

VÝHODY A NEVÝHODY REKONSTRUKCE BYTU

HLAVNÍM POZITIVEM JE, ŽE BYDLENÍ JE PODLE VAŠICH PŘEDSTAV STRANA 5

ZASTAVÁRNA
INDEX[®]
VEČERKA
Otevřeno
Křenová 292/12, tel.: 543 216 782
Autobusové nádraží, tel.: 543 212 911
Štefánikova 9, tel.: 641 212 003
Milady Horákové 5a, tel.: 545 246 577
Pekářská 10, tel.: 543 235 132
Cejl 19, tel.: 544 217 649
Hl. vlak. nádraží,
tel.: 542 211 149

metro



Pátek, 18. července 2014

Č. 137, www.metro.cz
Svátek slaví: Drahomíra

Min. 27°
Max. 31°

Největší deník v ČR

Při bojích u Doněcku spadlo letadlo s lidmi

Katastrofa. Na Ukrajině blízko hranic s Ruskem se zřítilo malajsijské dopravní letadlo. **Pád nikdo nepřežil.** Na palubě bylo 295 lidí. **Kyjev a proruští povstalci.** Vzájemně se obviňují, že stroj sestřelila druhá strana STRANA 4



V úchvatných kulisách alpského ledovce si tenisovou exhibici střihli Roger Federer a lyžařka Lindsey Vonnová. Více strana 11 AP

Zpěvák Hrůza se popral, je po operaci

Zpěvák Michal Hrůza, který při potyčce v ostravské Štodalní ulici utrpěl úraz mozku, je ve velmi vážném stavu. STRANA 2

Bude teplo, ale pozor na vedro v autě

O víkendu teploty přesáhnou tropickou třicítku. A v autě může být i přes 70 stupňů. Rizik spojených s vedrem a suchem je však mnohem více. STRANA 2

INZERCE

MIMOŘÁDNÉ LOSOVÁNÍ SPORTKY
S MIMOŘÁDNĚ VYSOKÝM SUPERJACKPOTEM JIŽ DNES
105 300 000 Kč
BUDETE DALŠÍ SUPERMILIONÁŘ?

sportka
sazka

V horku nebezpečí hrozí také v autě

Teploměr se už dnes dostane přes třicítku. Jaká hrozí rizika?

Zprávy o tom, kterak zapomnětlivý rodič zabil dítě tím, že je nechal v rozpáleném autě, k nám zpravidla přicházejí přes oceán. V horkých dnech ale může k takové tragédii dojít také u nás. A to velmi snadno a rychle.

Meteorologové totiž na víkend očekávají teploty přes třicet stupňů, až na pětatřicítku se vyšplhají v neděli. Je prokázáno, že při takových teplotách venku se interiér vozu vytopí až na 70 stupňů. Jak dlouho v takovém parnu může člověk vydržet, to ve středu testoval Ústřední automotoklub. „Dospělý člověk nedokáže v létě za teplot kolem 30 stupňů Celsia vydržet v zavřeném vozidle déle než 15 až 20 minut. Pak by následoval zřejmě kolaps,“ konstatoval Petr Vomáčka z ÚAMK. Co by se stalo s dítětem, raději Vomáčka ani nechtěl domýšlet.

Rizik spojených s horky a suchem je ale víc. Kromě požárů jsou to třeba úžehy. Je proto nutné dodržovat pitný režim, pro ten však není vhodný alkohol. V horku to-



Než skočíte do studené vody, osprchujte se vlažnou. Chráníte tak své zdraví.

MAFRA

Na vodu? Spíše vyrazte na houby

Horké a slunné dny nepotěší vodáky, hladina menších řek klesá.

- Splavná je Bílina, Ploučnice, dolní toky Tiché a Divoké Orlice, po Orlici se dostanete až do Hradce Králové k Labi.
- Na hranici sjízdnosti jsou zatím například Úhlava s Radbuzou. Na severu se vodáci mohou vydat na spodní tok Úpy nebo na úsek

Staré řeky na Metuji. Lepší by to mělo být až v příštím týdnu, kdy se čekají deště.

- Větší řeky jako Labe, Jizera nebo Berounka by měly být bez problémů.
- Podle mykologů je ale správný čas na houby, ty rostou více než před týdnem. Na hříby houbaři natrefí zejména na severovýchodě Moravy a jihozápadě Čech.

tiž ještě napomáhá k dehydrataci. Pozor by si měli dávat také ti, kdo vyrazí na koupaliště. Před skokem do vody je nutné se osmělit. „Při velkém a náhlém teplotním rozdílu dojde kvůli stažení cév k prudkému zvýšení krevního tlaku, pak hrozí prasknutí cévy v mozku, infarkt nebo mrtvice,“ vysvětluje pražský lékař David Macharáček.



TOMÁŠ BELICA
tomas.belica@metro.cz

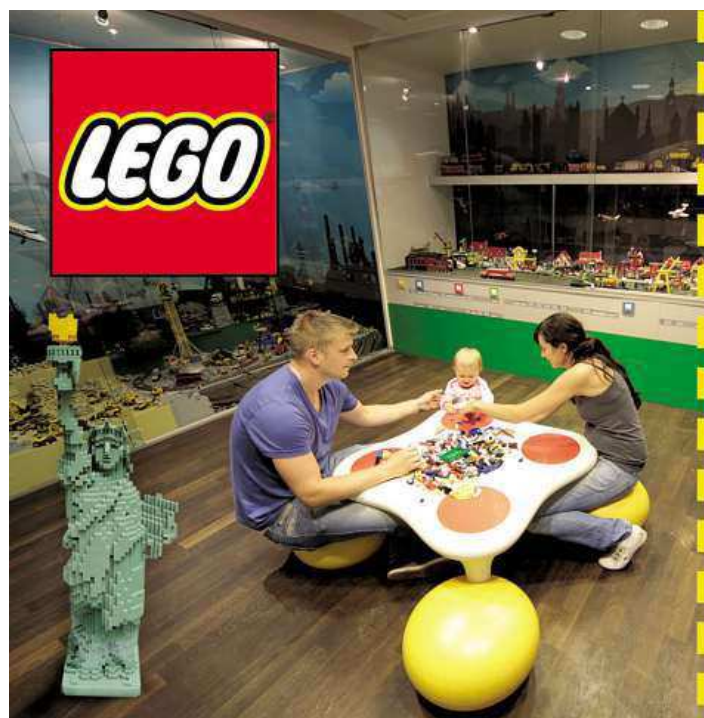
Zpěvák Hrůza. Bitka skončila operací mozku



Michal Hrůza ČTK

Zpěvák Michal Hrůza, který při noční potyčce v ostravské Stodolní ulici utrpěl úraz mozku, zůstává ve velmi vážném stavu v Městské nemocnici Ostrava. „Po operaci je v umělém spánku a další prognóza je nejistá,“ řekla včera odpoledne mluvčí nemocnice Magda Otáhalová. Podle ní podstoupil operaci nitrolebního krvácení. „Jeho stav je stabilizovaný, nicméně nadále velmi vážný,“ řekla mluvčí. Uvidí se, co ukážou další kontrolní CT vyšetření mozku. Ostravská policejní mluvčí Gabriela Holčáková řekla, že policie událost, která se stala včera kolem 3.30, vyšetřuje. „Z dosud zjištěných informací vyplývá, že došlo k potyčce několika lidí, přičemž na místě zůstal zraněný dvaatřicetiletý muž,“ uvedla Holčáková. Policisté žádají svědky incidentu, aby se přihlásili. Policie incident vyšetřuje jako těžké ublížení na zdraví, za což hrozí pachateli až deset let vězení. **ČTK**

INZERCE



LEGO sety a produkty, které jinde nekoupíte

Vystaveno více než 2500 modelů
Interaktivní expozice s vláčky
Tři podlaží expozice a dětský koutek
Unikátní LEGO Shop

SOUKROMÉ
MUZEUM LEGA
PRAHA

www.MuzeumLega.cz

Národní 31, Praha 1, +420 755 44 66 77

20%
sleva na vstupné

Pas, kinedryl a repelent: hodí se i čtyřnohým dovolenkářům

Cestování na dovolenou se zvířaty se příliš neliší od toho, když jedete s malými dětmi.

Zvířecí hotely nebo ochotní příbuzní jsou logicky první možností, kam umístit vaše čtyřnohé mazlíčka po čas dovolené. Jenže co když ta možnost selže nebo naopak trváte na tom, že i váš zvířecí parták musí moře vidět? Cestování se zvířaty má některá úskalí.

V první řadě je třeba počítat s tím, že ne každý pes

nebo kočka dlouhé cesty autem dobře snáší, a – stejně jako lidé – může zvracet. Podle Vlastimila Pospíšila z Veterinární kliniky Vyškov zvíře před cestou uklidni obyčejný kinedryl. Ten pomůže nadávkovat veterinář.

„Během cesty také věnujte pozornost dobrému větrání v autě, nezapomínejte na pitný režim zvířete a venčení, nenechávejte ho nikdy samotné zavřené v autě déle než pár minut,“ říká Pospíšil pro deník Metro. Stejně jako člověk samozřejmě bude i zvíře, ať už je to pes, kočka, nebo fretka, potřebovat svůj pas. Přesněji „Pas zvířete v zájmovém chovu“, který vám vystaví každý veterinář, ceny jsou

Letenka pro psa

Každé aerolinky mají jinak nastavená pravidla pro cestování zvířat. Informujte se.

- Zvířata se smíjí přepravovat jen ve schránkách, zpravidla v zavazadlovém prostoru. V kabině smí cestovat ve schránce jen jedno zvíře do osmi kilogramů.

- Ceny za přepravu se velmi různí. „Například Lufthansa si v rámci Evropy účtuje za přepravu zvířete do osmi kilo v kabině 50 eur (asi 1370 korun), cena přepravy u větších zvířat do 22 kilo v zavazadlovém prostoru vyjde až na 200 eur,“ říká Josef Trejbal z Letuška.cz.

kolem dvou set korun. Pas je jednotný a platí ve všech zemích EU. Zároveň je nutné zvíře označit čipem (nebo čitelným tetováním) a musí být očkované proti vzteklině. Řada zemí mimo Unii navíc požaduje veterinární potvrzení o tom, že je zvíře zdravé.

A stejně jako se člověk může nakazit parazitem, hrozí toto riziko v zahraničí také zvířatům. Zejména v jižních zemích volně pobíhá řada zabalených psů a koček a vyskytují se různé druhy klíšťat. „Můžete použít jakýkoliv preparát ve formě spot-on nebo obojek,“ radí Pospíšil.

Vedle toho můžete svého miláčka na cestu také připoji-

tit. Jako jedna z mála tuto možnost připojištění fretky, psa nebo kočky nabízí Česká pojišťovna. To pro případ úrazu nebo náhlého onemocnění s limitem do 30 tisíc. „Pojistit lze zdravé zvíře, které je starší než tři měsíce a mladší než osm let. Podmínkou je, že zvíře má svůj pas a je identifikovatelné čipem nebo má vytečované číslo,“ sdělila mluvčí ČP Ivana Buriánková.

A má-li se něco stát, ať je to v italském Bibione. V oblíbeném letovisku totiž zprovoznila psí ambulanci, která pomůže při přehřátí či zranění.

TOMÁŠ BELICA
tomas.belica@metro.cz

Proti drogám. Česko a Sasko spolupracují

Proti drogové kriminalitě budou v česko-saském pohraničí bojovat společné policejní týmy. Intenzivnější by měla být i výměna informací mezi oběma státy a jazyková příprava policistů. Dohodli se na tom premiéři a ministři vnitra Česka a Saska. Vzájemnou dohodu o spolupráci při potírání zločinu podepsali včera. Do Saska a Bavorska se dostává v posledních letech stále více pervitinu z Česka. Dohoda se týká potírání organizovaného zločinu i majetkové kriminality. **ČTK**

Zeman. Soudce odmítl jmenovat

Prezident Miloš Zeman odmítl návrh ministryně spravedlnosti Heleny Válkové na jmenování Jana Veselého předsedou Krajského soudu v Ústí nad Labem. Důvodem odmítnutí jsou podle něho Veselého nedostatečné pracovní výsledky a to, že jím řízený mělnický soud dlouhodobě obsazuje poslední místa v hodnocení kvality. Zeman prý zohlednil i negativní stanovisko Soudcovské unie. Jan Veselý odmítnutí nekomentoval. „Prezident rozhodl. Já nemám jak reagovat, je to jeho pravomoc,“ řekl. Prezident se otázkou zabýval ve středu a k odmítnutí kandidáta přistoupil vůbec poprvé. **ČTK**

Zprávy krátce

Lupič si zavolal záchranku

Příbramská policie vyšetřuje kuriózní vloupání do zlatnictví. Pachatel se podle kriminalistů při vykopávání výlohy zranil a přivolal si záchranou službu. Tvrdil, že byl napaden, proto byli k případu přivoláni také policisté. „Muž se jim po ošetření přiznal,“ řekla mluvčí příbramské policie Monika Schindlová.

Barták byl znovu u soudu

Nejvyšší soud v kauze lékaře Jaroslava Bartáka (na snímku dole) částečně zrušil rozsudek za sexuální násilí. Údajný pokus o znásilnění a nebezpečné vyhrožování jedné bývalé asistence znovu projedná Městský soud v Praze. U většiny skutků soud Bartáka znovu uznal vinným a uložil mu trest 12 let vězení, o dva roky méně oproti původnímu verdiktu. **ČTK**



Rozloučili se s vojákem z Afghánistánu

Stovky lidí se včera rozloučily v Chomutově s Davidem Benešem, jedním z pěti českých vojáků, které minulý týden zabil sebevražedný atentáčník v Afghánistánu. Další pohřby budou dnes a v pondělí. **ČTK**

INZERCE

PROJEĎTE SE NAŠÍM AUTOVLÁČKEM AUTOVLÁČEK MORAVSKÝ DRAK OLMOUC

Vláček projede centrem města, kolem hlavních památek, z Horního náměstí od Orloje, přes Bezručovy sady na Václavské náměstí ke katedrále. Zde bude malá přestávka k prohlídce. Dále přes náměstí Republiky, Žerotino náměstí a zpět k Orloji. Odjedy z Horního náměstí ve dnech St-So -12.30 h, 13.30 h, 14.30 h. Zajímavá NOVINKA - každý Čt od 10.00 h JÍZDA AUTOVLÁČKEM PO KOSTELÍCH S PRŮVODCEM.



Je možná objednávka pro kolektivy mimo jízdní řád (např. svatby, pracovní kolektivy, soukromé akce). Více informací a aktualizace jízdních řádů na www.kita.cz; tel.: 603 450 215

LUHAČOVICE

Odjedy od TRŽIŠTĚ POD POŠTOU ve dnech St-Ne, 13.00–17.00 h. Na výběr jsou 3 trasy Projížďka po kostelích v sobotu.

HODONÍN

Odjedy od PŘÍSTAVIŠTĚ U JEZU ve dnech Pá-Ne, 13.00–17.00 h. Možnost využití slevového balíčku (kombinace jízdy vláčkem s plavbou lodí nebo s návštěvou ZOO Hodonín)



Godzilla straší obyvatele Tokia

V centru japonské metropole otevřít na kolemjdoucí svou obří tlamu Godzilla. Obyvatelé Tokia se ale nemusí ničeho bát. Jde jen o model tohoto ještěra ze stejnojmenného filmu, který se nedávno dočkal remaku, a původní film navíc slaví šedesáté výročí. Film v Japonsku vstoupí do kin 25. července.

AP

Polák. Žaluje své rodiče

Za údajně zničený život žaluje u soudu své rodiče devětatřicetiletý Polák a žádá po nich 200 tisíc zlotých (asi 1,34 milionu korun). Jde o první případ tohoto druhu v Polsku a výsledek tak může být precedentsním případem pro budoucnost. Pokud žalobce uspěje, dá se předpokládat, že se objeví další podobné kauzy.

Muž, který je v médiích uveden jen pod křestním jménem Adam, si nechal v květnu před svými 29. narozeninami sepsat právníky žalobu na vlastní rodiče. Adam, kte-

rý úspěšně vystudoval dvě vysoké školy, v ní vypočítává hned několik údajných křivd ze strany rodičů. Matka s otcem se o něj prý nestarali a nechodili s ním ani k lékaři. Muž má proto údajně různé zdravotní problémy, například v důsledku neléčeného zánětu mandlí.

Dále má také špatný chrup, a to prý proto, že s ním rodiče nechodili k zubaři. Když ho bolely zuby, radila mu prý matka, aby „kousal na druhou stranu“.

Adam si stěžuje v žalobě také na to, že dostával obno-

šené oblečení od známých svých rodičů. A aby ušetřili za jídlo, musel také občas vykopávat brambory na poli. Rodiče mu údajně také neposkytli dost peněz na studia, počítač dostal později než jeho spolužáci. Adam celé své dětství souhrnně označil za smutné.

Matka Jadwiga je ženou v domácnosti a otec Jerzy je elektrikář v důchodu. Za svědky budou k soudu pozváni Adamovi mladší sourozenci Anna a Pawel. Oba si myslí, lapidárně řečeno, že jejich bratr „upadl na hlavu, když žaluje rodiče“. **ČTK**

Na Ukrajině se zřítilo letadlo

Boeing přepravoval 295 lidí. Nikdo z nich nepřežil. Letadlo bylo možná sestřeleno.

Malajsijský letoun s 295 lidmi na palubě se včera zřítil na Ukrajině poblíž hranic s Ruskem. Anton Geraščenko z ukrajinského ministerstva vnitra na Facebooku uvedl: „Všichni lidé na palubě zahynuli, všech 280 cestujících a patnáct členů posádky zemřelo.“ Letoun se zřítil poblíž Doněcka, kde se odehrávají boje mezi ukrajinskou ar-

mádou a proruskými separatisty. Kyjev a prorusí povstalci se vzájemně obviňují, že stroj sestřelila druhá strana. Boeing 777 na trase Amsterdam – Kuala Lumpur byl podle zdroje ruské agentury Interfax sestřelen z výšky deseti kilometrů.

Společnost Malaysia Airlines na Twitteru potvrdila, že ztratila kontakt s letem MH17 z Amsterdamu. „Poslední známá pozice byla v ukrajinském vzdušném prostoru,“ potvrdily aerolinie. Boeing 50 kilometrů před vstupem do ruského vzdušného prostoru začal neočekávaně klesat. Poté byl nalezen v plamenech ještě na území Ukrajiny. **ČTK**

Zprávy krátce

Nemočte na zdi

Organizátoři pekingského maratonu, který se poběží v říjnu, varovali, že diskvalifikují každého účastníka, který bude přistizen při močení na veřejnosti. Důvodem je zřejmě loňské zveřejnění fotografií desítek lidí ulevujících si v červených zdi Zakázaného města.

Odměna

Slovensko chce finančními odměnami motivovat obyvatele země, aby úřadům pomáhali při odhalování korupce, machinací při veřejných zakázkách nebo podvodů v souvislosti s čerpáním peněz z evropských fondů. Vydělat si tak mohou až 17 600 eur (483 000 Kč). **ČTK**

Ruší daň.

Za emise CO₂ platit nebudou

Austrálie ruší daň z emisí oxidu uhličitého (CO₂), kterou v rámci boje proti globálnímu oteplování zavedla teprve před dvěma lety. Daň byla v zemi jinak vstřícně k ekologickým tématům velmi nepopulární jak mezi velkými těžebními společnostmi, tak mezi samotnými obyvateli. Těm v jejím důsledku stouply ceny energií zhruba o deset procent. Zrušení tohoto opatření, které bylo namířeno proti pěti stovkám hlavních znečišťovatelů v Austrálii, po dolní komoře parlamentu odhlasoval včera také australský Senát. Tím se splnil předvolební slib liberálů, na jehož základě mimo jiné vyhráli loňské parlamentní volby. **ČTK**



Ve Francii si užívali teplého počasí

Do Francie už včera dorazila vlna veder. Teploty se v Paříži šplhaly ke 32 stupňům Celsia. Lidé tak hledali různé způsoby, jak zchladit svá těla. Nejlépe si s tím poradily děti, kterým vystačila fontána.

AP – LIONEL CIRONNEAU

Příměří.

Dohoda je prý blízko

Mezi Izraelem a palestinským hnutím Hamas, jež ovládá Pásmo Gazy, se rýsuje dlouhodobější příměří, které podle izraelských zdrojů mělo vstoupit v platnost dnes v 5.00 SELČ. Delegace obou stran jedná v Egyptě, který zastřešuje nejnovější úsilí o zklidnění situace v oblasti. Po skončení pětihodinového humanitárního příměří začaly včera odpoledne na území Izraele opět dopadat rakety, izraelské letectvo asi po hodině odpovědělo cílenými nálety na Pásmo Gazy. Pětihodinové humanitární příměří mělo umožnit civilnímu obyvatelstvu v Pásmu Gazy obnovit zásoby. Tisíce Palestinců tak rychle vyrazily na trhy, do obchodů. **ČTK**

Výhoda rekonstrukce: byt podle svých představ

Starší byt či dům si můžete upravit ke své spokojenosti. Pozor ale na výběr řemeslníků.

Byt či dům si můžete koupit již zcela hotový, na něm po nějakou dobu nebudete muset dělat žádné opravy. Ovšem pořídít si můžete i starší a ten si zrekonstruovat.

„Nespornou výhodou rekonstrukce je možnost si nemovitost přizpůsobit podle svých požadavků a představ,“ říká deníku Metro Daniel Kotula z realitní společnosti Re/Max.

Rekonstrukce však má i své nevýhody. Jednou z nich je časová investice do

její přípravy a provedení. „Dále to může být chyba při výběru nekvalifikovaných řemeslníků,“ dodává Kotula.

Napravování chyb řemeslníků vás pak může stát nemalé finanční prostředky, které už lidé někdy obtížně shání. „Na rekonstrukce lidé nejčastěji využívají vlastní finanční prostředky, dále pak úvěr ze stavebního spoření,“ uvádí Rostislav Trávníček z Českomoravské stavební spořitelny.

Ze zkušeností realitních kanceláří vyplývá, že Češi si nejčastěji vybírají byty či domy těsně před rekonstrukcí, kterou provedou sami, případně nemovitosti po rekonstrukci, avšak důkladně a promyšleně.



ROMANA BARBOŘÍKOVÁ
romana.barborikova@metro.cz



Rekonstrukci bytu lidé někdy dělají sami.

PROFIMEDIA.CZ

Co opravujeme

K rekonstrukcím Češi v mnoha případech přistupují během letních měsíců.

„Nejčastěji u nás uzavírají lidé úvěry na rekonstrukce od dubna do listopadu,“ říká Rostislav Trávníček z Českomoravské stavební spořitelny.

- Podle průzkumu spořitelny lidé nejčastěji opravují koupelny nebo vyměňují kuchyňskou linku (40 %).
- K dalším častým rekonstrukcím patří zateplení fasády (28 %), výměna oken (24 %), výměna starého kotle za úspornější (23 %).
- 18 procent Čechů pak instaluje solární panely.

KOMERČNÍ PREZENTACE

Je nejvyšší čas pustit se do rekonstrukce

Modernizace jsou **díky nízkým sazbám úvěrů na trhu „za hubičku“.**

Pokud jste dosud otáleli s rekonstrukcí svého bytu či domu, máte nejvyšší čas. Ceny stavebních materiálů neklesly, ale v důsledku podzimní devizové intervence ČNB šly naopak nahoru. Čím dříve začnete, tím výhodněji svůj byt vylepšíte.

Dalším důvodem, proč si pospíšet, jsou bezkonkurenčně nízké sazby úvěrů na trhu. Jedny z nejvýhodnějších podmínek v současné době nabízejí úvěry ze stavebního spoření. Jen Českomoravská stavební spořitelna, jednička na trhu, poskytla od ledna do června půjčky v objemu 10,9 miliardy Kč.

Pevný úrok od 2,95 %

Mezi nejčastější úpravy interiéru, pro které se lidé rozhodují, patří přestavba kuchyně či koupelny. Rozsáhlejší rekonstrukce ani pořízení vybavení ale nemusí zásadně ovlivnit rodinný rozpočet. Úvěr ze stavebního spoření lze přesně upravit podle potřeb klienta, a to i u finančně náročných projektů. Zájemce si může sám zvolit dobu a výši měsíční splátky nebo předčasně splacení a zaplacené úroky si nadto může odečíst od daňového základu. „U vybraných produktů garantujeme pevnou roční úrokovou sazbu již od 2,95 %. Úvěr je navíc možné



Rostislav Trávníček,
ředitel komunikace ČMSS

VIP servis

„V rámci VIP servisu všem zájemcům zdarma poradíme, jak nejvýhodněji přestavbu financovat. U vybraných produktů garantujeme pevnou roční úrokovou sazbu již od 2,95 %.“

kdykoliv splatit,“ upozorňuje na výhody úvěru od Lišky Rostislav Trávníček, ředitel komunikace ČMSS.

U Českomoravské stavební spořitelny lze získat úvěr ze stavebního spoření až do výše 500 000 korun bez zajištění. Lze ho využít jak na koupi pozemku, nemovitosti i dalších potřeb spojených s bydlením, tak také na modernizaci či přestavbu. Čerpaná částka je uvolňována podle potřeb klienta.

Překlenovací úvěry i na celou částku

Možnost čerpat finanční prostředky mají i lidé, kteří doposud nebyli klienty Českomoravské stavební spořitelny. Ideálně se pro ně hodí překlenovací úvěr. Liška nabízí Kredit 100 na celou částku s akontací pouze 1 000 korun, Kredit 90, kdy na počátku stačí jako vklad 10 % z půjčované částky, a Kredit Standard s výhodami při 40 % naspoření nebo při jednorázovém vkladu ve stejné výši. Kromě toho mohou klienti uzavřít rizikové životní pojištění za zvýhodněných podmínek.

Slevy a poradenství navíc

Jednou z nadstandardních služeb Českomoravské stavební spořitelny je VIP servis a slevy u partnerů, díky nimž mohou lidé ušetřit čas a peníze. „V rámci VIP servisu všem zájemcům poradíme, jak nejvýhodněji přestavbu financovat. Pro naše klienty jsme připravili i výrazné slevy na výrobky a vybavení, které obvykle při rekonstrukcích pořizují,“ dodává Rostislav Trávníček.

Pro čerpání těchto výhod se stačí zaregistrovat na webových stránkách ziskejteulisky.cmss.cz. Slevu 35 % na spouštěč vody, perlátor od JR Engineering, může využít každý. Klienti Českomoravské stavební spořitelny mohou ušetřit i 45 % při nákupu oken a dveří od společnosti Vekra, 10 % při pořízení vybavení kuchyní a 15 % u koupelen od firmy SIKO. Díky těmto výhodám všichni, kteří plánují letos investovat, mohou uspořit řádově desítky tisíc korun.

ČMSS



ČMSS vám díky svému VIP servisu pomůže i s výběrem řemeslníků.

Výhody úvěru od Lišky

- Až 500 000 Kč bez zajištění i na koupi pozemku, nemovitosti a další potřeby spojené s bydlením.
- Snadné a rychlé vyřízení.
- Výhody také pro ty, kteří zatím nebyli klienty ČMSS.
- Nabídka na míru i v případě finančně náročných projektů.
- Snižování základu daně z příjmu o zaplacené úroky.

www.facebook.com/ceskomoravska.stavebni.sporitelna
www.cmss.cz/uvetry



Letní čtení. Jak porazit prokrastinaci

V tomto a následujícím týdnu vám přinášíme ukázky z e-knihy *Konec prokrastinace* od Petra Ludwiga.

Akceschopnost má dvě základní složky: produktivitu a efektivitu. Každý den našeho života má pouze 24 hodin. Odečteme-li dobu věnovanou spánku, zbude nám náš produktivní čas.

Produktivita vyjadřuje, kolik procent z tohoto času věnujeme děláním smysluplných věcí, tedy naplňování naší osobní vize. Aktivita jako pravidelný odpočinek, timemanagement a pozitivní návyky dovedou toto procento citelně navýšit.

Efektivita určuje, zda činnosti, které děláme, jsou ty klíčové – zda nás nejvíce posouvají vpřed. S tím souvisí



dovednost určovat priority, delegovat či správně rozdělovat rozsáhlé úkoly na menší části.

Představte si vaši vizi jako cestu. Produktivita vyjadřuje, jak dlouho po této cestě každý den jdete. Efektivita určuje, zda děláte nejdlejší možné kroky. Akceschopnost je tedy vaše celková schopnost dělat konkrétní věci směřující k naplnění osobní vize.

Výstupy

Jak říká staré japonské přísloví: „Vize bez akce je sněním, akce bez vize je noční můrou.“ Tento výrok vyjadřuje dva základní životní problémy. Mnoho lidí má své vize, ale nic pro ně nedělá. Jiní zase něco dělají, ale smysl v tom nevidí žádný. Ideálně však potřebujeme obojí – jak vizi, tak akci. Pokud se nám to podaří, dostaví se požadované emoční a materiální výstupy.

Emoční výstupy souvisí s vyplavováním dopaminu, neurotransmiteru, jehož uvolňování má za následek naši spokojenost.

Materiální výstupy předsta-

vují konkrétní výsledky práce, které jsou za námi vidět.

Objektivita

Posledním důležitým dílkem do skládačky systému osobního rozvoje je práce na naší objektivitě. Anders Breivik, který v červenci 2011 na ostrově Utoya postřelil 77 lidí, měl pravděpodobně velmi vysokou motivaci, akceschopnost, a dokonce se mu dostavily i emoční a materiální výstupy. Tento extrémní příklad však ukazuje, kam až to může zajít, pokud si člověk nehlídá svou objektivitu.

Schopnost zvyšování objek-



tivity je důležitým nástrojem k tomu, jak zpochybnovat naši občas mylnou intuici. Je to metoda poznávání, jak věci opravdu fungují. Zvyšo-

Vážení čtenáři,

po celé léto můžete v Metru najít letní povídku či čtení.

- Deník Metro včetně povídky si můžete přečíst též elektronicky na e.metro.cz.
- Povídky přinášíme spolu se serverem knihy.idnes.cz, kde lze tyto, ale i jiné knihy zakoupit.

vání objektivitu je postavené na získávání vnější zpětné vazby k naší osobě, názorům a činnostem. Jelikož mají naše mozky často tendenci věřit ve věci, které ve skutečnosti nejsou pravdivé, je potřeba neustále odhalovat místa naší možné neobjektivity.

Jak říkal Bertrand Russell, nositel Nobelovy ceny a jeden z nejvýznamnějších ma-



VÍTE, ŽE ELEKTRONICKÉ KNIHY JSOU LEVNĚJŠÍ O 30–40 % NEŽ TIŠTĚNÉ?

- › Tisíce titulů v češtině, desítky žánrů
- › Pravidelné slevové akce
- › Jednoduchý nákup
- › www.knihy.idnes.cz



Povídky můžete číst též v elektronické podobě na e.metro.cz

Knihy
IDNES.CZ

tematiků a filozofů 20. století: „Problém současného světa je, že hlupáci jsou si skálopevně jisti, ale lidé inteligentní jsou plní pochybností.“

INZERCE

NOVÉ ČÍSLO LIFESTYLOVÉHO MAGAZÍNU

„BYLA JSEM OŠKLIVÉ KÁČÁTKO,“
ŘÍKÁ V ROZHOVORU DCERA
LENKY FILIPOVÉ LENNY

TO UŽ JE FAKT MOC
EXTRÉMNI SPORTY,
KTERÉ PROSTĚ MILUJEME

SAKRA, TO TO PÁLÍ
VŠECHNO, CO JSTE CHTĚLI VĚDĚT
O CHILLI, A BÁLI JSTE SE ZEPTAT

červenec 2014 | zdarma

metro

men
women
ONLY

Prožijte extrémní léto!
Jaké netradiční sporty v Česku letí?
Rozhovor s mistrem skoků z výšky.

Lenny

Dcera Lenky Filipové,
písníkářka,
objev roku
a vycházející hvězda

KORIDA Tady chovají býky / FASHION Cool plavky / RÁDCE Tipy na výlety

ZDARMA NA VÍCE NEŽ 350
DISTRIBUČNÍCH MÍSTECH V ČR
VYBERTE SI NA METRO.CZ

LISTUJTE NA MAGAZIN.METRO.CZ

V DISTRIBUCI OD 16. ČERVENCE

Někdy se inspirováme i našimi fanoušky, říká designér LEGO

V letošním roce slaví výrobce slavné stavebnice LEGO 15 let od doby, kdy dětem poprvé představil řadu Star Wars inspirovanou světem Hvězdných válek. Deník Metro dostal exkluzivní možnost udělat rozhovor s designérem kulturní hračky Kurtem Kristiansenem.

Když jsem si na přelomu 80. a 90. let hrál s LEGO, neexistovaly licencované řady. Neomezují to fantazii a univerzálnost vaší stavebnice?

Vůbec ne. Je pravdou, že máme mnohem širší portfolio produktů než v minulosti a že pokrýváme mnoho různých témat. To znamená, že máme kosmonauty, rytíře a hasiče, které si pamatujete vy, a k tomu další témata, například LEGO Star Wars. Všechny stavebnice je ale možné nekonečně kreativně kombinovat. S LEGO Star Wars pracuji již několik let. Samozřejmě musíte zůstat blízko předloze, ale několikrát jsme dokázali přidat některé funkce, na něž Lucas Film nikdy nepomyslel. V našich návrzích máme tedy stále velkou volnost.

Ale existují nějaká kreativní omezení na rozdíl od něčeho obvyčejného, třeba hasičská stanice, ne?

Při navrhování modelů pro LEGO Star Wars se řídíme stej-



Kurt Kristiansen dělá na řadě Star Wars několik let. LEGO

nými pokyny a pravidly, které se vztahují na celé produktové portfolio firmy, ale samozřejmě musíme být co nejbližší oficiální předloze Hvězdných válek. V galaxii plné vesmírných korábů a chodců jsou však jiné stavební výzvy. Například jak vytvořit vozidlo tak, aby vypadalo, že se vznáší, když ve skutečnosti jezdí na kolech, nebo jak snadno ovládat vesmírné koráby tak, aby třeba mohly létat kolem modelů.

Vedete si žebříček nejoblíbenějších stavebnic a modelů z edice?

Nevedeme si žebříček zástupců temné či světlé strany síly, ale populární jsou stavebnice týkající se původní trilogie.

LEGO Star Wars je takový fenomén, že už podle něj

vznikají vlastní videohry i filmy. Či je to pak vlastně dílo?

Silný příběh Hvězdných válek není naším dílem. Vesmír je dobrým prostředím pro stavebnici LEGO, protože nabízí hluboký příběh a nekonečné možnosti hry, a tak nás dlouhá spolupráce na tvorbě modelů LEGO založených na prostředí Hvězdných válek velmi těší.

Kolik už má řada Star Wars modelů a je ještě něco nového, co můžete

v jejím rámci představit?

Byla představena v roce 1999 a v současnosti je na trhu kolem pětácti produktů souvisejících s Hvězdnými válkami. Letos slaví LEGO Star Wars patnácté narozeniny.

Posílají vám fanoušci stále své vlastní výtvořky, kterými se chtějí pochlubit, a zapadají do světa Star Wars? Nebo vám nabízejí i tipy?

Naše komunita fanoušků je důležitou součástí naší práce. Díváme se na to, co je pro ně zajímavé, a někdy k různým návrhům provádíme průzkum. Někdy se při výzkumu na internetu inspirováme, když vidíme model postavený fanouškem, ale velmi často ho musíme přizpůsobit tak, aby jeho stavbu zvládly i děti. A tak i když některé modely vypadají nádherně, často je nemůžeme stavět děti, například proto, že jsou tyto modely velmi křehké.

Která stavebnice ze světa Star Wars je nejnáročnější na vytvoření?

Každá stavebnice má své vý-

Kurt Kristiansen

Než v roce 1990 nastoupil do společnosti LEGO, byl dnes už čtyřicetiletý designér opravářem traktorů.

- Kurt se i díky zkušenosti s opravdovými stroji snaží navrhovat stavebnice tak, aby ve všech úhlech odpovídaly originálu.

- Jeho největší výzvou byla obrovská stavebnice LEGO Star Wars Super Star Destroyer.

zvy, co se týče designu a stavby, a tak je obtížné zmínit konkrétní sadu, ale třeba velké stavebnice LEGO Direct jsou na design náročné.

Hrajete si s LEGO sám, či to necháváte už jen na odbornících, vašich dětech?

Ano, hraji. Mám dceru a syna, tak jim trochu pomáhám při stavbě různých stavebnic. Také mě baví stavět něco z LEGO Technic.

JIŘÍ BIGAS
jiri.bigas@metro.cz

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, palác koruna, Praha 1, po-pá 8.30-12.30, 13.30-17.00 hod. Tel: 225 065 177, 178, fax: 225 066 653

INZERCE

Victoria
Cestovní kancelář

Nejlevnější dovolená u moře

25.7. - 3.8.		Cena od	
ostrov Rab	kemp San Marino (stan)	2v1	3.990 Kč
ostrov Hvar	hotel Arkada	3v1	8.490 Kč
Peješac	kemp Perna (stan)	2v1	3.990 Kč
Gargáno	kemp Stella del Sud (stan)	50%	1.550 Kč
ostrov Elba	kemp Ville degli Ulivi (karavan)	2v1	4.990 Kč
ostrov Elba	kemp Casa dei Prati (stan)	2v1	3.990 Kč
28.7. - 10.8.		Cena od	
Gargáno	kemp Stella del Sud (stan)	50%	2.100 Kč
ostrov Elba	kemp Ville degli Ulivi (karavan)	2v1	5.990 Kč

2v1 ubytování a doprava v ceně | 3v1 ubytování, strava a doprava v ceně

BRNO Cejl 87 Tel: 545 213 101	LIBEREC Soukenné n. 613 Tel: 485 107 766	OSTRAVA Purkyňova 6 Tel: 596 115 597
PRAHA Myslíkova 10 Tel: 296 220 022	PŘEROV Wilsonova 11 Tel: 581 217 221	OLMOUC Polská 1 Tel: 585 224 275

www.victoria-ck.cz dovolena@victoria-ck.cz

Práce - nabídka

• Přijmeme řidiče dodávky pro přepravu po EU. Nutná čas. flexibilita. Životopis na: rexpres@rexpres.cz

Feeding labour service

Přijmeme pracovníky na pozici:

SKLADNÍK a RETRAKÁŘ ve skladu v Olomouci

Požadujeme: pracovitost, zodpovědnost, fyzickou zdatnost

Nabízíme: stabilní zaměstnání, dlouhodobou spolupráci a ohodnocení dle výkonu

Kontakt: radonova@fls.cz

Auto - Moto - poptávka

• Koupím Jawa, ČZ, Ogar, Praha, Stadion, Velorex, Druzeta, PAV i jiné. Jakýkoliv stav nebo jen ND. Dále automoto knihy, prospekty, návody... 604565190

Služby - nabídka

• Outlet - STEIKO KOUPELNY - hydromasážní systémy za výprodejevé ceny. Doprava po dohodě možná. www.steiko-koupeny.cz tel.: 605 414 920, 777 599 994

VÝKUP ZLATA!

za nejlepší cenu hotově
nejvýhodnější půjčky na zlato
www.avarrio.cz
Soukenická 8, Praha 1

737 858 585

Finance - nabídka

• 1. platba až po vyplacení půjčky! AKompas.cz půjčky bez registru, peníze do 3 dnů. Kanc. Brno, vl. zdroje + zprostřed. pro 2 věřitele. 732744679 i SMS

Cestování - nabídka

PRÁZDNINOVÝ RELAX

27.7. - 17.8. 14 od 2.390,- Kč

uvedená cena je za 1 os. ve 2 pokojí. II. kategorie v ceně pobytu!

3x ubytování v centru města 3x plná penze (možnost polopenze)

částečná klasická masáž rašelinový obklad

procedury je možno vyměnit pobyt prodloužit

+ ZDARMA horký čokoládový zábal nebo suchá uhlíčitá koupel

HOTEL POLONIA

MARIÁNSKÉ LÁZNE

Hlavní třída 50/34 tel.: 354 622 452, 603 538 767 e-mail: recepc@hotelpolonia.cz www.hotelpolonia.cz

Intimní - nabídka

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

• Báječný sex se šeredkou! Nejsm sexy, ale umím to! Volej 724 828 446!

• Mladší koloušek pro potěšení staré ženské! Nenech mě čekat! Marie 68. Piš SMS ve tvaru 94HTJ a text na 909 15 50

• Najdi svou úchytku! Se mnou můžeš! Smyslná Romana 26. Ozvi se mi 909 801 801 nebo pišni SMS na 909 15 40 s kódem 64JUK a textem!

• Důchodkyně Olina (70). Kdo si myslí, že sex v 70-ti neexistuje se mylí! Souložím NONSTOP! Volej 909 80 50 40 kód DEX88

• Šílená chcičem, nadřezaná k zbláznění! Žádný poklopec nenechám v klidu! Za výdrž se ti sladce odměním! Krásná Iva 32. T.: 909 90 99 25 nebo pošli SMS na 909 15 36 s kódem 65HCR a tvůj text!

NAŠI MILÍ ČTENÁŘI, PROSÍME, DO KOŠE NEPATŘÍME!

Sudoku

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

Napište svou bublinu



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



Počasí

DNES Min. 27 Max. 31	ZÍTRA Min. 28 Max. 32	NEDELE Min. 29 Max. 33	PONDĚLÍ Min. 23 Max. 27
---------------------------------------	--	---	--

Stupeň zátěže pro dnešek: bio 2
Střední zátěž. Rizikové skupiny by se měly vyvarovat zvýšené fyzické a psychické zátěže a věnovat pozornost svému zdravotnímu stavu.
Teplotní rekord: 37 °C
Rok výskytu: 1793

Kvíz

- Výška nad povrchem Země, která je považována za hranici vesmíru, byla stanovena na:
a) 50 km
b) 100 km
c) 150 km
- Dravá mořská ryba s typickým hadovitým tělem je i pro člověka nebezpečná. Je to:
a) ďas
b) bodlok
c) muréna
- Jižně od města Mariánské Lázně leží na stejnojmenném vrcholu rozhledna z roku 1876:
a) Hamelika
b) Svornost
c) Aberg
- Nejen jako umělecký vedoucí Dejvického divadla v Praze je znám herec a režisér:
a) Petr Zelenka
b) Ondřej Trojan
c) Miroslav Krobot
- Porsche má ve své nabídce i čtyřdvřevé sportovní kupé Panamera, prodává se od roku:
a) 2005
b) 2009
c) 2013

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

ČT1

- 13:20 Horákoví
- 14:10 Okouzlení (15/20)
- 15:05 Zahrada je hra
- 15:30 Jsou hvězdy, které nehasnou
- 16:30 Vše o vaření
- 16:45 Besipky: Pod vlivem
- 16:50 Cestománie
- 17:25 Všechnopárty
- 17:55 Události za okamžik a počasí
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 AZ-kvíz
- 19:00 Události
- 19:50 Branky, body, vteřiny



20:00 Dešťová víla
 Pohádka (ČR, 2011).
 Výpravná filmová pohádka-ová poufť za láskou a odpustěním. Přesvědčte Květuška nadpozemské bytosti, mocné žijí v samo Slunce a vrátí svému kraji vodu? Hrají: L. Vlasáková, V. Kerekes, J. Gottwald, M. Donutil, S. Stašová, J. Dulava, J. Sedláčková, M. Labuda, M. Dejdar, S. Zindulka

- 21:45 Všechnopárty
- 22:30 Zpátky se Sobotou
- 23:23 Losování Šťastných 10 a Šance milion
- 23:25 Profesionálové (23/57)
- 00:10 Hercule Poirot
- 01:10 AZ-kvíz
- 01:35 Bydlení je hra

ČT2

- 12:20 Krásy evropského pobřeží: Od Stromboli k Etně
- 12:30 Soubor vojvodůc
- 13:20 Století létání (19/26)
- 14:10 Bitva u Slavkova (2/2)
- 15:05 Kameny v české krajině
- 15:35 Nové objevy ve starém Egyptě
- 16:30 Věda na vlastní kůži
- 17:20 Moje rodina X
- 17:50 Náš původ: Kostí (1/3)
- 18:45 Večerníček
- 19:00 Pán času (9/13)
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



20:00 Zázračná planeta: Život na Zemi
 Dokument. Představíme vám nejpodivuhodnější způsoby a triky živočichů, které se u jednotlivých druhů vyvinuly za účelem přežití. Dokumentární projekt BBC

- 20:55 Vesmír: Saturn - pán prstenců
 Dok. cyklus. Děšívá a krásná obrovská mrazi-va koule obklopená mrazými prstenci
- 21:40 Děti noci
 Drama (ČR, 2008)
- 23:00 Hra o trůny (4/10)
 Fantasy seriál (USA/VB, 2011)
- 23:55 Vera (2/4)
- 01:25 Den kyborga

NOVA

- 12:00 Mike a Molly III (12)
- 12:20 Sue Thomas: Agentka FBI II (11)
- 13:25 Beze stopy VI (14)
- 14:15 Zákon a pořádek: Zločinné úmysly VI (18)
- 15:15 Ordinance v růžové zahradě 2 (72)
- 16:30 Krok za krokem VII (6)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sport, noviny, Počasí
- 17:35 Hospoda (15)
- 18:15 Pojišťovna štěstí
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



20:20 Expozitura (8)
 Krimiseriál (ČR, 2008). Čím větší podnik, tím větší dotace z Evropské unie. A konkurenční boj nezná hranic. Série podezřelých sebevražd musí skončit za každou cenu... Hrají: H. Vagnerová, R. Jaškův, J. Dolanský, P. Zedníček, J. Novotný, Z. Bydžovská, M. Šitta, S. Králková, J. Kanyza

- 21:55 Terminátor 3: Vzpousta strojů
 Sci-fi thriller (USA/N/VB, 2003)
- 23:55 Zákon a pořádek: Zločinné úmysly VI (18)
 Krimiseriál (USA, 2006)
- 00:45 Expozitura (8)
 Krimiseriál (ČR, 2008)
- 02:00 Novashopping

PRIMA

- 12:10 Julie Lescautová V (12)
- 12:20 Sirotek. Krimiseriál
- 14:10 Wolffův revír II (8)
- 14:10 V hotovosti. Krimiseriál (N, 1995)
- 15:10 Siska VI (4)
- 16:25 Komisař Rex VII (8)
- 17:30 Jeden musí zemřít. Krimiseriál (N/Rak., 2002)
- 18:00 Odpolední zprávy
- 18:00 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimi zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 VIP zprávy



20:15 Výměna
 Thriller (USA, 2008). Christine Collinsonová přišla o syna, když jednoho dne beze stopy zmizel. Nejenže musí bojovat s laxním přístupem zkorumpovaného policejního oddělení, musí také všechny přesvědčit o tom, že chlapec, kterého se jim po čtyřech měsících podařilo vypátrat, není její Walter. Hrají: A. Jolie, J. Malkovich, J. Donovan. Režie C. Eastwood

- 23:15 Život a doba soudce Roye Beana
 Western (USA, 1972)
- 01:55 Hra s nevěrou
 Thriller (USA/VB, 2005)
- 04:10 Siska VI (4)
 Krimiseriál (N, 2004)

PRIMA COOL

- 12:15 Akta X V (8)
- 12:15 Serriál (USA, 1997)
- 13:35 Dobyvatelé ztracené pravdy III (2)
- 14:10 Simpsonovi VII (6, 7)
- 15:10 Bojičtí mýtů VII speciál (3)
- 16:15 Ztracení (9)
- 16:15 Samotářka. Serriál (USA, 2004-2010)
- 17:10 Jmenuju se Earl II (14)
- 17:40 Námořní vyšetřovací služba L. A. IV (6)
- 18:30 Drsná prociutnutí
- 18:30 Simpsonovi VII (8, 9)
- 19:20 Kdo přežije: Vanuatu (4)



20:15 Bez hranic (3)
 Krimiseriál (Fr./N/ČR/USA, 2013). Louisův tým dostal povolení řešit případy v rámci Evropské unie. Prvním oficiálním případem se stává vyšetřování záhadných úmrtí milionářů z Amsterodamu, Düsseldorfu a Benátek Hrají: W. Fichtner, D. Sutherland, M. Lavoina a další

- 21:20 Bez hranic (4)
 Krimiseriál (Fr./N/ČR/USA, 2013)
- 22:25 Žralok v Benátkách
 Dobr. film (USA, 2008)
- 00:20 Psycho IV: Začátek
 Horor (USA, 1990)
- 02:05 Jmenuju se Earl II (14)
 Komed. seriál (USA, 2006)

ÓČKO

- 06:00 Ranní fresh
 Vstávání s muzikou. Šťavnatý, lahodný a osvěžující mix
- 10:00 Óčko chart
 Hitparáda diváků Óčka. Každý týden fresh desítká nejoblíbenějších videoklipů plus 3 horké novinky!
- 12:00 Óčko hity
 Klipy nonstop
- 17:30 Drzá Diana
 Talk show s Dianou Kobzanovou



18:00 Millennium
 Největší hity nového milénia. Schválně, jestli si ještě vzpomenete, s jakými hity jsme před lety rozjžděli nové tisíciletí?

- 20:00 Samosebou na festák!
 Festivalový report
- 20:05 CZ & SK
 České a slovenské klipy. Nová videa prokládáme starými klipy, na které je pořad radost se podívat!
- 21:10 Drzá Diana
 Talk show s Dianou Kobzanovou
- 21:30 Party vide
 Dynamický playlist do klubu i na domácí party
- 02:00 Óčko flirt
 Proud klipů se vzkyazy diváků Óčka

Sloupek

PAVEL MAURER

MILOVNÍK JÍDLA



ALL INCLUSIVE

Dlouhodobě nenávídím pojem all inclusive, tedy česky řečeno – vše v ceně. Blíží se doba prázdnin a dovolených, takže je dost pravděpodobné, že mnozí z vás si zakoupili pobyt, kde si každého hned na začátku okroužkují páskou a pak už budete jíst dle libosti cokoli a kdykoli. Jenomže on je to trochu začarovaný kruh. Ten, kdo vám all inclusive prodává, ve většině případů nepřemýšlí o ničem jiném než jak na vás maximálně ušetřit. Jak nakoupit ty nejlacinější suroviny, druholigová rajčata a jak z nedojedeného kuřete, co bylo k večeři, udělat nazítrí polévku k obědu. Manažer all inclusive strategicky koumá, jak servírovat jídla ve var-

Citát

Zblajzneme pětichodovou snídani a od oběda nás musí odvézt na vozíku.

prokopnutí! Pijeme od rána jednoho zdarma-panáka za druhým, dáváme si exotické koktejly, na jaké bychom si nikdy – tedy v tom normálním, ne all inclusive životě – za žádnou cenu netroufli. Zblajzneme pětichodovou snídani a od oběda nás prakticky musí odvézt na vozíku. Ale nezájeme, stejně je to nerovný boj – a restaurace nakonec vždy slavě z vítězství. Recyklace nesnědených potravin je organizačně dokonale promyšlená, alkohol se nalévá v té nejníže konzumní kategorii a nedaleký lékař je dobře a zkušeně zásoben projímadly, žaludečními tabletkami a dezinfekčními prostředky. Všichni vědí své. Můj závěr je jednoduchý: all inclusive není nic špatného, ale nesmíme se z toho takříkajíc pomátnout. Prostě se pouze chovejme jako naše děti: to, že je na švédských stolech každou minutu připravena hora jídla, neznamená, že to musíme všechno sníst – právě my!

Dopisy a vzkazy

Pozvánka k přepadení

Moje movitá sousedka se na veřejnosti velmi ráda chlubila zlatými prstýnkami a řetízky. A že těch zlatých řetízků a přívěsků nosila na krku až pět! Do ulic vždy s berličkou vyrážela ověšena zlatem jako vánoční stromček. Nedbala rad městských strážníků, aby tím zlatem bezbranná paní neprovokovala asociály. O všechno své bohatství následně přišla letos na jaře při jednom večerním loupežném přepadení. Ke všemu nejhoršímu skončila babička s vážným zraněním v nemocnici. Dodnes nebyl pachatel vypátrán. V mnoha případech si za okradení mohou vetché stařenky samy, když na ulicích do slova vybízejí otrlé kriminálníky a narkomany k takzvané dobré ráně, kdy si rychle přijdou v průměru na 30 až 50 tisíc. Jenže komu není rady, tomu není pomoci. Naše rozmarňe babičky tak nerozumně přicházejí nejenom o své bohatství, ale především o své zdraví. A nedej Bože i o životy!

JIRÍ WOLF, PRAHA

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

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

Výrok dne



„Nevěděl jsem, zda Austrálie chce, aby její šampion byl gay.“

IAN THORPE, BÝVALÝ PLOVEC

Thorpeův coming out dodal kuráž dalším sportovcům, již promluví o svých příbězích. Ukázalo se, že v australském sportu vládne silná homofobie.

Slovo dne

STRATEGIE

(ze sloupku Pavla Maurera na této straně)

V tomto kontextu: obecný způsob, postup, jímž určitá osoba řeší problémy

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



Zprávy v obrazech



De la Serna. Zahraje si papeže

Film o životě papeže Františka před jeho nástupem do papežského úřadu v březnu 2013 se chystá natočit italský režisér Daniele Luchetti. Natáčení má začít v polovině října v papežově rodné Argentíně. Rolí papeže by měl ztvárnit argentinský herec Rodrigo De la Serna (foto). PR



Monty Python. Poslední show

Závěrečnou z desítky show, jíž se po 30 letech naposled vrátila na pódium britská komediální skupina Monty Python, bude 20. července živě přenášet 450 filmových sálů v Británii a 1500 kin ve světě. V Česku jich bude pět desítek, na Slovensku dva. PR

Řešení sudoku

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

Anketa Cestujete často i se zvířaty? Jak se o ně staráte?



Michaela Matoušková
Psa vozíme vždy, a když zatroubí, tak ho jdeme vyvenčit.



Bořivoj Janíček
Necestuji, je to vůči nim sobecké. Stačí jim známý dvorek!



Jan Rajčáni
Ano. Vždy s vodou, krmením a pytlíčky na exkrementy.

Komiks Zveme vás na náš Facebook – www.facebook.com/DivadloSH



KNÍŽKA NA LÉTO ZDARMA



V DNEŠNÍ
MF DNES

VZESTUP A PÁD HOLLYWOODSKÉHO SCENÁRISTY

KNIHA SE SKLÁDÁ VÝHRADNĚ Z PŘÍBĚHŮ,
KTERÉ LEGENDÁRNÍ SPISOVATEL SÁM PROŽIL

Soubor volně na sebe navazujících povídek přibližuje životní příběh scenáristy Pata Hobbyho, kdysi slavné osobnosti hollywoodského filmového světa. Pat u filmu strávil dvacet let: prvních deset let v záři reflektorů, se vším okázalým leskem, filmovými hvězdami, nákladnými vilami s bazény – a druhých deset let s ústupem ze slávy, stále větší bídou, nostalgickými vzpomínkami a sklenkou whisky v ruce. Pat Hobby je scenárista sice talentovaný a zkušený, ale už o něj nemá nikdo zájem. Ví se o něm, že pije a více než o práci se stará o svádění začínajících hereček, které si myslí, že jim poměr se scenáristou může pomoci v kariéře. Hobby byl v počátcích své kariéry velice oblíbený jak u režisérů, tak i u místní honorace, nyní se však pohybuje spíše v nižších společenských i majetkových kruzích. Stýká se především s drobnými podvodníčky, bookmakery, barmany a prostitutkami.

MLADÁ FRONTA

DNES

STOJÍ ZA TO ČÍST



Zahráli si tenis na ledovci

Po zpočátku nevinné konverzaci na Twitteru si tenisovou exhibici v úchvatných kulisách největšího alpského ledovce zahráli legendární tenista Roger Federer s lyžařskou hvězdou Lindsey Vonnovou. Zápas byl zároveň propagační akcí jedné švýcarské čokoládovny. Pokračování se nabízí – už brzy se oba sportovci utkají v lyžařském klání. AP

Číslo dne

35

Němečtí fotbalisté se po zisku titulu mistrů světa po dvaceti letech vrátili do čela světového žebříčku FIFA. Dosaďní lídři Španělé spadli na 8. místo. Český tým klesl ze 34. na 35. místo. Němci byli naposledy první v červnu 1994, mezitím se propadli v březnu 2006 až na 22. místo. Před MS byli druzí. Stříbrný tým šampionátu Argentína se ze čtvrtého místa posunul na druhé, třetí Nizozemci zaznamenali největší skok, v červnu byli až patnáctí.



Pohár musel z helmy pryč

Německý pilot formule 1 Nico Rosberg musel změnit design helmy, v níž pojezdí vikendovou domácí Velkou cenu v Hockenheimu. Upomíná na nedělní triumf jeho krajanů na fotbalovém mistrovství světa. FIFA si vymohla odstranění mistrovského poháru. Jeho vyobrazení by znamenalo porušení práva na ochranu značky. TWITTER

Nadějný náskok před odvetou Liberci zařídil Jarolímův gól

Fotbalisté Liberce se přiblížili postupu do dalších bojů v Evropské lize.

0	1
MFK Košice	Slovan Liberec

Branka: 83. Jarolím z penality
Diváci: 7055

porazil slovenského soupeře poprvé po 13 letech, Liberec venku v pohárech neprohrál už posedmé za sebou.

Zápas Mladé Boleslavi proti týmu Široki Brijeg skončil po uzávěrce tohoto vydání. STK



V Košicích se hrálo s Brazukou, oficiálním míčem MS. ČTK

Superpohár

Fotbalisté Sparty mají šanci jako první český tým získat během dvou měsíců všechny tři hlavní české trofeje.

- Sparťané v minulé sezoně vyhráli ligu i pohárovou soutěž, nadcházející sezonu mají šanci zahájit triumfem právě v Superpoháru.

- Viktoria Plzeň vyzve spartany jako vicemistr i poražený finalista poháru a pokusí se rivalovi porážky oplatit.

- Utkání na stadionu v Praze na Letné začne dnes v 17.45 v přímém přenosu ČT Sport.

Zprávy krátce

Patří k nejlepším

Golfistka Klára Spilková zahájila úspěšně turnaj evropské série LET ve Wörthsee: po prvním kole German Open jí patří dělené osmé místo. Nejlepší výsledek zaznamenaly Čiňanka Čang Jü-Jang, Skotka Kylie Walkerová a Angličanka Charley Hulllová.

Může hrát v NHL

Další z českých hokejových talentů se může v příští sezoně proháňt v NHL. Osmnáctiletý útočník David Pastrňák, kterého draftoval v prvním kole Boston, obdržel po absolvování nováčkovského kempu nabídku tříleté smlouvy. ČTK

INZERCE

ÚVĚRY OD 100 TISÍC

AŽ NA 20 LET SE ZÁSTAVOU

ručení – bytem, domem, chatou, pozemkem

➤ **SNÍŽÍME**
VAŠE SPLÁTKY

➤ **VYPLATÍME**
VAŠE DRAHÉ PŮJČKY!
EXEKUCE! VĚŘITELE!

➤ **ZASTAVÍME**
DRAŽBU

TEL. 777 883 810

SUPERNABÍDKA LAST MINUTE ZÁJEZDŮ 2014

Destinace	odlet	nocí	strava	cena
Řecko – Lefkada	24.07.	11	BS	12 990 Kč
Řecko – Kréta	24.07.	10	HB	17 990 Kč
Řecko – Kos	24.07.	7	AI	20 490 Kč
Kypr – Severní Kypr	24.07.	14	AI	20 990 Kč
Turecko – Turecká riviéra	25.07.	7	AI	12 990 Kč
Řecko – Lesvos	25.07.	11	BS	13 990 Kč
Tunisko	25.07.	11	AI	17 990 Kč
Itálie – Kalábrie	25.07.	7	AI	17 990 Kč
Itálie – Sardínie	25.07.	7	AI	19 990 Kč
Řecko – Rhodos	25.07.	11	AI	21 490 Kč

Odlety z Prahy. AI – all inclusive, HB – polopenze, BS – bez stravy
Více nabídek na www.firotour.cz nebo na tel. 210 000 210.



tour
firo
CESTOVNÍ KANCELÁŘ

Fajn půjčka
Fair Credit FAJN půjčka
půjčte si od 4 000 do 50 000 Kč
800 888 120 bezplatná linka
www.faircredit.cz

SAMSUNG

Samsung
GALAXY Tab S

NEJDOKONALEJŠÍ DISPLEJ



Ultra lehký (446 g)
Extrémně tenký (6,6mm)
Reálné barvy (94% pokrytí Adobe RGB)
Čtečka otisků prstů



kup na

 **alza.cz**