 964, Praha 9 přijme od září spec. pedagoga a školního psychologa. CV na: pracevybiralka@seznam.cz, tel. 776637295.

• Garantovaný FIX 120 Kč/hod. (ve smlouvě), tel. operátor, Praha 3, CZ/SK podmínkou, pohodový projekt. Plánování směn dle svých možností. T.: 776518188

• Restaurace Černý Kohout v Praze 5 - Barrandově přijme číšníky a servírky + kuchaře, česká kuchyně, svatby, rauty. Brigádně i na HPP. T. 777724442

• Přijmeme brigádníky na úklid objektu v Rudné u Prahy. Bližší informace sdělíme na vyžádání. KONTAKT: tel. č. 739609156.

• Přijmeme vyučenou kuchařku pro školní jídelnu v Praze 1. Kontakt :szlatnicka@volny.cz., tel: 222318721

• - Hledáme osobu ČID (část.invl) na noční recepci (ostrahu) na Praze 4. Práce na PC. Na HPP, 71 Kč/hod + příplatky. Tel: 734 513 843.

• Stravovací firma přijme na částečný úvazek řidiče na rozvoz obědů. Prac. doba Po-Pá. Tel.: 724281213

### Byty - poptávka

- Specialista na výměny bytů i domů
- Dobře prodám/pronajmu váš byt nebo dům
- Poskytujeme rychlé finanční zálohy
- Právní služby, konzultace zdarma

Zavolejte, rád vám poradím: 777 060 126

- Expresní výkup nemovitostí
- Vyplatím dlužné nájem, exekuce, zástavy
- Půjčím na privatizaci včetně realizace
- Zajistím náhradní byty

Volejte: 776 36 36 36  
**VOSYKA**  
20 let zkušeností, osobní přístup

• Přímý investor ihned vykoupi byty v Praze. Platba v hotovosti a právní servis zdarma. Tel: 602 21 21 21

• Solventní zájemce koupí byt v Praze. Nabízíme čestné a rychlé jednání, případně i garsonku u metra či domek 3+1 ve středních Čechách. Telefon 777277779

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

• Hledám OBECNÍ BYT v Praze, zaplatím dluhy na nájem, při exekuci či výpovědi, před privatizací, zajistím náhradní byt, záloha. Tel.: 776363636

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

### Starožitnosti

### MONGOLSKÉ, ČÍNSKÉ,

JAPONSKÉ, TURECKÉ, PERSKÉ starožitnosti z bronzu, stříbra, slonoviny, kamene, porcelánu ap. i obrazy  
**KOUPÍ SBĚRATEL. T. 776 358 865.**

• Filatelie Palmovka koupí sbírky známek, starých pohlednic, mincí, významná a bankovky. Přijedeme, oceníme. Tel.: 734 105 589, prodejna 284 824 040

• Staré perské, ručně vázané koberce v jakémkoliv stavu. Přijedeme, zaplatím hotově hned. Rychlejší jednání s foto na: starekoberce@seznam.cz, 603919206

• Koupím staré obrazy, plastiku, starožitný nábytek, obraz, rámy, orientální předměty, perský koberec, hodiny, ozdobné předměty do vitriny. T: 222728307

### Byty - nabídka

**PRODÁM RODINNÝ DŮM 3+1 s jídelnou, 81m² Praha - Hostivice.**  
Pozemek 550m², terasa, pergola, venkovní krb. Po celk.rekonstrukci.  
Cena: 4 650 000 Kč  
telefon: 792 424 000  
e-mail: reafin@seznam.cz

### Nemovitosti - nabídka

**JURIS REAL**  
real estate

Společná realitní a advokátní kancelář

**JURIS REAL spol. s r.o.**

ihned vykoupi či zprostředkuje prodej rodinného domu, bytu, chaty, pozemku. Vyřešíme právní vady, dluhy, exekuce i privatizaci. Okamžitá výplata zálohy.

Tel.: 725 430 813

www.nemovitosti-vykup.info



100  
LET • YEARS



## Znáte japonské umění vytrvalosti?

Objevte robustnost a všechny vyspělé technologie Mitsubishi Outlander v limitované výroční edici „100 let“ s mimořádnou výbavou **a vyspělým volitelným pohonem všech kol!**



VESTAVĚNÁ  
NAVIGACE



PARKOVACÍ  
KAMERA



STYLOVÉ  
DOPLŇKY



VYSPĚLÝ POHON  
VŠECH KOL

Kombinovaná spotřeba 1,7–6,7 l/100 km, emise CO<sub>2</sub> 41–167 g/km. Údaje dle směrnice a nařízení EU nebo předpisů EHK. Vyobrazení vozu zahrnuje příplatkovou výbavu. Fotografie jsou ilustrativní. Skutečné provedení se může lišit.

Mitsubishi. Kdo ví, ten ví.

[www.mitsubishi-motors.cz](http://www.mitsubishi-motors.cz)

ZÁRUKA  
5 let



100  
LET • YEARS



## Znáte japonské umění pracovitosti?

Objevte vytrvalost a spolehlivost pracanta Mitsubishi L200, který vždy doveze váš náklad přesně tam, kam potřebujete. V jakémkoli terénu, za jakéhokoli počasí. **Nyní se slevou až 107 350 Kč!**



POHON 4WD  
SUPER SELECT II



NOVÝ MOTOR  
2.4 DI-D MIVEC

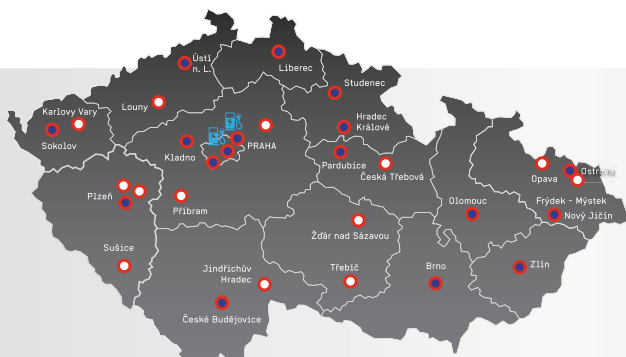


TAŽNÉ ZAŘÍZENÍ  
AŽ DO 3,1 TUNY



NEJMENŠÍ POLOMĚR  
OTÁČENÍ VE TŘÍDĚ  
5,9 M

Kombinovaná spotřeba 6,9–7,5 l/100 km, emise CO<sub>2</sub> 180–196 g/km.  
Údaje dle směrnice a nařízení EU nebo předpisů EHK.  
Vyobrazení vozu zahrnuje příplatkovou výbavu.



**Mitsubishi. Kdo ví, ten ví.**

**Vyberte si ze široké sítě  
30 autorizovaných prodejců**  
a přijďte si prohlédnout všechny výhody  
modelů Mitsubishi na vlastní oči!

[www.mitsubishi-motors.cz](http://www.mitsubishi-motors.cz)



## Fotbal. Další ztráta Sparty, vede Plzeň

Fotbalisté Jihlavy porazili ve 24. ligovém kole Spartu 1:0 brankou Ikaunieksa a letenského soupeře porazili v nejvyšší soutěži vůbec poprvé. Vysočině vyšla premiéra pod novým trenérem Josefem Jinochem. Naopak Sparta vyhrála z posledních pěti zápasů jen jednou. Předposlední Jihlava ztrácí už jen bod na Hradec, který včera podlehl Slavii jasně 0:4. Vyhrála také poslední Příbram, která porazila na vlastním hřišti Karvinou 4:2. Jeden z gólů domácích dal sedmatřicetiletý Martin Jiránek, pro něhož to byla první trefa v české lize.

Tabulku vede o bod před Slavii Plzeň, která si v neděli poradila doma se Slováckem 2:0. Viktorii pomohla sporná penalta, kterou proměnil Bakoš a zaznamenal tak jubilejní 100. gól v evropských fot-

balových ligách. „Zeman si naskočil pěkně, takže klidně mohl letět až do Vídně,“ řekl k situaci před penaltou kapitán Slovácka Šumulikoski.

V dalších zápasech zvítězilo Brno nad Jabloncem 2:0, stejným poměrem vyhrály Teplice ve Zlíně. Liberec si doma poradil s Duklou 3:1 a Mladá Boleslav remizovala s Bohemians 1905 1:1. **PUR**

**Eden převezmou Číňané**

### 30. 4.

Stadion v Edenu a fotbalisté Slavie, kteří na něm hrají, budou mít do dvou týdnů stejného majitele – čínskou společnost CEFC. Transakce bude dožena do příštího domácího utkání s Jabloncem, které se hraje 30. dubna.

# Florbalová zlata zůstávají v Praze

**V superfinále včera uspěli hráči Chodova a hráčky Herbadentu Jižní Město.**

Přes 11 tisíc fanoušků vidělo v pražské O2 areně triumf florbalistů Chodova, stejně jako loni. Tým z hlavního města ovládl superligu, když v jediném superfinále porazil Mladou Boleslav 3:1. „My jsme hráli z pevné obrany, čekali na chyby a proměnění nějaké šance,“ řekl autor vítězné branky Tomáš Sýkora.

Ještě před mužským soubotem se radovaly z triumfu také další zástupkyně z jihu Prahy. Herbadent zvítězil



Florbalisté Chodova obhájili titul v superlize. **ČTK**

nad obhájkyněmi triumfu Vítkovicemi 6:2 a titul slaví už poosmém v historii. Velkým podílem se na výhře Herbadentu podílela hattrickem Dominika Kubišová. „Byl to asi jeden z mých nejlepších

zápasů v životě a jsem ráda, že to bylo tady před tím publikem. Cítím obrovskou radost,“ řekla Kubišová se slzami štěstí v očích.

Příští ročník superfinále se odehraje v Ostravě. **ČTK**

### Zprávy krátce

#### USK byl až čtvrtý

Basketbalistky ZVVZ USK Praha obsadily v Evropské lize čtvrté místo. V souboji o bronz podlehly Jekaterinburgu 63:68. Titul získal Kursk po výhře 77:63 nad Fenerbahce Istanbul.

#### Uspěl Petrohrad

Hokejisté Petrohradu vyhráli Kontinentální ligu. Ve finále porazili obhájce titulu z Magnitogorsku 4:1

na zápasy, poslední bod získali vítězstvím 5:3 na soupeřově ledě. Jan Kovář z poraženého týmu byl s 25 body nejproduktivnějším hráčem play-off.

#### Šonka stále vede

Martin Šonka skončil ve druhém závodě seriálu Red Bull Air Race v akrobatickém létání v San Diegu na pátém místě a celkově dál vede. Další český pilot Petr Kopfstein byl šestý.

#### Terry odejde

Dlouholetý kapitán John Terry po sezoně opustí fotbalisty Chelsea. Šestatřicetiletý stoper získal s klubem čtyři mistrovské tituly, hrál za něj bezmála dvacet let a nastoupil k více než sedmi stovkám zápasů.

#### Prvenství Vettela

Velkou cenu Bahrajnu formule 1 vyhrál Sebastian Vettel z Ferrari a osamo-

statnil se v čele před v neděli druhým Lewisem Hamiltonem z Mercedesu. Třetí místo obsadil jeho stáťový kolega Valtteri Bottas.

#### Návrat na kurt?

Česká tenistka Petra Kvitová bude figurovat na seznamu přihlášených hráček na French Open. Nepotvrdila ale přímo, že na Roland Garros nastoupí. Byl by to velký návrat po proscinovém zranění. **ČTK**

## Hokej. Finále míří do Brna

Hokejisté Brna mají skvěle rozehranou finálovou sérii extraligy proti Liberci. Po dvou výhrách 4:3 na severu Čech mohou už dnes od 17.20 hodin zvýšit doma na 3:0 na zápasy. Pokud se jim to povede, mohou zítra hrát o ukončení 51 let dlouhého čekání na získání titulu. Zástupci Komety však tlumí přehnaný optimismus. Je jim jasné, že případný úspěch Bílých Tygrů ve třetím utkání může naopak zase mnohé změnit. **ČTK**

INZERCE

„Když umíš říct prostý slovo jako dáma, tak prostý vlastně není.“

# SINGLE LADY

OD 24. DUBNA NA PLAYTVAK.CZ

SERIÁL OSTRÝ JAKO ŽIVOT SÁM

playtvak.cz

ÓČKO

KB



# Velká trojka rodinných vozů.

Hyundai i10, i20 a ix20.

od **199 990 Kč**



## Vyberte si kterýkoliv z tria rodinných vozů Hyundai!

Velký prostor, velká bezpečnost, velká výbava. To všechno vám nabízí velká trojka prostorných, bezpečných i skvěle vybavených rodinných vozů Hyundai i10, i20 a ix20.

**Za ceny již od 199 990 Kč.**

**Další zvýhodnění navíc pro modely i20 nebo ix20 při financování u autorizovaného partnera Hyundai.**



Hyundai i10–kombinovaná spotřeba: 4,7–6,5 l/100 km, CO<sub>2</sub>: 106–142 g/km; Hyundai i20–kombinovaná spotřeba: 3,5–6,2 l/100 km, CO<sub>2</sub>: 92–144 g/km; Hyundai ix20–kombinovaná spotřeba: 4,2–6,5 l/100 km, CO<sub>2</sub>: 110–150 g/km