

KONEC V REPREZENTACI, NOVĚ MÍŘÍ DO RUSKA

TRENÉR JANDAČ SKONČÍ U HOKEJOVÉHO NÁRODNÍHO TÝMU STRANA 11



metro

Středa, 18. dubna 2018

Č. 75, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Valérie

Největší deník v ČR

Život beze změn, to je přání čtyřicátníků

Přelom. Věková hranice 40 let je pro muže podle odborníků podobně silný předěl jako období přechodu pro ženu. **Pocit komfortu.** Češi jsou spokojení, přesto v tomto čase padne do deprese každý druhý STRANA 2



Spejbl z Venuše je v Plzni

Na příběhu jedné plzeňské rodiny a na pozadí velkých historických mezníků a událostí ukáže nová interaktivní expozice životní styl v průběhu uplynulých 100 let. V Plzni je ode dneška do konce října k vidění výstava s názvem 100PY: Sto let republiky očima pěti generací. Výstava vznikla díky obyvatelům Plzně i celého Plzeňského kraje, kteří přispěli svými fotografiemi, příběhy a předměty každodenní potřeby. Jedním z originálních exponátů jsou historické loutky Spejbla a Hurvínka z představení Spejbl na Venuši. Loutky včera předvedl kurátor výstavy Jiří Sulženko. ČTK

INZERCE

HASTRMAN

příběh jedné lásky, jedné vášně a jedné krajiny

V KINECH OD 19. DUBNA 2018



Čeští čtyřicátníci. Chtějí klid, a nejsou mobilní

**Pětapadesátníci le-
noši? Chyba lávky.**
Život beze změny si
teď přejí nejvíc lidé
po čtyřicítce.



Čtyřicítka u mužů stejně jako u žen v přechodu. PROFIMEDIA.CZ

Ten věk je údajně pro muže to-
též, co pro ženu v přechodu.
„Výzkumy prokazují, že do de-
prese v tomto údobí padne kaž-
dý druhý muž,“ říká osobní
koučka Lenka Nováková. Ve
čtyřiceti začínají pánové bilan-
covat život a po padesátce vět-
šina z nich z depresivních ná-
lad naštěstí vybědne.

Jenže momentálně se cítí
čeští čtyřicátníci komfortně.
Úspěchy ekonomiky se proje-
vují i v jejich náladách. Větši-
na čtyřicátníků, žen i mužů, je
podle nejnovějšího průzkumu
společnosti Nielsen Admo-
sphere spokojena s prací. Jak
s jejím obsahem, tak hlavně

s vyšší výdělků. Ty loni rostly
podle oborů až o patnáct pro-
cent a také letos se očekává na-
vyšování blízko deseti procen-
tům. To jsou důvody, proč čty-
řicátníci o radikálních profes-
ních změnách neuvažují.

Největší důraz kladou na po-
hodu, důležité je pro ně vnitř-
ní uspokojení. Dobře bydo se
ale projevuje v této věkové sku-
pině i v tom, že jejich ochota
stěhovat se případně za lepší

prací, nebo za ní dojíždět ně-
kam daleko, je velice nízká.
Ochotu ke zvýšené mobilitě
přiznala ani ne pětina dotazo-
vaných čtyřicátníků. „Pracov-
ní mobilita je v Česku v porov-
nání se zahraničím dlouhodo-
bě nízká,“ připouští Martin
Kašpar z Profi Creditu, který si
nechal průzkum zpracovat. Po-
kud se bude Česku i nadále da-
řit a nezaměstnanost bude nízká,
nebo ještě klesat, odhadu-

je Kašpar, že na tomto trendu
se nic nezmění. Nepřekvapuje
proto ani fakt, že více než polo-
vina dotazovaných má práci
doslova pod nosem – do za-
městnání nedojíždí déle než
půl hodiny. A měnit nechce
ani za víc peněz.

V čem se například nyní čty-
řicátníci liší od čtyřicátní-
ků devadesátých let? Nevadí
jim pracovat přesčas, ale chtě-
jí za to buď peníze, nebo ade-
kvátní náhradní volno. A už
vůbec si nechtějí tahat práci
domů. Že se věnují pracovním
povinnostem ještě po přicho-
du domů, to přiznává necelá
desetina respondentů, větši-
nou se jedná o podnikatele
nebo vyšší manažery.

Momentální rozpoložení
českých čtyřicátníků je tak
v rozporu s výzkumem britské
Darthmouthovy univerzity
z roku 2007 na téma životní
šťěstí. Podle něj se lidé se cítí
nejméně šťastní ve věku okolo
46 let. PAVEL HRABICA

Dbají o sebe

Po čtyřicátém roce začínají
lidé více dbát na svou
tělesnou schránku.

- Nejhorší stravovací návyky
mají muži do 25 let. Mladé
ženy se odbývají taky, nebo
nejejí vůbec. Na dietě je
v tomto věku téměř každá
pátá žena. Nejzdravěji
začínají naopak jíst po dovr-
šení čtyřicítky.

- Melbournský institut apliko-
vaného hospodářského a so-
ciálního výzkumu došel k zá-
věru, že lidé nad čtyřicet let
by měli pracovat jen tři dny
v týdnu. Pracovat okolo 30
hodin týdně podle nich
přispívá k dobrému fungová-
ní kognitivních funkcí. Jaké-
koliv další přetížení podle
australských vědců způsobí
pokles pracovního výkonu.

Práce doma netáhne

35

Jen pro tolik procent českých
čtyřicetiletých je možnost
pracovat doma důležitá.
Zbytek trvá spíše na tom, aby
jim domov a rodina sloužily
k odpočinku a neměly se
s pracovními starostmi.

DIAS[®] BEAUTY
KOLAGEN DOPLNĚK STRAVY

AGETIS

Science of Wellbeing

Komplexní výživa pro přirozeně kvalitní vlasy, hydratovanou pokožku a pevné nehty

Lze užívat v těhotenství a v období kojení.



www.diasbeauty.cz

Murín. Šéf GIBS rezignuje

Michal Murín skončí ke konci dubna v čele Generální inspekce bezpečnostních sborů (GIBS), oznámil včera na webu inspekce. Uvedl, že pokud by zůstal ve funkci, mohlo by to vést ke zpochybnování výsledků práce GIBS. Murín byl v posledních týdnech ve sporu s premiérem v demisi Andrejem Babišem, který oznámil úmysl ho dočasně zprostit služby.

Murín uvedl, že situace kolem GIBS a jeho osoby, která se vyvinula v posledních měsících, mu nedovoluje pokračovat v řízení inspekce. „Ačkoliv jsem se nedopustil ničeho nezákonného ani neetického, obávám se, že mé setrvání v čele GIBS by mohlo zavdat příčinu k neúvodnému zpochybnování výsledků její práce, především ze strany obou vrchních státních zástupců a nejvyššího státního zástupce,“ napsal. Nejvyšší státní zástupce Pavel Zeman v reakci uvedl, že s názorem státního zastupitelství na čin-

nost GIBS byl Murín průběžně seznamován. Ve službě v bezpečnostních sborech skončí Murín po 36 letech Sněmovní opozice uváděla v souvislosti se snahami o od-

volání Murína, že chce Babišova vláda získat kontrolu nad bezpečnostními sbory včetně GIBS. Premiérův postup kritizuje také kvůli trestnímu stíhání Babiše v přípa-

du údajného podvodu s dotací na farmu Čapí hnízdo. Podle opozice vláda v demisi provádí personální čistky. Politici se ve svých reakcích zajímají také o to, kdo bude jme-

nován místo Murína do čela inspekce. „Vypadá to, že tlak Andreje Babiše byl nakonec úspěšný. Bohužel. A kdopak je na řadě teď?“ ptá se na Twitteru šéf ODS Petr Fiala. **ČTK**

INZERCE



Nakupujte hezky česky

Platnost od čtvrtka do neděle 19. 4. - 22. 4. 2018

RAJČATA CHERRY 250 g 100 g 3,96 Kč  AKCE 9,90 16,90 -41%	BRAMBORY BALENÉ konzumní pozdní 5 kg 1 kg 6,98 Kč  NOVÁ CENA 34,90 49,90 -30%	KUŘE chlazené cena za 1 kg max. 5 ks osoba/den  NOVÁ CENA 44,90 79,90 -43%	
CUKŘ KRYSTAL 1 kg  NOVÁ CENA 9,90 14,90 -33%	PIVO PILSNER URQUELL světlý ležák, sklo 0,5 l 1 l 37,80 Kč záloha na lahev 3,- Kč max. 2 přípravky osoba/den  NOVÁ CENA 18,90 25,90 -27%	ČOKOLÁDA VAN D'OR oříšek, svažené víno 100 g  AKCE 19,90 44,90 -55%	MASOX 10 + 2 KOSTKY NAVÍC 144 g 100 g 13,82 Kč  AKCE 19,90 35,90 -44%

VŠICHNI OKOLO KŘIČÍ NÍZKÉ CENY? ZŮSTAŇTE V KLIDU.
 Naše ceny nízké byly, jsou a budou.

PIZZA RISTORANTE Quattro Formaggi, Prosciutto, Hawaii 330-355 g 100 g 22,70-21,10 Kč  KARTÁ 39,80 74,90 -46% v limitované nabídce také Dolce al Cioccolato za 39,90 Kč	VÍNO STONE WAY Cabernet Sauvignon, Shiraz Cabernet Sauvignon, Chardonnay 0,75 l 1 l 53,20 Kč max. 6 ks osoba/den  AKCE 39,90 79,90 -50%
---	---

Chyby v tisku vyhrazeny. Uvedené ceny jsou v Kč. Ceny jsou bez dekorace. Mohou být použity ilustrační fotografie. Vyhrazeno si právo změn v balení a variantě nabízeného zboží. Pokud v důsledku nečekané vysoké poptávky dojde k nedostatku určitého zboží, omlouváme se Vám a děkujeme za pochopení. Odběr možný jen v obvyklém množství (tj. max. 5 ks na osobu a den, trvanlivé mléko max. 12 ks na osobu a den, lahve pivo max. 20 ks na osobu a den, není-li uvedeno jinak). *Takto označené produkty nenáležejí 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 reziduí používaných chemických látek při pěstování ovoce a zeleniny, sledává občanské sdružení Zdravá potravina, z.s. (Fér potravina) tyto produkty jako nezávadné.

Přijímáme: 



Michal Murín ČTK

Dohoda? ČSSD chce vnitro, kvůli Babišovi

V médiích se spekuluje, že sociální demokraté dostali od hnutí ANO nabídku na pět křesel ve vládě. Jenže jednání ztroskotala na tom, že ČSSD nedostala od Andreje Babiše nabídku řídit finance ani vnitro. Údajně se jednalo o tom, že by ministrem vnitra měl být nestraník, na kterém se shodnou obě strany. To ale ČSSD odmítla. Tvrdí to server echo24.cz. O pondělních jednáních sociální demokraté nechtějí vůbec mluvit, stejně jako hnutí ANO. První místopředseda ANO Jaroslav Faltýnek včera spekulace médií ale odmítl. „Je to hezká spekulace, ale není to pravda,“ řekl Faltýnek o údajném návrhu. Sociální demokracie ukončila rozhovory s ANO před necelými dvěma týdny – chce totiž získat vnitro, které by podle ČSSD zaručilo nezávislost vyšetřování Čapího hnízda. **ČTK, IDNES.cz**

Tuzemák žije, Česko dostalo od EU výjimku

Aroma, které se v nápoji používá, obsahuje také některé sladké pečivo, ale i pralinky.

Česko a Slovensko obdržely od Evropské komise výjimku a budou moci při výrobě alkoholického nápoje tuzemák dalších pět let používat tradiční rumový éter. Bez udělení výjimky by možnost používat rumové aroma skončila

22. dubna, kdy končí nyníšší přechodné období zavedené v roce 2012.

Evropský úřad pro bezpečnost potravin (EFSA) loni upozornil, že některé látky v rumovém éteru, který dodává charakteristickou chuť a vůni českému tuzemáku, mohou být jako rakovinotvorné zdravotním rizikem. Aroma se přitom používá i při výrobě některých nealkoholických nápojů. Užívá se nebo donedávna používalo i v margarotkách, sójových sucích, punčových dortech, koblíhách nebo rumových pralin-

kách. Výjimka se však týká jen tuzemáku.

O výjimku požádaly Česko a Slovensko loni v prosinci. Nyní ji s pětiletým omezením potvrdil Stálý výbor Evropské komise pro rostliny, zvířata, potraviny a krmiva, přičemž právní finalizace ještě určitou dobu potrvá.

„Rumové“ lihoviny patří v Česku v této kategorii tvrdějším alkoholu k nejprodávanějším. Loni za ně zákazníci utratili podle údajů společnosti Nielsen zhruba tři miliardy korun. Zároveň jsou to osvědčené výrobky, které obchody

využívají na natáhnutí zákazníků do prodejny, a jsou tak součástí skoro každého letáku.

Podle Hynka Strnada, jednatele výrobce aromat Aroco, už nyní dodávají výrobcům lihovin rumový éter se sníženým množstvím furanu a novou recepturu také poslali do Bruselu ke schválení.

Furan je právě látka, kterou loni v polovině roku Evropská agentura pro bezpečnost potravin označila jako potenciálně zdraví nebezpečnou s tím, že může mít rakovinotvorné účinky. **IDNES, MET**

Hákový kříž. Na toaletě v parlamentu

Hákový kříž a úryvek z hymny wehrmachtu někdo vryl do dřeva na pánských toaletách v paláci Montecitorio, kde sídlí italská Poslanecká sněmovna. Pod svastikou byl vyrytý úryvek z hymny wehrmachtu „es braust unser panzer“, tedy „náš tank duní (vichřicí)“. Další věta níže, patrně vyrytá jinou rukou, autor neonacistického sloganu nevybíranými slovy uzemňuje. Jakmile byl vyrytý nápis objeven, předseda Poslanecké sněmovny Roberto Fico z Hnutí pěti hvězd nařídil věc prošetřit a nápis odstranit. Do paláce mají přístup vedle poslanců i novináři a školáci, kteří se zde účastní organizovaných prohlídek. **ČTK**

Policejní prezident. Přece jen odstoupí

Slovenský policejní prezident Tibor Gašpar ještě včera dopoledne na tiskové konferenci uvedl, že rezignovat nehodlá. Bude ale respektovat, pokud ho ministr vnitra z funkce odvolá, nebo ho o odchod požádá.

Odpoledne už bylo všechno jinak. Tiskovou konferenci měl slovenský premiér Peter Pellegrini a ten oznámil,

že prezident policejního sboru Tibor Gašpar ve funkci skončí. Kvůli svízelné situaci ve vedení policie to ale podle jeho slov nebude hned, nýbrž až poslední den měsíce května.

Změna souvisí s trvajícím krizí v zemi po neobjasněné únorové vraždě novináře Jána Kuciaka a jeho partnerky Martiny Kušnírové. **MET, ČTK**



Byla hvězdou

Newyorský federální soud v pondělí přerušil jednání o osudu souboru dokumentů a elektronických nosičů, které agenti FBI zabavili v bytě a v kancelářích Michaela Cohena, osobního právníka prezidenta Donalda Trumpa. Ve hře je navíc skandál kolem pornoherečky Stephanie Cliffordové, s níž měl údajně ženatý Trump v roce 2006 poměr. Ta se k soudnímu líčení dostavila jako divák. **AP**

Zprávy krátce

Soud byl odročen

Jednání soudu s Českou, která byla letos v lednu zadržena na mezinárodním letišti v pákistánském Láhauru s devíti kilogramy

heroinu, bylo odročeno na čtvrtek. Zadržena žena se totiž rozhodla, že vymění svého právního zástupce. Nově vybraný obhájce požádal o odklad čtení obvinění.

Jed byl tekutý

Chemická látka, která byla použita k otravě bývalého dvojitého ruského agenta Sergeje Skripala a jeho dcery Julije, byla

v tekuté formě. S odvoláním na informace ministerstva životního prostředí a zemědělství, které bylo pověřeno dekontaminací, to uvedl portál BBC. Dříve se spekulovalo, že

jed byl v prášku. Británie tvrdí, že Skripalovi byli počátkem března ve městě Salisbury otráveni nervovou látkou novičok a že za útokem stojí Rusko. To obvinění odmítá. **ČTK**

INZERCE

NIKDO VÁM NEZAKAZUJE MÍT SVŮJ VLASTNÍ NÁZOR

ParlamentníListy.cz

Vincenz Priessnitz zná recept na bolesti kloubů



Namáhavá práce, nesprávné držení těla, ale i nevhodně zvolený pohyb se na vašem každodenním fungování negativně podepisují. Dopřejte si zaručenou úlevu a regeneraci, ať vaše tělo nemusí déle strádat.

Užívejte si jaro bez starostí o své namožené klouby díky přípravku Priessnitz® Kloubní mazání De Luxe. Ihned při první aplikaci pocítíte okamžitou úlevu, a to díky významnému obsahu boswellie, kafru, rozmarýnu a Transmitteru. Právě Transmitter znásobuje sílu těchto látek a prodlužuje jejich účinnost. Příjemný chladivý efekt pak zajišťuje přítomnost mentolu.

Jedna kapka, moře pohody

Každý den je váš zrak vystavován námaze, kterou si ani neuvědomujete. Jestliže jsou vaše oči suché, podrážděné či unavené, dopřejte jim kvalitní péči.

Vyzkoušejte zvlhčující oční kapky OCUTEIN® SENSITIVE z prémiové řady Da Vinci Academia. Díky speciálnímu složení zajišťují 100% úlevu a okamžitou pomoc pro unavené a červené oči. Jejich jedinečnost spočívá v tom, že jako jeden z mála zdravotnických prostředků používají dvojkombinaci lubrikačních a hydratačních látek. Výrazně se tím snižuje dráždivost oka, kapky se pomaleji vyplavují z očního prostředí a prodlužuje se jejich účinnost.

Kapky OCUTEIN® SENSITIVE umožňují celodenní nošení kontaktních čoček bez dráždění a vysušování.



Odrazte se od DNA a žijte naplno

Nezdravý životní styl je běžným projevem dnešní doby. Bohužel právě on stále častěji ústí ve zdravotní komplikace. Jednou z nich může být nepřírodné vylučování kyseliny močové, která v těle krystalizuje. Poté se vytvoří jehličkovité krystalky, jež se postupně usazují v kloubech.

Řešení představuje posílený doplněk stravy Enzycol® DNA*. Jeho unikátní složení napomáhá k omezení kyseliny močové^{1,2} a podporuje její lepší vylučování z těla². Přípravek obsahuje jedinečný komplex přírodních látek

Multi CleanUP™, kde původní trojkombinace extraktu z 1'kyselé višně, 2'celeru a vitamínu C je nyní obohacena o extrakt z pistácie a kurkumin. Díky přidanému *zinku napomáhá k normální syntéze DNA.



PRYČ S NEHTOVOU A KOŽNÍ MYKÓZOU!

Kožní a nehtové mykózy trápí stále více lidí. Přispívá k tomu hlavně uzavřená obuv, která znemožňuje nehtům a pokožce dýchat. Následky v podobě houbových útoků jsou nepříjemné, ale dá se s nimi bojovat!

Revoluční přípravek Mycosin FORTE sérum 10+2 ml byl speciálně vyvinut pro péči o pokožku a nehty se sklonem k plísním. Jeho nové a silnější složení obsahuje 40 % konopného oleje a látku batterikal, jenž má skvělé protiplísňové účinky. Přípravek je

navíc obohacen o citrusové silice, které velmi dobře ničí bakterie a snižují pH. Dlouhodobé užívání Mycosinu FORTE, který je k dostání v lékárnách a zdravých výživách, slouží jako účinná prevence proti opakovanému návratu plísní.





KLDR slavila tentokrát bez vojenské parády

Tanec, sport, ohňostroje a nápadná absence vojenské přehlídky. Takové byly hlavní rysy víkendových oslav Dne slunce v Pchjongjangu, tedy výročí narození zakladatele KDR a její vládnoucí dynastie Kim Ir-sena 15. dubna před sto šesti lety. Loni byla součástí slavnosti přehlídka vojenské techniky včetně nejnovějších balistických raket komunistického režimu a letošní změna programu pouze dokládá diplomatický trend z posledních měsíců. Na oficiálních fotografiích se Kim s manželkou usmívá nejen vedle tanečniců, ale také po boku šéfa oddělení zahraničních vztahů Komunistické strany Číny Sung Tchaa. Sung stál v čele čínské delegace vyslané na slavnosti v Pchjongjangu.

AP

Jihad NE, Jahid ANO

Rodiče musí po rozhodnutí soudu dítěti změnit jméno.

Zájmem dítěte zdůvodnil soud v jihofrancouzském Toulouse své rozhodnutí změnit dítěti jméno, které mu vybrali jeho rodiče. Chlapec, který se narodil loni v srpnu, se měl na přání otce a matky jmenovat Jihad (Džihád). Na základě rozhodnutí soudu bude mít ale v úředních dokumentech zapsané jméno Jahid.

Přestože rodiče budou moci chlápce dál říkat Jihad, soud se v zájmu dítěte rozhodl prohodit samohlásky a změnit jméno na Jahid, které bude zanesené v úředních dokumentech.

Slovo džihád je termínem pro svatou válku, jejímž cí-

lem je propagovat nebo bránit islám, v arabštině ale znamená i boj či snahu.

Na jméno, které chlápce rodiče vybrali, prokuraturu upozornila radnice v Toulouse. Ta se jméno rozhodla nahlásit zřejmě v souvislosti s islamistickými teroristickými útoky a džihádismem posledních let.

Loni v listopadu úřady zasáhly, když se rodiče v jihofrancouzském městě Nice svého novorozeného chlápce snažili pojmenovat Mohamed Merah, tedy stejně, jako se jmenoval terorista, který v roce 2012 zabil na jihozápadě Francie sedm lidí.

Od roku 1993 nemohou úřady ve Francii zakázat, aby rodiče dali dítěti křestní jméno, které si vybrali. Provést to může pouze soud. Případy, kdy se kvůli jménu svého dítěte rodiče až k soudu dostanou, jsou podle AFP velmi vzácné. **ČTK, MET**

INZERCE

NA ♥ JSOU PODĚBRADY

Lázně na 4 dny

Přijedte do Poděbrad a dopřejte si jarní odpočinek

Délka: 4 dny/3 noci

Stravování: polopenze

Program:

- uhlčitá koupel
- přísadová koupel
- klasická částečná masáž
- zábal částečný přísadový
- solná jeskyně
- poukázka do kavárny

**Cena od
4.090 Kč**

LÁZNĚ PODĚBRADY
AKČIOVÁ SPOLEČNOST

Tel.: 326 530 500

www.lazne-podebrady.cz/lazne-na-4-dny

Londýn. Málo policistů, ve městě přibýlo vražd

Britská metropole se potýká s prudkým nárůstem vražd. V únoru a v březnu jich bylo více než v obdobně početném New Yorku. Alarmující je počet vražedných útoků nožem, které tvoří drtivou většinu případů všech vražd. Londýnská policie hovoří o několika příčinách, nejvíce pak o vyrovnávání účtů mezi gangy. Labouristická opozice zase upozorňuje,

že britským bezpečnostním silám chybí v celé zemi 21 tisíc policistů.

Nejnovější případ vraždy nožem se stal v noci na včerejšek, obětí byl 18letý mladík. Zraněním podlehl na místě. V neděli večer byli v rozmezí 40 minut ubodáni dva lidé. Podle aktuálních statistik zemřelo v Londýně na následky útoku nožem nejméně sedmatřicet lidí. **ČTK**



Jen červené. Ostatní musí pryč

Pracovníci v záhonech s tulipány poblíž nizozemského města Lisse odstraňují rostliny jiné barvy než červené. Podle Holandské banky je země i nadále největším světovým vývozcem květin a rostlin. Její podíl na globálním trhu činí 52 procenta. Hodnota vývozu těchto komodit představuje pro státní pokladnu příjem přibližně 9 miliard eur.

AP

Sudoku

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

Napište svou bublinu



FOTO: 2x AP

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



Počasí

DNES



Min. 18
Max. 22

ZÍTRA



Min. 20
Max. 24

PÁTEK



Min. 22
Max. 26

SOBOTA



Min. 19
Max. 23

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

- Americká tenistka Margaret Osborne-duPont, narozená před 100 lety, získala grandslamy:
a) 17
b) 27
c) 37
- Time je americký týdeník a jeden z nejznámějších světových časopisů. První číslo vyšlo roku:
a) 1903
b) 1923
c) 1943
- Belgický kreslíř Hergé, který se narodil roku 1907, byl autor známé komiksové postavičky:
a) Lucky Luke
b) Gaston
c) Tintin
- Velkou část Arabského poloostrova zabírá Saúdská Arábie, jejímž hlavním městem je:
a) Ammán
b) Abú Zabí
c) Rijád
- Švédský král Karel XVI. Gustav přišel o otce, když mu bylo devět měsíců. Dozvěděl se to ve věku:
a) 3 let
b) 7 let
c) 11 let

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

ČT1

- 12:30 Sama doma
14:00 Věštyně
14:30 Útek ze seriálu
Komedie (ČR, 1989)
15:55 To je vražda, napsala II
V zajištění smyslu
16:45 Cestománie
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 Inspektor Max (9/11)
Krimiseriál (ČR/SR, 2018).
Kde psycholog nepomůže.
Hrají: J. Kukura, R. Hájek,
M. Havranová, T. Brodská
a další. Režie P. Nikolaev

- 21:00 Čtyři v tom 4 (3/6)
21:49 Výsledky losování
Šťastných 10
21:50 Otisky doby:
Realita českého statkáře
22:45 Otec Brown VI (4/10)
Detektivní seriál (VB, 2018)
23:30 Taggart
Kriminální cyklus
(VB, 1993)
01:40 AZ-kvíz
02:05 Banánové rybičky
02:30 Dobré ráno
05:00 Kluci v akci
05:30 Události v regionech

ČT2

- 12:35 Hollywood za
2. světové války (3/3)
13:30 Naš venkov
13:55 Putování za písničkou
14:25 Folklorika
14:50 Evropa dnes
15:20 Tajé Altaje
16:15 Televizní klub neslyšících
16:40 Banik!!!
17:35 Divoká Čína: Země pandy
18:25 GEN – Galerie elity národa
18:45 Večerníček
18:55 Postřehy odjinud
19:00 Parta Maraton (4)
19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



- 20:00 Kamera na cestách:
Šrí Lanka, zářivý ostrov
Pestrobarevná mozaika
země obklopené Indickým
oceánem

- 21:00 Na cestě po novozelandském West Coast
21:30 Národní klenoty
22:00 Helimádoe
Romantická komedie
(ČR, 1993)
23:35 Ve jménu vlasti V (2)
00:20 Dům z karet IV (11/13)
01:15 Proces H – dny D (10/10)
02:05 Chcete je?
02:10 Blues ze Staré Pekárny
02:50 Uchem jehly
03:15 Sny
03:35 Venkov zvenku
04:00 Za lidovou gastronomií
04:25 Případ pro ombudsmana
04:45 Divnopis

NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny,
Sportovní noviny, Počasí
12:40 Krok za krokem VI (14)
13:00 Ordinace v růžové
zahradě 2 (187)
14:10 Odložené případy III (12)
15:05 Odložené případy III (13)
15:55 Námořní vyšetřovací
služba VII (18)
17:00 Odpolední Televizní
noviny, Sportovní noviny
17:25 Co na to Češi
18:25 Ulice (3448)
19:30 Televizní noviny,
Sportovní noviny, Počasí



- 20:20 Výměna manželé X
Jak si poradí temperamentní Jana v početné rodině, kde vládne machistický otec? Dokáže si Zaneta užít pohodovou rodinu s tátou, který se vším pomůže?

- 21:35 Robinsonův ostrov II (22)
22:35 Smrtonosná zbraň (15)
23:30 Beze stopy II (10)
Krimiseriál (USA, 2003)
00:20 Odložené případy III (12)
01:10 Odložené případy III (13)
01:45 Námořní vyšetřovací
služba VII (18)
02:30 Kolotoč
02:55 Krok za krokem VI (14)
03:20 Co na to Češi
04:00 Ordinace v růžové
zahradě 2 (187)
04:55 Novashopping

PRIMA

- 12:25 Polední zprávy
12:35 Jake a Tlustoch (8)
13:35 Doktor z hor:
Nové příběhy VIII (2)
14:30 Komisař Rex V (12)
15:30 Komisař Rex V (13)
16:35 Odpolední zprávy
16:50 Policie v akci
17:50 Prostřeno!
18:55 Zprávy FTV Prima
19:25 Krimi zprávy
19:40 Divošky
19:55 TOP STAR



- 20:15 Modrý kód (91)
Seriál (ČR, 2018). Jste na
urgentním příjmu. Začíná
boj o život. David dostává
záchvat a Filip se dozvídá
o jeho zdravotních problé-
mech. Hrají: S. Laurinová,
M. Němec, R. Zach,
I. Chmela, D. Gránský
a další. Režie L. Buchar

- 21:35 Show Jana Krause
22:40 V. I. P. vraždy II (3)
Detektivní seriál
(ČR, 2017)
00:00 Policie v akci
00:55 Komisař Rex V (12)
Krimiseriál (N/Rak., 2000)
01:40 Komisař Rex V (13)
Krimiseriál (N/Rak., 2000)
02:25 Prostřeno!
03:10 Doktor z hor:
Nové příběhy VIII (2)

PRIMA COOL

- 12:20 Futurama VI (3)
12:50 Simpsonovi XVII (9, 10)
13:40 COOLfeed
13:50 Simpsonovi XVII (11)
14:20 Simpsonovi XVII (12)
14:50 Teorie velkého třesku (4)
15:15 Teorie velkého třesku (5)
15:45 Futurama VI (4)
16:05 Americký chopper VI (1)
17:05 Top Gear XIX
18:15 Simpsonovi XVII (13)
18:45 Simpsonovi XVII (14)
19:15 Simpsonovi XVII (15)
19:45 Simpsonovi XVII (16)
20:05 COOLfeed



- 20:15 Námořní vyšetřovací
služba L. A. VIII (24)
Krimiseriál (USA, 2016).
Hrají: Ch. O'Donnell,
LL Cool J, D. Ruahová a další

- 21:20 Teorie velkého třesku (6)
Sitcom (USA, 2007)
21:50 Teorie velkého třesku (7)
Sitcom (USA, 2007)
22:15 Partička
23:00 Cesty k úspěchu
23:05 COOLfeed
23:15 Single Lady (4)
Komedialní seriál
(ČR, 2017)
23:45 Americký chopper VI (1)
Seriál (USA, 2009)
00:45 Partička
01:20 Všemocný (22)
02:00 Ztracená archa (10)
02:40 Všemocný (22)
03:20 Ztracená archa (10)

OČKO

- 06:00 Ranní fresh
Vstávání s muzikou
09:00 Zpátečka
Co jsme hráli na Očko
tentu den v roce 2016
10:00 Očko hity
Klipy nonstop
12:00 Očko news
12:05 Očko hity
Klipy nonstop
13:00 Očko trendy
Aktuální klipy
14:00 Očko news
14:05 Očko trendy
15:00 Očko news



- 15:05 Mixxxer Show
Klipy na přání, soutěže,
chat s hosty

- 17:00 Očko news
17:05 Očko trendy
18:00 SMASH!
Svět komiksů
18:05 Očko trendy
Aktuální klipy
19:00 Očko news
Hudba, film, zábava –
nikdo a nic nám neuteče
19:05 Moje desítka
Top 10 klipů podle
diváka Očka
20:00 Očko hity
Klipy nonstop
ČZ & SK
České a slovenské klipy
22:00 Očko flirt
Proud klipů se vzkazy
diváků Očka

Sloupek

MARTIN DANEŠ

KAVÁRENSKÝ POVALEČ



KUCHAŘI OD LOIRY

Ve chvíli, kdy dopadaly americké i francouzské bomby na Sýrii, jsem pobýval v bezpečí spisovatelské rezidence v Saint-Florent-le-Vieil. V honosné vile se narodil a ke stáru tam žil slavný spisovatel Julien Gracq. Protože byl bez potomků, z obavy, že po jeho smrti promění dům v muzeum, kde budou provádět návštěvníky mezi šňůrami obehnanými exponáty, v závěti určit, že se má stát místem vyhrazeným tvorbě a setkávání mezi živými spisovateli. Vyšlo to a do vily nesoucí jeho jméno jezdí autoři už čtvrtým rokem.

Cítát

Možná šlo o omyl, každopádně Gracqovu rezidenci na duben přiklepli i mně.

Možná šlo o nějaký administrativní omyl, každopádně Gracqovu rezidenci na duben přiklepli i mně.

Co se tvorby týče, tvoří se zde skvěle, pokud se nedáte uspat

pohledem z okna na šedozelené vody řeky Loiry valící se na západ k Atlantiku. Setkávání fungují jakbysmet. Já jsem rezidenci sdílel s francouzsky píšícím Angličanem Patrickem Dewdneyem, který právě smolí druhý díl své heptalogie; nevíte-li, co to je, jde o ságu o sedmi dílech (v našich malých poměrech tohle neznáme – čeští autoři si troufnou nejmýšle na dílu pět). Jaký je Patrick spisovatel, nevím, ale můžu osobně dovědět, že je skvělý kuchař. To, co dokáže vykouzlit ze žampionů, hrášku, rajčat a kopce rýže, nebo z obyčejných těstovin, je prostě poezie!

Do konce pobytu mi zbývá týden, ale já už teď vím, že mi něco přinese. I když si nejsem jist, co by na to říkal pan Gracq, kdyby se dozvěděl, že se v jeho domě jeden nepřítel známý český autor naučil vařit. www.martindanes.com

Dopisy a vzkazy

Tak se vám to podařilo!

Nehodlám fušovat do řemesla paní Julii Červené, ale rád bych se podělil o zkušenost, která se Julii už zřejmě nepříhodí. Bude mi čtyřicet a byl jsem u porodu svých tří dětí. Nejdříve se nám narodili dva kluci. S manželkou jsme shodně projevili přání mít ještě třetí dítě, a bylo nám jedno, jestli to bude další kluk, anebo naopak holčička, hlavně aby se zadařilo a bylo zdravé. Narodila se nám holčička a těšíme se z ní. Jakmile ale vyjdeme na ulici v plné sestavě, lidé jsou mile zvědaví, koho si vezme v kočárku. Když zjistí, že holčičku, rozplývají se slovy: „Tak se vám to podařilo!“ Zprvu jsme se snažili vysvětlovat, že jsme rádi, ale byli bychom stejně i za kluka. Avšak naprosto shodně reagují úplně všichni, a tak jsme od vysvětlování upustili a už jen přikyvujeme a nekazíme dotyčným radost. Ostatně, je to lepší varianta než úděl naší sousedky, které se každý ptá: „To třetí, to je taky chlapeček? Tak to vás, paní, lituji!“

STANISLAV MATUŠINEC,
BRANDÝS NAD LABEM

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

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

Výrok dne



„Udělat poslední krok k titulu je vždycky nejtěžší. Zkušenost vám nepomůže.“

PAVEL KUKA,
FOTBALOVÁ LEGENDA
Kovaný slávista věští, že o fotbalovém titulu se rozhodne v posledním kole.

Slovo dne

POEZIE

(Ze sloupku Martina Daneše na této straně)

Literatura skládaná
veršem;
půvab, kouzlo

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK
CIZÍCH SLOV



INZERCE

HOROSKOP

na středu 18. 4.



Kartařka Judita

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!



Beran 21/3–20/4

Dnešní dění v práci ve vás posílá myšlenku na změnu pracovního místa. Podívejte se proto nezávazně na nabídku volných pozic.



Byk 21/4–21/5

Pokud sportujete, toto období se jeví jako ideální pro nákup sportovních potřeb a oblečení. Dnes se tedy vydejte do obchodu.



Blíženci 22/5–21/6

V tomto týdnu je důležitá opatrnost na půdě vašeho pracoviště. I dnes si proto dejte pozor na to, co a před kým říkáte.



Rak 22/6–22/7

Dnes se k vám donese pomluva, kde jste v hlavní roli. Není to poprvé, a tak se rozhodnete přijít na to, kdo ji rozšiřuje.



Lev 23/7–22/8

Jistá situace vás dnes přiměje k tomu, abyste se na svou práci podívali jinak. Není sice ideální, ale poskytuje vám jistoty.



Panna 23/8–22/9

Pokud dnes hodláte uvažovat nad možnostmi zhodnocení vašich úspor, berte v potaz zásadně jen ověřené nabídky s recenzemi.



Váhy 23/9–23/10

Pracovní povinnosti vás dnes zavedou k významnému člověku ve vašem regionu. Odhodte trému, je svazující. Budte přirození.



Štír 24/10–22/11

Vaše kariérní plány musí stát na pevných základech. Dnes si ověřte, zda jsou perspektivní, nebo ne, a některé přehodnotíte.



Střelec 23/11–21/12

Budete dnes v práci řešit blížící se narozeniny vašeho šéfa. Naplánujete oslavu, nebo jen předáte společný dárek? Nebo nic?



Kozoroh 22/12–20/1

Dnes budete mít v práci více volna než jindy. To neznamená, že se musíte flákat. Uklidte si třeba zásuvky, i to se počítá.



Vodňář 21/1–20/2

Nabídku na zisk financí, která se k vám dnes dostane, si pořádně prověřte. Planety vás nabádají k opatrnosti. Neriskujte!



Ryby 21/2–20/3

Ve středu hrozí v práci hodně vzrušená diskuse, planety radí, ať se jí za každou cenu vyhnete. Nenechte se do ní vtáhnout.

Řešení sudoku

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

Anketa

Lahev, plechovka, točené? Které pivo u vás vede?



Tereza Natava

Jedině točené, vždy je to osvěžující odměna.



Marek Blíma Kráčmar

Doma plechovka, v hospodě točené.



Jan Kopal

Plechovka je favorit, který zachová původní chuť!

Komiks



ŠTASTNÁ BUDOUCNOST!
Co vás čeká?

Poslete 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



SÍLA VŮNĚ

Zkuste důvěřovat přírodě a budete možná překvapené, jak vám jen obyčejná síla vůně pomůže k psychické i fyzické pohodě.

TEXT: ANNA BERKOVÁ
FOTO: PROFIMEDIA.CZ

Počátky využívání aromatických rostlin se datují do doby před více než 4000 lety. Ve starověkém Egyptě z nich jednoduchým způsobem (nejdříve lisováním, později již primitivní destilací) získávali vonné látky, které používali jako parfém nebo je přidávali do vonných masť. Masti používali nejprve faraoni a velekněží,

později se rozšířily i mezi prostý lid ve formě kosmetiky, masážních olejů a léků. Z Egypta pak byl jen skok do starého Řecka, kde oleje z růží nebo máty aplikovali při koupelích ke zklidnění mysli. Základy moderní aromaterapie se datují kolem roku 1920, kdy byly éterické přírodní oleje používány při léčbě různých fyzických a psychických stavů od kožních infekcí po stresy. ■

JAK ZAČÍT S AROMATERAPIÍ

Pro využití aromaterapie existují tři základní postupy, které lze aplikovat bezpečně v pohodlí domova.

■ KOUPELE

Do vody přidejte 5–10 kapek vybraného oleje, pak si do vany lehněte a relaxujte. Vdechováním nádherných vůní si zklidníte mysl a oleje budou mít také účinky na vaši pokožku a tělo. Olej si však nalévejte až do napuštěné vany, jinak se teplem odpaří a ztratí terapeutické účinky ještě předtím, než se do lázně ponoříte.

■ MASÁŽE

Smíchejte 3–4 kapky esenciálního oleje s dvěma lžičkami neutrálního oleje, např. mandlového či jojobového, a směsí pomalu namasírujte tělo. K masáži můžete použít již předem připravené aromaemulze, které zakoupíte v obchodech s přírodní kosmetikou nebo zdravou výživou (vyrábí je např. firmy Salus, Dr. Hadek apod.).

■ AROMALAMPY

Provoňte si pokoj a vychutnejte si blahodárné aroma. Vybraný olej se nalije spolu s vodou do aromalampy, která vůni rozptýlí po místnosti. Další možností je nalít šest kapek oblíbeného oleje na misku a dát ji na teplé místo.

INZERCE



Lázeňské sanatorium Peták Františkovy Lázně EKLUZIVNÍ LÁZEŇSKO-WELLNESSOVÝ POBYT S POLOPENZÍ

Vytvořte si vlastní náplň lázeňského pobytu dle Vašeho přání

Týdenní pobyt – 18 procedur / **Víkendový pobyt** – 6 procedur

Vybírat můžete z následujících procedur: (max. 1 masáž denně)

- | | | |
|---|---|---|
| 1. Uhlíčitá minerální koupel (1-2x), | 13. Klasická masáž zad (1-2x) | 23. Lávové kameny (1-2x) |
| 2. Lymfatická masáž obličeje (1-2x) | 14. Reflexní masáž plosek no-hou / rukou (1x) | 24. Infrasauna (1-2x) |
| 3. Rašelinový zábal (1-3x) | 15. Galvanická žehlička obličeje (1-2x) | 25. Elektrická stimulace svalů břicha / hýždí (1-2x) |
| 4. Parafinový zábal na ruce (1-4x) | 16. Baňkování (1x) | 26. Léčebná tělovýchova se židlí (1-3x) |
| 5. Perličková minerální kou-pel (1-4x) | 17. Aromamasáž obličeje a dekoltu / zad (1-3x) | 27. Léčebná tělovýchova v bazénu (1-3x) |
| 6. Podvodní masáž (1-2x) | 18. Akupresurní masáž zad (1x) | 28. Léčebná tělovýchova v zahradě na posilovacích strojích (1-3x) |
| 7. Lymfatická vodní masáž (1-2x) | 19. Indická masáž hlavy (1-3x) | 29. Plynové injekce (1-5x) |
| 8. Přísadbová koupel se sírou (1-3x) | 20. Solná jeskyně (2-5x) | 30. Masážní křeslo (1-2x) |
| 9. Kneippův chodník (1-3x) | 21. Tejpování (1x) | 31. Konzultace s lékařem (1x) |
| 10. Vibrační deska s pohybovou aktivitou (1-3x) | 22. Vitaminové injekce (B1+B6+B12+mezokain) (3x-5x) | |



Termíny:
18.04. –
02.09.2018



Týdenní pobyt za 11.900 Kč s 18 procedurami

- 7 x ubytování ve dvoulůžkovém pokoji Standard
- 7 x polopenze – snídaně formou bufetu, večerní menu (předkrm, hlavní jídlo výběrem ze 2 teplých jídel a 3 studených mís, salát, bufet, desert)
- 3 procedury denně dle Vašeho výběru (pondělí-sobota)

Víkendový pobyt (i ve všední dny) za 3.290 Kč s 6 procedurami

- 2 x ubytování ve dvoulůžkovém pokoji Standard
- 2 x polopenze – snídaně formou bufetu, večerní menu (předkrm, hlavní jídlo výběrem ze 2 teplých jídel a 3 studených mís, salát, bufet, desert)
- 3 procedury denně dle Vašeho výběru (pátek+sobota)

Rezervace a info: Tel: 354 508 100; email: hotelpetak@email.cz

Lázeňské sanatorium Dr. Peták, Lesní 111/13, 35101 Františkovy Lázně

Stres nakonec „sejme“ všechny

Nervy na pochodu. Nejčastější manažerské selhání, které oslabí psychické zdraví lidí.

Stres v práci zažívá prakticky každý. Někdo se rozklepe, když na něj nadřizený zvýší hlas, jiný znervózní až ve chvíli, kdy mu na stole přistane hrozba výpovědi. Stresory na pracovišti jsou do jisté míry přirozené a nelze se jim zcela vyhnout. Problém ale nastává v okamžiku, kdy šéfové neumí vědomě ovlivňovat míru stresu.

„Nejčastěji chybují manažeři, kteří mají čistě technický přístup k lidem a při zadávání úkolů nezohledňují jejich psychickou kapacitu a rozdílnou schopnost snášet zátěž. Nevědomky tak podry-

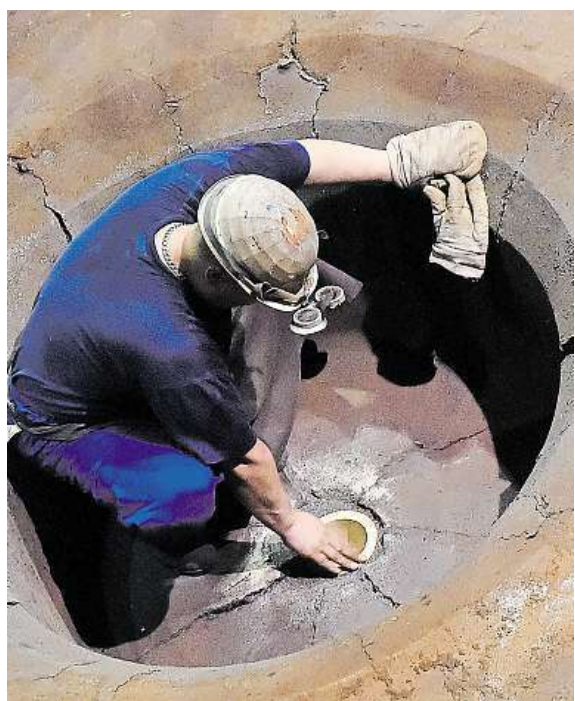
vají pracovní výkon svého týmu,“ upozorňuje Petr Kaňka z Bureau Veritas, lektor a odborník na bezpečnost a ochranu zdraví při práci.

„Velmi častou chybou je, že šéfům chybí dostatečné dovednosti k řešení různých forem a původců stresu. Ukázkovým příkladem jsou konflikty na pracovišti mezi jednotlivými členy týmu, kdy manažer zaleze do ulity namísto aktivního řešení situace. Konflikty na pracovišti neproti tomu potřebují jasné stanovisko šéfa, ať už bude při sporu jednat z pozice soudce, nebo rozhodce, který bude řídit prezentaci postojů a argumentů znesvářených stran. Další hodně časté manažerské selhání je neustále se stupňující tlak na výkon, zahlcení zaměstnanců problémy, nekončícími změnami, kdy lidé ztrácejí vízu, že to ještě někdy bude lepší,“ vypráví Petr Kaňka.

Nezdravou míru stresu na pracovišti někdy pomohou odhalit neobvyklé a paradoxní situace, jak ukazuje příklad z praxe, který Petr Kaňka uvádí na školeních Bureau Veritas k psychologii a bezpečnosti práce.

Vedení jisté společnosti pořádalo Den zdraví, v rámci kterého mohli zaměstnanci darovat krev v mobilní odběrové jednotce. Po několika hodinách přišel překvapený lékař za vedením firmy s otázkou na nečekané výsledky. „Ukázalo se, že 40 % zaměstnanců do čtyřiceti let věku nemohlo přijít k odběru, protože užívali psychofarmaka pro psychické obtíže, úzkosti a nesnesitelnou míru stresu, tedy léky vylučující dárčovství,“ uvádí odborník na psychologii práce.

Firmy proto stále častěji zavádějí pro lidi protistresové programy a spolupracují s psychology. **HOP**



Ocelárna obnovila chod

Společnost Vítkovice Heavy Machinery ze strojírenské skupiny Vítkovice Machinery Group ostravského podnikatele Jana Světlíka obnovila chod ocelárny (na snímku), zrušila omezení výroby a vrací se ke standardnímu pracovnímu rytmu. Kvůli nedostatku provozního kapitálu byla od poloviny ledna část zaměstnanců doma. **ČTK**

INZERCE

playtvak.cz

„Chci z tohodle mlíkem pocintanýho časáku udělat pořádný čtení. Žádný kecy o kašičkách, dudličích... Jasný?“

SINGLE LADY 2

PREMIÉRA DRUHÉ ŘADY SERIÁLU
22. DUBNA NA PLAYTVAK.CZ

JANA PLODKOVÁ JIŘÍ VYORÁLEK JAROSLAV PLESL

ZOOT.
PARTNER POŘADU

Psycholog. U pohovoru

Nejen HR pracovníky a manažery, ale v poslední době stále častěji také psychology můžete potkat i na pracovním pohovoru. Může se tak stát, že místo otázek týkajících se budoucího zaměstnání, pracovních zkušeností a schopností se budete při pohovoru bavit o cestování, sportu nebo domácích mazlíčcích. Psychology si k pohovorům zvou například startupy, pro které jsou hodnoty uchazeče jedním z důležitých kritérií, ale také velké nadnárodní firmy, které si chtějí své budoucí zaměstnance důkladně prověřit nebo nabídnou pomoc psychologa jako benefit.

S psychology firmy nespolečují zdaleka jen při pohovorech. Naopak

těžiskem práce psychologů – ať už interních, nebo externích – je dlouhodobá práce se zaměstnanci i vedením firmy. „Variant spolupráce je celá řada a přizpůsobuje se firemní kultuře i různým situacím. Při nábořech pomáháme s výběrem zaměstnanců pomocí psychodiagnostických metod, jindy pracujeme na rozvoji zaměstnanců i vedení. Neobvyklé není ani rozpoznávání talentů a jejich příprava pro manažerské pozice. Obrací se na nás i firmy v situacích, kdy něco nefunguje – dochází ke zvýšené fluktuaci, nespokojenosti a demotivaci zaměstnanců, případně konfliktům v týmech,“ uvádí Petra Mašková ze vzdělávací společnosti MgC Group. **HOP**

Zprávy krátce

E-shopy na mateřské

V průměru každý šestý nový e-shop v Česku založí žena. Většinou ta, která si hledá příjvýdělek na mateřské dovolené. Vyplývá to ze statistik společnosti Shoptet, na jejíž platformě funguje již 12,5 tisíce e-shopů. „Ženy hledají kromě mateřství další uplatnění a příjvýdělek. Dětský segment zažívá značnou poptávku, ženy chtějí často obchodovat s dětským zbožím, protože je to jedna z věcí, kterou řeší na denní bázi, případně jim v daném segmentu něco chybí či se nelíbí. Trendu nahrává i fakt, že spustit e-shop je jednoduché,“ říká ředitel Miroslav Udán.

Recyklovatelné obaly

Společnost Nestlé oznámila ambici zajistit do roku 2025, že veškeré použité obaly budou recyklovány nebo znovupoužity. Cílem je, aby žádné obaly, včetně plastů, nekončily jako odpadky nebo na skládce. V České republice Nestlé již ušlo k tomuto cíli značnou cestu. Od roku 2013 nekončí žádný odpad z výroby na skládce, je buď recyklován (90 procent), nebo energeticky využit. „Plastový odpad patří k nejzávažnějším problémům, kterým svět v oblasti udržitelnosti čelí. Chceme nalézt lepší řešení pro snížení odpadu,“ říká generální ředitel Nestlé S.A., Mark Schneider. **MEF**

Jandač skončí po mistrovství světa

Trenér hokejové reprezentace pověde příští sezonu ruský celek Metallurg Magnitogorsk.



Citát

Pro mě jsou jména nástupců jasná. Martin Straka, Libor Zábranský. Mají úspěchy i na trenérském poli.

JOSEF JANDAČ, TRENÉR REPREZENTACE

Devětačtyřicetiletému kouči vyprší v červnu u národního mužstva dvouletý kontrakt. Podle prezidenta hokejového svazu Tomáše Krále již finišují jednání o Jandačově nástupci. Do Metallurgu s Jandačem zamíří i současný asistent reprezentace Jiří Kalous.

„V této chvíli se věnuji výhradně mistrovství světa a veškeré úsilí směřuji k turnaji v Dánsku. Máme před sebou poslední velkou akci, na tu se budeme soustředit a pak si podáme ruce a rozjedeme se s veškerou úctou,“

řekl Jandač po tréninku národního týmu v Pardubicích. Působení u národního mužstva touží uzavřít co nejlepším výsledkem. „Trénovat národák, to je pro mě nejvíc. Jde ale o to, že mi končí smlouva, a vzhledem k tomu, že jsme

Program turnaje

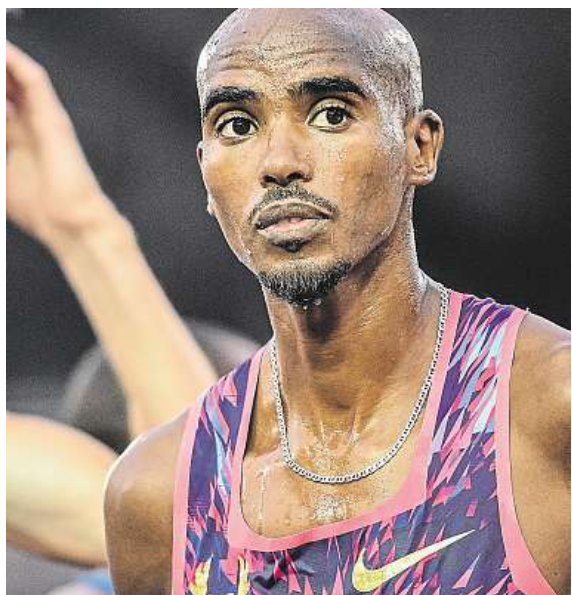
Carlson Hockey Games se konají v rámci Euro Hockey Tour v Pardubicích.

• Čtvrtek 19. dubna:
18.00 Rusko–Švédsko (Jaroslavl)
19.00 Česko–Finsko

• Sobota 21. dubna:
14.20 Česko–Švédsko
18.15 Rusko–Finsko

• Neděle 22. dubna:
14.20 Česko–Rusko
18:15 Švédsko–Finsko

na akcích, jako jsou Světový pohár, olympiáda nebo mistrovství světa, neudělají medaili, nechci setrvávat ve funkci. Abych se nedostal pod zbytečný tlak,“ dodal Jandač. Tohy nyní čeká přípravný turnaj v Pardubicích. **ČTK**



Mo Farah poběží maraton

Těsně před konáním Londýnského maratonu, který se poběží v neděli, odhalila značka Nike svou běžeckou novinku Nike Zoom VaporFly 4% FlyPrint, kterou v přímém přenosu otestují elitní běžci Eliud Kipchoge a Mo Farah (na snímku) právě na maratonu v Londýně. Nová technologie s 3D tištěným svrškem dokázala model zlehčit na 169 gramů. Oba elitní běžci se pokusí v britské metropoli zaběhnout nový maratonský světový rekord.

MAFRA

Evropa. Bojuje proti rozšíření

Evropské fotbalové ligy jsou proti případnému rozšíření mistrovství světa v roce 2022 v Kataru. O navýšení počtu účastníků z 32 na 48 uvažuje předseda světové fotbalové federace FIFA Gianni Infantino. Původně měl být počet účastníků navýšen až o čtyři roky později, což FIFA schválila loni. **ČTK**

Fotbal. Rozhodčí tahal hráče z šatny na penaltu

Německá komise rozhodčích se postavila za sudího Guida Winkmanna, který v pondělí dohrálve 30. kola bundesligy mezi Mohuči a Freiburgem (2:0) po konzultaci s videorozhodčí nařídil pokutový kop až poté, co ukončil první poločas a fotbalisté už odešli do kabin. Winkmann

nejprve nechal hru pokračovat a vzápětí první půli ukončil. Cestou do kabin byl však kolegy v videa upozorněn, že šlo o ruku. Winkmann tak nařídil pokutový kop. Musel ale dojít pro hráče do šatny. Pablo de Blasis otevřel z penaltu skóre utkání. V 79. minutě přidal druhý gól. **ČTK**

Zprávy krátce

Doping v šestnácti

Ruská tenistka Elizaveta Koklinová nesmí kvůli dopingu rok hrát. Trest jí federace ITF udělila za nález diuretik a látek maskujících doping, které měla v těle při kontrole na turnaji v říjnu v Istanbulu.

Sion bez pohárů

Fotbalový Sion nesmí v následujících dvou sezonách jednou startovat v evropských pohárech. Disciplinární komise UEFA švýcarský celek potrestala kvůli dluhům, a navíc mu udělila pokutu 235 tisíc eur.

Duklu chce prodat

Miliardář Petr Paukner zřejmě po pěti letech prodá fotbalovou Duklu. V rozhovoru pro Seznam zprávy uvedl, že jedná se dvěma vážnými zájemci a rozhodující bude, zda se klub udrží v první lize. **ČTK**

Brit s Lackem

Týmovým kolegou Adama Lacka v Buggyre bude v sezoně mistrovství Evropy taháč Brit Oly Janes (vlevo). Nahradí Davida Vršeckého, jenž v minulém roce po boku úřadujícího kontinentálního šampiona pomohl roudnické stáji k triumfu v poháru konstruktérů. Vršecký se bude věnovat vývoji nového tahače. **ČTK**



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

Oznámení

• Přednáška: Budha, Mohamed nebo Ježíš? 25.4. v 18.00 v salónku hotelu Slávia, Solniční 15, Brno. Zdarma, drobné občerstvení, diskuze. krestane-brno.cz

Práce - nabídka

**LEHKÁ PRÁCE OSTRAVA
SERVIS ELEKTRONIKY**
19 000 Kč MĚSÍČNĚ
GARANCE ZVÝŠENÍ MZDY
KLIDNÁ PRÁCE
PRAXE NENÍ NUTNÁ, VŠE NAUČÍME.
VOLEJTE ZDARMA
800 70 70!

• Nabízíme účast v klinické studii pro zdravé ženy nejméně rok po přechodu. Studie se koná v Praze. Kompenzace za účast 45-55 tis. Kč. Vyžaduje 9 dnů hospitalizace a pak ambulantní návštěvy kliniky po dobu 8 měsíců. Zkoumá krevní hladiny depotního léku. Studie je schválena Státním ústavem pro kontrolu léčiv a etickou komisí. Odměny i za doporučení. Tel. 242454429 po-pá 8-17.30, e-mail: klinika@quinta.cz, http://www.quinta.cz/dobrovolnici-7/

Finance - poptávka

Koupím/převezmu

**FUNGUJÍCÍ,
ZADLUŽENOU
SPOLEČNOST,
s.r.o./a.s.**

Rychlé a solidní jednání.

Tel. +421 940 309 411
email: p.hudak@protonmail.com

Finance - nabídka

• Oddlužíme nemovitost! Vyplatíme Vaše dluhy, zástavy, exekuce! Odpuk nemovitosti, peníze máte do 48 hod! V nemovitosti můžete stále bydlet! 737352730

Intimní

E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, tech. zajišťuje Materna, jen pro starší 18let, 15sms/50Kč, 1min/90Kč vč DPH, max. délka hovoru 13 min, www.ema.bz, www.platmobilem.cz



• **POZOR!** ZCELA NEZÁVAZNÝ SEX! *diskrétní* Piš SMS ve tvaru 40NTC a text na 909 15 50
• **Zažijme spolu** pohádkové mrouskání! Janča 42. Zavolej mi na 909 90 99 25 nebo napiš SMS na 909 15 40 s kódem 60LJN a tvůj text!

**DIAGNÓZA: SEXUÁLNÍ
POSEDLOST.** Nikola 26.
Tel: 909 801 801 kód JPF93



• **Život v přepychu** je zábava, ale jen do doby, než dojde na SEX! Chci samce, co zaplní můj volný čas i vlhký klín! Radka 57. Volej 909 80 50 40 nebo pošli SMS na 909 15 45 s kódem 65UNS a tvůj text!



HUAWEI P20 Pro

CO-ENGINEERED WITH



TROJITÝ FOTOAPARÁT LEICA
S UMĚLOU INTELIGENCÍ

#SEEMORE

6,1" Full HD+ OLED displej
Trojitý zadní fotoaparát 40 + 20 + 8 Mpx, přední 24 Mpx
Voděodolnost dle IP67
Nejnovější Android 8.1 Oreo

21 990,-

STYLOVÁ SPOLEČNOST



HUAWEI P20

CO-ENGINEERED WITH



5,8" displej s Full HD+ rozlišením
Duální zadní fotoaparát 20 + 12 Mpx, přední 24 Mpx
Interní paměť 128 GB, RAM 4 GB
Nejnovější Android 8.1 Oreo

16 990,-



HUAWEI P20 lite

5,84" displej s Full HD+ rozlišením
Duální zadní fotoaparát 16 + 2 Mpx, přední 16 Mpx
Interní paměť 64 GB, RAM 4 GB
Nejnovější Android 8.0 Oreo

8 999,-



Odborník na smartphony **alza.cz**

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

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 18. 4. 2018 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na www.alza.cz/reklama. Aktuální ceny najdete vždy na www.alza.cz.