

# Nejlepší outdoor kamery světa v ČR



NOVINKA

**GoPro**

## Odolná akční kamera **GOPRO HERO5**

Rozlišení snímače 12 Mpx • maximální rozlišení 4K@30fps  
• podpora FullHD • vodotěsná bez pouzdra do 10 m • redukce  
šumu a hluku od větru • ovládání hlasem • stabilizace videa  
• Wi-Fi • Bluetooth • GPS geolokace

419371

**11 999 Kč**



## Smartphone **SAMSUNG Galaxy J1 6**

Čtyřjádrový procesor 1,3 Ghz • RAM 1 GB  
• interní paměť 8 GB • microSD až 128 GB  
• Wi-Fi • 4G LTE • Super AMOLED  
• fotoaparát 5/2 Mpx • Android 5.1 Lollipop

  
Barevné varianty

417277

**2 999 Kč**

# TRÁPÍ VÁS VLHKÉ ZDI V DOMĚ A HLEDÁTE JEDNODUCHÉ A TRVALÉ ŘEŠENÍ?

Vlhkost zdiva se projevuje především u starších domů s poškozenou či chybějící hydroizolací, výjimkou nejsou ani novostavby, kde došlo k chybám při projektování či realizaci. V každém případě ale platí, že vysokou vlhkost ve zdivu je třeba neprodleně řešit.

V extrémním případě může dojít vlivem vysoké vlhkosti ve zdivu až k narušení stability stavebních konstrukcí. Navíc se výrazně zhoršuje klima v interiéru, zvyšuje se relativní vlhkost vzduchu (dlouhodobá zvýšená vlhkost vzduchu v interiéru působí problémy už při hodnotě 55%) a roste riziko šíření plísní, což může vést až k onemocnění dýchacích cest. Mnohé plísně jsou navíc rakovinnotvorné.

## Zasolování zdiva

Zasolování zdiva je neblahým důsledkem vztlínání vody ve zdivu. Solný roztok postupně rozleptává původní horizontální izolace. Svou funkčnost ztrácí

tyto materiály obvykle po čtyřiceti a více letech. Vztlínáním vody jsou do stavebních konstrukcí naneseny vyloučené vodorozpuštěné soli (sírany, dusičnany a chloridy), které se usazují v odpařovací zóně omítky a ucpávají póry stavebních materiálů.

## Rostoucí finanční náklady a klesající hodnota domu

Nejčastěji se vlhkost ve zdivu projeví následkem konkrétních stavebních poruch, ale i dílčí lidskou činností. Vždy přitom platí, že pokud se chceme zbavit vlhkosti ve zdivu, musíme znát její příčinu.

Jestliže neodstraníme hlavní příčinu problémů a zdivo pouze nově omítáme, rostou jen stále znovu a neúčelně vynakládané finanční náklady. A vinou zhoršení tepelné izolačních vlastností zdiva rostou i náklady na vytápění (až o 20%). Konečným důsledkem je pak i klesající hodnota nemovitosti až o 15%.

## Sanační metoda nízkotlakou injektáží

Touto metodou je vytvořena do datečná horizontální izolační vrstva, která trvale zabrání prostupu kapilární vlhkosti. Zdivo je díky nízkému tlaku při vpravování směsi prosyceno injektážní silikonovou emulzí SuperCapillar100® rovnoměrně a šetrně. Injektážní silikonová emulze má výjimečnou schopnost penetrace, jde o kvalitní materiál, který neobsahuje rozpouštědla a je opatřen certifikátem WTA. Sanace se touto metodou provádějí rychle, efektivně a minimálně zatěžují okolí.

Injektáž se provádí nejméně ve dvou řadách, aby byla hydroizolační vrstva dostatečně silná a byla vyloučena neprosycená místa. Jde o německou technologii, která je prováděna tuzemskými řemeslníky, kteří jsou v Německu proškoleni. Cena za komplexní řešení je vždy pevná, bez skrytých vícenákladů a víceprací. Pracovní postup vychází ze zkušeností se sanacemi více než 25 000 objektů provedenými v Německu i Česku.

Tato sanační metoda vyřeší problém vlhkého zdiva bez ohrožení statiky domu a je použitelná u každého druhu zdiva a také ve skledech. Metodu lze aplikovat z exteriérové i interiérové části stěn.

Jako každá profesionální činnost musí být i vysoušení zdiva prováděno za dodržení přísných požadavků na vysokou kvalitu. Správný postup by proto měli v konkrétních případech vždy určit povolání odborníci bezplatnou analýzou stavu.

## O ATG Czech Republic s.r.o.

ATG Czech Republic s.r.o. je dceřiná společnost německé firmy ATG GmbH, která na území Německa úspěšně sanuje vlhké zdivo již 25 let. Skupina ATG se na vysoušení zdiva zcela specializuje. Zabývá se pouze touto činností a dosahuje v ní nejvyšších kvalit. Opírá se přitom o patentovanou technologii, firemní know-how a dlouholeté zkušenosti, které nasbírala při sanaci více než 25 000 objektů v Německu a v posledních letech i v Česku. Firma ATG Czech Republic s.r.o. byla v ČR registrována 11. února 2011.

ATG Czech Republic s.r.o.  
Praha 6 Střešovice,  
Na Ořechovce 201/20, 162 00

www.atg-sro.cz  
tel. 800 556 556  
kontakt@atg-sro.cz

## Vlhkost ve zdech? To je zlé...

- V suterénu nebo v obytných místnostech?
- Odlupuje se vám omítka?
- Degradují vám nátěry na vlhkém zdivu?
- Ničí vlhko vaše tapety?
- Dochází ke vzniku plísní a hub?
- Máte v místnostech vysokou vlhkost vzduchu?
- Nemůžete ve vlhkém sklepě nic skladovat?
- Jsou vaše náklady na vytápění příliš vysoké kvůli vlhkým zdem?

## Pomůže vám ATG

- **25 letou** zkušeností s vysoušením zdiva
- analýza škody **zdarma**, odborné poradenství a prohlídka **zdarma**, nezávazný, předběžný odhad nákladů **zdarma**
- Speciálně vyvinutá metoda nízkotlaké injektáže
- Suché zdivo jednou **provždy**
- Neohrožuje statiku zdiva
- Aplikace **zvenku** nebo z **místnosti**
- **Pevná cena** bez skrytých vícenákladů



Zavolejte nám na bezplatnou linku  
**800 556 556**  
**www.atg-sro.cz**

ATG Czech Republic s.r.o. - IČ: 24808890 - 162  
00 Praha 6 - Střešovice - Na Ořechovce 201/20

pracujeme na  
celém území  
Čech



# LICHOŽROUTI JEDÍ VŽDY JENOM JEDNU

URČITĚ SE VÁM OBČAS ZE ŠUPLÍKU ZTRÁCEJÍ PONOŽKY STRANA 16



# metro



**PRAHA**

Úterý, 18. října 2016

Č. 198, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)  
Svátek slaví: Lukáš



Min. 10°  
Max. 14°

Nejčtenější noviny v Praze

# Mobilní telefony škodí pracovnímu nasazení

**Produktivita zaměstnanců.** V práci ji lze zvýšit časem bez smartphonů. **Vyšší výkonnost.** Když lidé nemají po ruce mobil, je vyšší o 26 procent. **Bez telefonů.** Zakázat je firmy mohou ve výjimečných případech STRANA 6



## Dalajláma přijel na Forum 2000. Hned mluvil o Havlovi

Zhruba tisícovka lidí přišla na Hradčanské náměstí uvítat v Praze tibetského duchovního vůdce dalajlámu (vlevo). Někteří nesli tibetské vlajky, další měli v rukou transparenty s nápisy Free Tibet (Svobodný Tibet). Dalajláma připomněl bývalého prezidenta Václava Havla a vyzval, aby lidé udržovali jeho odkaz. „Václav Havel tu nyní už není s námi. Po lidských bytostech ale něco zůstává, myšlenky, ideály,“ řekl. „Všichni bychom měli pokračovat v udržování Havlova odkazu, v myšlence pravdy a lásky,“ uvedl dalajláma, kterého s bývalým českým prezidentem pojilo osobní přátelství. Ve své řeči také zdůraznil, že se nesnaží o odtržení Tibetu od Číny, z čehož ho obviňuje Peking. Dalajláma přijel do Prahy na 20. ročník mezinárodní konference Forum 2000, kterou Havel založil. Zúčastní se diskusních panelů a bude mít veřejnou přednášku. MAFRA

## Bude pražská MHD gratis?

Před dvěma lety bylo cestování zdarma v Praze jedním z předvolebních témat. Do dneška město nemá ani analýzu, podle níž by se dalo určit, jestli by to bylo možné. STRANA 2

## Ani obrázky je neodradí

Odstrašující obrázky na krabičkách cigaret mají po psychologické stránce své nedostatky. Kuřák si na ně brzy zvykne a přestane je vnímat. STRANA 9

## Přiměje vás k dohodě

Dana Potočková je hvězdou v oboru mediace. Snaží se mimosoudně přimět znesvářené strany, aby se domluvily. STRANA 8

## Sparta opět jede do Zlína

Fotbalisté pražské Sparty se v osmičtinále pohárové soutěže MOL Cup představí ve Zlíně. Tam zhruba před měsícem remizovali 1:1 v lize. STRANA 25

# Tallinn a Frýdek-Místek. Kdy bude MHD zdarma?

**Cestování zdarma po Praze je v současnosti nereálné.**

Před dvěma lety byla MHD zdarma jedním z velkých předvolebních témat. Uplynuly dva roky a zatím neexistuje ani analýza, která by řekla, jestli je něco takového v Praze možné.

„Byli bychom rádi, kdyby město co nejdříve zanalyzovalo dopady tohoto kroku. Je potřeba zjistit, jestli na podobné zlevnění stačí kapacita sítě, spočítat náklady i výnosy a je potřeba rozhodnout, jestli to stojí za omezení investic,“ vysvětluje zastupitel za piráty Mikuláš Ferjenčík. Jako příklad možného uvádí estonské hlavní město Tallinn. To začalo svým obyvatelům nabízet hromadnou dopravu zdarma v roce 2013. Po

třech letech říkají radní, že město neprodělavalo, naopak na tom prý vydělává 20 milionů eur ročně.

Kritici ale oponují, že projekt není udržitelný. Podle společnosti Ropid, která veřejnou dopravu v metropoli organizuje, žádné tak velké město jako Praha ji zatím zdarma nemá. „Troufáme si říci, že již nyní je jednou z nejlevnějších v Evropě,“ říká mluvčí Ropidu Filip Drápal. Město loni zlevnilo roční jízdné na 3650 korun a další zlevnění už by mnoho automobilistů do veřejné dopravy nenalákalo. „Naprostá většina těch, kteří nejedli MHD, ale autem kvůli penězům, už nyní jezdí. A ten zbytek dalším zlevněním stejně nepřesvědčíme – tito lidé nepoužívají MHD z jiných důvodů než finančních,“ vysvětluje Drápal. Naopak by se mohlo stát totéž, co se stalo Tallinnu, že do autobusů a tramvají



**Citát**

**Městskou hromadnou dopravu zdarma chápou jako cíl, ke kterému bychom měli směřovat.**

PETR DOLÍNEK  
NÁMĚSTEK PRIMÁTORŮKY PRO DOPRAVU

přibudou lidé, kteří dosud chodili pěšky nebo jezdili na kole. Pak bude potřeba veřejnou dopravu posilovat, což neúnosně prodraží její provoz. Zastánci cestování zdarma připomínají i český sym-

bol podobných projektů, podbeskydský Frýdek-Místek. Tam projekt cestování zdarma odstartovali v roce 2011. Podle radnice má opatření pozitivní výsledky, spoje jezdí častěji a stále se rozšiřují, zdarma se jezdí i do okolních obcí a stále stoupá počet cestujících. Zatímco v menším městě, jako je Frýdek, nebyl problém přidat další spoje, v metropoli to možné není. „Trasa C je na hraně, metro projíždí každé dvě minuty, častěji to není možné,“ vysvětluje Drápal.

Praha však cestování zdarma nezavrhuje. „V našich podmínkách je ale cesta k MHD zdarma složitá. Vzhledem k objemu dopravy si zatím absolutní výpadek tržeb z jízdného nemůžeme dovolit. Nicméně za první krok lze považovat třeba snížení ročního jízdného,“ řekl náměstek primátorky pro dopravu Petr Dolínek. **ROBERT OPPELT**



## Martin Maxa

Zpěvák Martin Maxa bude po delší době koncertovat v hlavním městě. Už ve čtvrtek ho můžete vidět od 20.00 v Music Clubu Jižák. Vstupenky stojí v předprodeji na [gout.cz](http://gout.cz) 100 korun. **MCJ**

INZERCE

**Nauč se obchodovat akcie, komodity nebo Forex!**  
Prvních 100 registrací ~~3490,-~~ **ZDARMA!**



### Zajímá vás:

- Jak se obchoduje s akciemi?
- Co dělají banky s vašimi financemi?
- Proč je dobré sledovat ČNB a její oslabování koruny?
- Do čeho investují úspěšní investoři?

### Pak si nenechte ujít finanční kurzy v Praze!

- 5 lekcí, 90 minut 1× týdně
- Dopolední i odpolední termíny
- Zkušební investiční účet na 1 000 000 USD

Použijte při registraci promo kód **Metro2016** a získáte kurz zdarma!

[www.Studuj-Burzu.cz/metro](http://www.Studuj-Burzu.cz/metro)



Studuj-Burzu.cz

Martin Nácházel  
Tel: 420 601 301 968  
info@studuj-burzu.cz  
www.Studuj-Burzu.cz



## Nyní nové kondenzační kotle

**VIESMANN** S DOTYKOVÝM DIGITÁLNÍM LCD DISPLEJEM  
ZA MIMOŘÁDNÉ AKČNÍ CENY.

Při prodloužení smlouvy s Pražskou plynárenskou finanční spoluúčast na montáži. **Ke každému kotli zdarma karta AXA ASSISTANCE – základní program „Pojištění asistenčních služeb v domácnosti“.**

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

720 956 096/233 374 858



PRAŽSKÁ  
PLYNÁRENSKÁ



Spojení energií i služeb



# Dvě tváře hlavního nádraží

**Oprava budovy trvá už třináct let.**

Na hlavním nádraží se potkávají dva světy. Pokud vystoupíte z metra, projdete halou, vyjedete eskalátorem a odjedete moderním vlakem pryč, budete nadšení. Uvidíte moderní evropské nádraží. Chybu neuděláte, ani když si dojdete nakoupit nebo na záchod.

Horší už to bude, když se půjdete projít do parku. Zvenku je totiž vidět, že rekonstrukce zdaleka neskončila. Stejně to bude, když se z Fantovy kavárny vydáte prozkoumat útroby památkově chráněného areálu. Ty na opravy stále marně čekají.

Bývalý nájemce budovy, italská společnost Grandi Stazioni, měla podle ministra Dopravy Dana Ťoka 13 let na to, aby nádraží opravila, což se nestalo. „Proto nájemní smlouva vypršela a správcem



Chodby u kavárny opraveny zatím nejsou.



Fantova kavárna byla otevřena loni v létě.



Rekonstrukce nádraží pokračuje i letos (vlevo), Fantova budova byla hotova už dříve.



nádraží se stane Správa železniční cesty,” uvedl Ťok.

Grandi Stazioni za více než miliardu zrekonstruovala odbavovací halu nádraží, z historické Fantovy budovy byla opravena jen menší část. Jde o centrální část, kde nyní funguje kavárna.

Zástupci společnosti Grandi Stazioni včera klíče od budovy předat nepřišli, klíč ministři dal jen šéf servisní společnosti. Podle SŽDC vypršela nájemní smlouva s Grandi Stazioni o půlnoci z neděle na pondělí. Ta to ale odmítá a trvá na tom, že nájemní smlouva dál trvá. Italové měli mít nádraží pronajaté na dalších třicet let, pokud by do 16. října zvládli zrekonstruovat celý objekt.

Firma již dříve uvedla, že pokud SŽDC společnost z objektu vypoví, bude požadovat 1,2 miliardy korun jako kompenzaci za rekonstrukci odbavovací haly a rovněž náhradu za ušlý zisk z dalších let provozu nádraží. **ROBERT OPPELT**

## Na Žižkov. Zkratka nádražím

Do dvou let má začít stavba dlouho očekávaného podchodu, který spojí hlavní nádraží se Žižkovem a Vinohrady.

Správa železniční dopravní cesty (SŽDC) už žádá o územní rozhodnutí na prodloužení podchodu pod hlavním nádražím, který dosud končí u posledního nástupiště. Začít stavět chce do roku 2018, hotovo by mohlo být o rok později. „Cílem stavby je zajistit přím-

mé pěší propojení z odbavovací haly nádraží směrem na Žižkov a Vinohrady,” řekl mluvčí SŽDC Jakub Ptačinský.

K prodloužení si SŽDC vybrala podchod v nejsevernější části, z prostorových důvodů vyšel jako nejvhodnější variant. Dosud hlavní nádraží průchozí není. Řada lidí si cestu mezi centrem a Žižkovem zkracuje nebezpečným přecházením kolejí v severní čás-

ti nádraží a porušuje tak zákaz vstupu. V roce 2013 dokonce studenti z iniciativy Legálně na nádraží během happeningu položili i základní kámen budoucího podchodu.

Pěší by měli při cestách na Žižkov vycházet z Seifertově ulici, cesta na Vinohrady bude ústít do křižování ulic Španělské a Mánesovy. Chodník má vést také do Vinohradské ulice. **IDNES.cz**

### Jak je to s pronájmem

Ve výběrovém řízení na obnovu nádraží zvítězila italská společnost Grandi Stazioni v roce 2002.

- Dokončení oprav historické Fantovy budovy bylo podle smlouvy z roku 2003 podmínkou pro prodloužení pronájmu prostor nádraží o dalších 20 let. Ta dávala na opravu secesní budovy, která původně sloužila mimo jiné jako odbavovací hala, deset let od vydá-

ní platného stavebního povolení.

- Grandi Stazioni prostory hlavního nádraží opravuje od prosince 2006. V odbavovací hale vystavěla nové odbavovací centrum, eskalátory, výtahy a obchody, které nyní komerčně pronajímá.
- Po odchodu Grandi Stazioni bude oprava nádraží pravděpodobně přerušena.

INZERCE

VOLKSWAGEN FINANCIAL SERVICES  
GEF. LEASING POJIŠTĚNÍ MOBILITA

**AUTOJAROV®**

\*Akce „bonus 20 000 Kč a zimní kola“ se vztahuje na vybrané vozy a současně je platná při využití příslušného financování od spol. AUTOJAROV.

Váš autorizovaný partner:

**AUTOJAROV**

Osiková 2, 130 00 Praha 3

251 002 306

www.autojarov.cz

**Podzimní výprodej ročních vozů  
s bonusem 20 000 Kč a zimními koly\***

**DasWeltAuto.**



**ŠKODA Fabia**

1,2 TSI Style

Cena již od  
**259 000 Kč**  
vč. DPH



**SEAT Ibiza ST**

1,2 TSI Reference

Cena již od  
**259 900 Kč**  
vč. DPH



**Zimní kola  
jako dárek!**

Fotografie jsou ilustrativní.



# Ani po cestě, ani po chodníku

**Značení na devítce překáží chodcům. Kam ale s ním?**

„Kam vlastně ta zatrolená značka patří?“ ptají se místní z Prahy 9. Na chodníku ulice V Chaloupkách se totiž v době čištění ulic pravidelně objevují přenosné značky upozorňující na zákaz stání. Správa silnic je tam ale dává tak nešťastně, že je chodec nemůže obejít, aniž by vstoupil do silnice.

„Jako chodkyně se cítím ohrožena, protože se mnohdy musím vyhnout značce

a vstoupit na cestu. Co potom mají dělat maminky s kočárkem?“ stěžuje si čtenářka Jiřina Eberová.

Ta se kvůli značce dostala do sporu s firmou, která je pro Technickou správu komunikací (TSK) rozmisťuje. „Je to upozornění pro řidiče, tak ať je dají pod chodník. Bylo mi ale řečeno, že je nemají kam jinam dát,“ dodává Eberová.

Podle mluvčí TSK nastává pro Pražany tato nepříjemnost dvakrát do roka na dobu osmi dnů. Umístění na chodník však podle ní chybou není.

„V tomto konkrétním místě je problém způsoben zejména velmi úzkým chodníkem, kte-

rý samozřejmě neumožňuje obejít místa s dopravním značením, aniž by chodec musel vstoupit do vozovky. Umístit ho jinak přináší ale daleko větší riziko než nutnost ho obejít po silnici, kde je navíc minimální provoz,“ vysvětluje Lišková.

Problém by v ulici mohly vyřešit také takzvané zónové značky. Ty by označovaly celou zónu a bylo by jich tedy na chodnících méně. Podle Liškové by však opatření situaci znehlednilo řidičům.



FILIP JAROŠEVSKÝ  
dopisy@metro.cz



Chodník v Jeseniové teď slouží značkám.

JIŘINA EBEROVÁ

INZERCE

**PRAGOLIGNA**  
MEZINÁRODNÍ KONTRAKTAČNÍ A PRODEJNÍ VÝSTAVA  
STROJŮ, NÁSTROJŮ, ZAŘÍZENÍ A MATERIÁLŮ  
PRO DŘEVOZPRACUJÍCÍ PRŮMYSL

**20. - 22. 10. 2016**  
Výstaviště Praha - Holešovice

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

**PŘEDSTAVÍ SE  
ABSOLUTNÍ ŠPIČKA  
FIREM Z OBORU**

INCHEBA  
EXPO PRAHA

## Ďolíček. Jednání o koupi stadionu míří do finále

Město dnes už snad definitivně rozhodne o budoucnosti vršovického Ďolíčku, fotbalového stadionu, na němž hraje prvoligový tým Bohemians Praha 1905.

Město přijme podmínky Prahy 10. To by pro klub znamenalo, že se nebude muset stěhovat jinde. Ve čtvrtku bude o uzavření memoranda navrženého městskou částí ještě jednat pražské zastupitelstvo. „Memorandum považuji za naprosto zásadní krok k tomu, aby Bohemka měla jistotu, že bude mít kde hrát. Proto chce hlavní město vyjít tímto způsobem Praze 10 vstříc,“ řekl náměstek primá-

**Citát**

**Praha chce vyjít schválením memoranda Praze 10 vstříc a dát Bohemce jistotu.**

PETR DOLÍNEK  
NÁMĚSTEK PRIMÁTORKY

torky pro sport Petr Dolínek. Hlavní město chce stadion od soukromého majitele, společnosti Bohemians Real, odkoupit, což městská část podporuje. Podmínkou je ale vrácení sousedního pozemku, který Praha 10 spravuje a provozuje na něm parkoviště.

Memorandum, v němž si

stanovili další podmínky jako zachování parkovacích míst, koridoru kolem Botiče nebo vybudování náměstíčka v případě zástavby pozemku, schválili zastupitelé Prahy 10 už v září. Původně ale hlavní město znění memoranda odmítalo, teď chce jako vstřícný krok memorandum schválit.

O převodu stadionu se jedná už od roku 2011 a ligovým fotbalistům způsobuje nejistota ohledně stadionu značné potíže. Majitel stadionu, společnost Bohemians Real, má s fotbalovým klubem uzavřenou nájemní smlouvu jen do konce soutěžního ročníku 2016/17. **ROBERT OPPELT**



“Splnil se mi sen. Ten největší!”

Letenky do New Yorku již od **10 990 Kč**

**letuška.cz**

Tel.: 234 704 901

Europea  
travel

Study CZ

viza.cz

Eduthea  
eduthea.com

Pro radost z cestování



# Lakrosistky rozdávaly. Pamětník i lepší nálada

**Vyzbrojené lakroskami i dresy** udělaly značný rozruch.

Je sedm ráno a na Háje přicházejí hráčky z Jižního Města. Jejich aktivita vyrušila i dispečerku. „Co to rozdávají?“ ptala se. Když zjistila, že Metro, byla klidnější. Obránkyně Debora Plecháčková uvedla, že se setkala s otázkou, „co je to za politickou kampaň?“ Na smíchovském nádraží rozdávaly hráčky Radotína a brankářka Kateřina Dvořáková také v helmě. „Někdo si bral kvůli tomu ode mě,“ přikývla a dodala: „Byl tu pán, že to před 30 lety hrál. A že si dělali lakrosky ze dřeva.“ Na Andělu se holkám ze Sokola Smíchov povedlo lidem zlepšit náladu. „Byli zakabonění, ale když si vzali noviny, začali se usmívat,“ řekla Klára Felixová. **PUR**

## Seriál pokračuje

Výzva deníku Metro pro pražské sportovní kluby měla velký ohlas. Ozvalo se jich přes 20.

- Už tento pátek vyjde článek o fotbalistech TJ Březiněves.
- V září tomu bylo sedm let, co zde vzkřísili mládežnický fotbal. Teď mají 150 dětí a daří se jim i výsledkově. Tamější trenéři budou Metro rozdávat v pátek na Ládví.



Hráčky Sokola I. Smíchov



Na smíchovském nádraží byla i brankářka Dvořáková.



Lakrosistky z Jižního Města rozdávaly na Hájích.

## Tipy na dnešní den

### PŘEDNÁŠKA

Co dělat, když mé dítě neumí prohrávat nebo říká neslušná slova? Přednáška zdarma pro rodiče dětí předškolního věku se koná od 17 hodin v Centru Černý Most. Ředitelka školky a odbornice na výchovu a vzdělávání Klára Markuciová, která také píše sloupky do deníku Metro, bude mluvit v prostoru Central Plaza na téma Je dítě vizitka rodičů?

### KURZ TANCE

Máte rádi tanec? A rádi byste se chtěli něco naučit? Pak se vydejte do Divadla Archa na kurz Fyzické a taneční divadlo, který je určen pro všechny věkové kategorie. Začátek je dnes v 18.30 hodin, ale kurz bude trvat až do konce ledna. První hodina všech kategorií je zdarma, jinak stojí kurz, který má 14 lekcí, 2000 korun. Všechny ateliéry budou završeny veřejnou prezentací. **MET**

INZERCE

Podzimní nabídka za hřejivé ceny

**my**  
národní

SLEVA  
AŽ  
50%

Pánská šála  
ORSI

299,-  
**149,-**



Dámská módní  
šála  
ORSI

199,-  
**99,-**



Pánská bunda  
Jack & Jones

1799,-  
**899,-**



Dámská bunda  
VERO MODA

1590,-  
**799,-**



Pánské pyžamo  
VESNA

699,-  
**349,-**



Dámské pyžamo  
VESNA

599,-  
**299,-**



Dámské zimní  
boty  
GEOX

3999,-  
**1999,-**



Nabídka platí od 10. 10. do 31. 10. 2016 nebo do vyprodání zásob. Slevy není možné sčítat, sleva vám bude odečtena na pokladně.



# Kvůli mobilům jsme v práci méně výkonní

**Zakázat telefony v práci mohou firmy jen ve výjimečných případech.**

Mobily škodí pracovnímu nasazení. Dokazuje to aktuální experiment provedený na univerzitách v německém Würzburgu a anglickém Nottinghamu.

Vědci vyzvali účastníky, aby test koncentrace podstoupili za čtyř odlišných podmínek: s telefony v kapse, na stole, zavřenými v zásuvce a zcela mimo místnost. Výsledky hovoří samy za sebe – nejnižší výkonnost byla naměřena v případech, kdy telefon zůstal na stole. „Odloučení od telefonu může mít na jednu stranu negativní emocionální efekt, jako například zvýšenou úzkost. Na druhou stranu, máme-li jej po ruce, může působit rušivě,“ komentuje experiment Jens Binder z univerzity v Nottinghamu.

Jak poznatky z výzkumu využít, radí Jan Sekera ze společnosti Kaspersky Lab, která experiment zadala: „Produktivitu zaměstnanců můžeme zvýšit například tím, že vyhradíme určitý čas bez smartphonů. Takovým opatřením může být zavedení pravidel během běžného pracovního dne, jako bývají na poradách – tedy žádné mobily, žádné počítače,“ říká Sekera.

Sami zaměstnanci by ale museli na „beztelefonní“ režim dobrovolně přistoupit. Zakázat mobily na pracovišti totiž může firma jen v některých případech – například v situaci, kdy by používáním

telefonu mohla vzniknout škoda.

„Při pásově výrobě by zaměstnanec mohl svou nesoustředěností zapříčinit zpomalení výroby, při provádění výzkumu zase ohrozit jeho výsledky,“ jmenuje příklady Ondřej Wyszoglad, ředitel personální agentury Adecco ČR.

Že mobily snižují výkonnost, dobře vědí i učitelé. Některé české školy se proto rozhodly pro radikální řešení. Například na pražském gymnáziu PORG musí mít žáci mobily ve škole vypnuté a v tašce.

„Rodičům se pravidlo líbí a děti si na ně už zvykly,“ komentuje zákaz ředitelka společnosti PORG Dagmar Dluhošová. **MAREK HÝŘ**



**Bez mobilů makáme**

## 26

O tolik procent je vyšší výkonnost lidí, pokud nemají po ruce svůj mobilní telefon. Společnost Kaspersky Lab svými výzkumy například zjistila, že pokud si lidé během schůzky zapisují poznámky do počítače, tak se snižuje úroveň chápání toho, co se na schůzce skutečně děje, daleko více, než když si poznámky zapisují tužkou na papír či bloku.

### Majitele hospod švalo, že bylo v jejich podnicích ticho

**Svěráznými způsoby se vyrovnali hospodští s tím, že jejich hosté zírali do mobilů.**

- Steve Tyler, majitel jednoho jihoanglického baru, měl ve svém podniku ticho. Hosté se totiž nebavili a jen koukali do mobilů. Proto udělal krátký proces. Zablokoval mobilní signál – do stěn svého podniku proto zabudoval měděné sítě a stříbrné fólie. Vše do zdi a stropu. Princip známý jako Faradayova klec se běžně využívá v elektrárnách. Lidé si jeho rozhodnutí nemůžou vynachválit. „Chci, aby se lidé v mém baru dobře bavili, ne aby se dívali do displejů svých mobilních telefonů,“ vysvětlil Tyler pro web BBC.

- Jinak na to šli majitelé baru Salve Jorge v brazilském Sao Paulu. „Cílem našeho podniku je sdružení přátel ve šťastném prostředí kolem dobrého jídla a studeného piva,“ uvedl jeden z majitelů baru, Flavius Cinira. Bar vyzrál nad mobilními závislostmi tak, že mobily hostů musel podpírat sklenice. Obsluha totiž pít roznáší ve speciálních sklenicích, které nesou příznačný název Offline Glass a návštěvníky k odložení jejich mobilního telefonu přímo donutí. Jejich vyšší dno je totiž vykrojené, a tak se bez podložení ve svislé poloze neudrží. Jedinou možností, jak uskutečnit hovor či odeslat textovku, je nadzvednutí sklenice. To pak již svádí k dokonání

pohybu, který končí upitím jejího obsahu.

- Ibrahim, majitel jedné restaurace v Izraeli, vzkázal svým hostům: „Bez mobilu si posezení v restauraci užijete mnohem více.“ Už ho nebavilo, jak lidé surfovali v mobilu, místo aby se bavili mezi sebou. Proto se rozhodl nabídnout kompromis. Za odložení mobilu daruje padesátiprocentní slevu.
- V některých českých hospodách najdete třeba nápis: „Wi-fi nemáme. Zkuste mluvit spolu.“ V jiné zase mají chlapi mobily na kraji stolu v krabičce, a komu první zavolá žena, aby už šel domů, platí útratu všem ostatním u stolu.



## Ztohoven

Kauza červených trenýrek na Hradě, za kterou stojí skupina Ztohoven (na snímku je jeden z členů David Hons), jde do dalšího kola. Včera odvolací soud rozhodl, že „právo na svobodu projevu nelze nadřazovat nad právo na ochranu majetku“. Věc se vrací k obvodnímu soudu. **MAFRA**

### Zprávy krátce

## V Brdech žije vzácný datlík

Patří mezi silně ohrožené druhy. Nyní byl jeho výskyt potvrzen. V Brdech žije datlík tříprstý. První zprávy o něm jsou z let 1985 až 1989. V brdských lesích jsou stromy různého stáří, což ptákovy vyhovuje. Takové lokality už v Česku málokde najdete. Datlíci se vyskytují už jen v českém pohraničí.

## Češi do Alp

Poptávka po kratších zahraničních lyžařských zájezdech letos dál roste. Češi v zimě stále častěji vyrazí několikrát za zimu na lyže do Alp, ale na kratší dobu. Nejpopulárnější jsou zájezdy s délkou od dvou do čtyř dnů. V letošní zimě vyrazí více Čechů také do slovenských Tater. **ČTK**

INZERCE

## Sedací soupravy přesně na Vaši míru!



Ilustrační foto

Sedací soupravy na míru z řady SYSTEM POLSTER zakoupíte v prodejnách ASKO Nábytek:

PRAHA - ŠTĚŘBOHOLY • PRAHA - ČAKOVICE • TEPLICE • BRNO • HRADEC KRÁLOVÉ • OLOMOUC • ZLÍN • MLADÁ BOLESLAV • ČESKÉ BUDĚJOVICE • PLZEŇ • ZNOJMO • TÁBOR • CHOMUTOV **www.asko.cz**



**AKCE**

# Stavebnice LEGO® jako dárek



K nákupu stavebnice LEGO® nebo jiné hračky nad 500 Kč vč. DPH

**Všechny dárky vyřešíte na  [alza.cz](http://alza.cz)**

Kupte na [www.alza.cz/hracky](http://www.alza.cz/hracky) nebo volejte 225 340 111

Akce platí pouze do 31. 10. 2016 nebo do vyprodání zásob. Dárek bude automaticky přibalen k objednávce po splnění podmínky nákupu nad 500 Kč vč. DPH. Více na [www.alza.cz/vanoce-hracky](http://www.alza.cz/vanoce-hracky)

# Zachránila výrobu firmy s 200 lidmi

**Dana Potočková je hvězdou v oboru mediace.** Při ní se snaží mimosoudně přimět znesvářené strany k vzájemné dohodě.



Dana Potočková TEDxPRAGUE

**TEDxPrague 2016**

Letos se myšlenkový festival koná 30. října ve Foru Karlín.

• Vystoupí zde právě Dana Potočková, ale také Jana Frantičková, která vychovala 12 dětí, známá taxikářka Iva Pekárková, filozof Erazim Kohák či módní návrhářka a stylistka Kamila Vodochočská.

• Vstupenky si můžete koupit do 21. října za 1666 korun.

konflikty z pozice třetí strany. Ročně se kurzů účastní asi 300 osob," říká.

Pokud se ale už někdo rozhodne být zapsaným mediátorem v registru ministerstva spravedlnosti, musí složit státní zkoušku. Ta se skládá ze dvou částí – písemné a ústní. Písemná část prověřuje teoretické znalosti z oblasti práva, mediace a psychologie. Ústní část vyžaduje, aby uchazeč své mediáční dovednosti předvedl v praxi. Je to nejobávanější část, kdy se úspěšnost pohybuje přibližně kolem 45 procent.

Zkušební mediátorka ví, že v zahraničí je tato role v mnoha oblastech velmi důležitá. Například v USA napomohl mediátor urovnat spory a řevnivost mezi členkami skupiny Spice Girls, aby byly schopné dokončit své turné. Díky intervencím mediátora skončila týdnů trvající výluka v hokejové NHL.

Sama Potočková ale má na kontě řadu úspěšně vyřešených případů. Nedávno se jí podařilo dosáhnout dohody a neuzavřít výrobu, která zaměstnávala přes dvě stě lidí. „Dojemným případem byla pro mne mediace dvou po-starších sester, které spolu přes šestnáct let nemluvily. Rozhádaly se kvůli dědictví, a přestože bydlely nedaleko od sebe, raději přecházely chodník, aby se náhodou nepotkaly. Z mediace odcházely v slzách a dojaté. Podařilo se jim věci mezi sebou vyříkat a uzavřít je. Znovu se po letech lidsky potkaly,“ přidává Potočková příběh z praxe.

Průměrná délka jednání se pohybuje mezi 5–8 hodinami a ceny od 400 do několika tisíc korun za hodinu.



PAVEL URBAN

pavel.urban@metro.cz



## Nové sochy

Dvě nové sochy ozdobily nábreží Maxipsa Fíka v Kadani. Na snímku dole je ocelová plastika slavného pohádkového psa od Michala Fialy. Nahoře je dílo z pískovce od Františka Vlčka, kde je kromě maxipsa Fíka také jeho věrná kamarádka Ája. Město za zhotovení obou děl zaplatilo 1,7 milionu korun. 2x ČTK



## Volby. Jasno o koalicích je také v dalších krajích

Po krajských volbách, které proběhly před týdnem, se na přič republikou rodí další krajské vlády. Na Vysočíně koalici vytvoří ČSSD, ANO, ODS a Starostové pro Vysočinu. Ve Středočeském kraji bude vládnout koalice ANO, STAN, ODS a tří zastupitelů z TOP 09. Hejtmankou se stane Jaroslava Jermanová z vítězného ANO. V Olomouckém kraji se vlády ujme ANO v čele s hejtmánem

Otou Košťou s ČSSD a ODS. Moravskoslezský kraj ovládne koalice ANO, KDU-ČSL a ODS. Hejtmánem bude Ivo Vondrák z ANO. Jasno je i v Libereckém kraji (koalice Starostů pro Liberecký kraj s ANO, ČSSD a ODS). Hejtmánem zůstává Martin Půta. Ve Zlínském kraji bude vládnout koalice KDU-ČSL, ANO, STAN a ODS, hejtmánem bude krajský lídr lidovců Jiří Čunek. ČTK

INZERCE

Nákupy  
**OnaDnes**

generální partner

**VISA**

Vyšší slevy při  
platbě kartou Visa

**NiM**

Nadace Terezy Maxové dětem

Z každé platby kartou Visa  
za vás společně s Visa  
přispějeme 10 Kč  
Nadaci Terezy Maxové dětem

**ČTVRTEK 20. 10.**

**Nákupy  
Ona  
Dnes**

Slevové kupony  
v dnešní MF DNES



# Psycholog. Od kouření fotka neodradí



Odstrašující obrázky na krabičkách cigaret. Fenomén, na který si musí v Česku zvykat nejen ku-

řáci, jež má kampaň od jejich pravidelné dávky nikotinu odradit, ale i nekuřáci, kteří se s obrázky střetnou v trafikách při nákupu ranních novin či na pokladně v supermarketu.

Podle psychologa Jana Kulhánka z Psychoterapie Anděl má však kampaň po psychologické stránce své nedostatky. „Kuřák si na nepříjemné obrázky velice brzy zvykne a přestane je vnímat. Slabším jedincům z řad nekuřáků mohou naopak přivodit nepříjemné pocity,“ říká psycholog Kulhánek.

## Jak obrázky působí na kuřáky?

Cílem kampaně je konfrontovat lidi s tím, že se na následky kouření umírá a měla by se snížit spotřeba cigaret. Lidé jsou ale přizpůsobiví a umějí si na ledcos zvyknout. Kuřáci tak odstrašující obrázky přestanou časem úplně vnímat.

## Odradí tedy obrázky od kouření vůbec někoho?

Kouření ztratilo pro mladé kouzlo. Pracují hodně s teenagery, kteří jsou velmi riziková skupina. Často experimentují se vším možným. Ti se shodují na tom, že dřív bylo mít u sebe krabičku amerických cigaret, jak oni říkají, „cool“. Dnes se s ní, také kvůli odpuzivým obrázkům a nápisům, nikdo už příliš nechluví. Kouření prostě už není v módě.



**Kouření ucpává  
Vaše tepny**

## Trafikám chybí krabičky

S cigaretami bez obrázků se v obchodech budeme setkávat do 7. prosince. Distributoři mají od 7. září povinnost prodávat trafikám jen cigarety s odpuzivými obrázky.

- Kvůli těmto předpisům tak nejsou v těchto dnech v některých z nich k dostání krabičky vybraných značek. Ne všude se totiž zdařilo navázat dodávky na sebe.

## S obrázky přicházejí do styku i nekuřáci.

Ve většině případů je utvrdí v tom, že dělají dobře, když nekouří. Jsou ale situace, kdy nemusí obrázek zapůsobit dobře na psychiku. Po-

kud jsem například matkou, která potratila, fotka dítěte na přístrojích vám na dobré náladě nepřidá. Stejně tak jako může mít člověk z obrázků poškozených orgánů žaludek pěkně na vodě.

## Může kampaň na někoho zapůsobit opačně? Přiměť ho začít kouřit?

Všechno má i negativní dopad. V zahraničí se například podobně nevyplatilo upozorňovat velkou kampaní na

fakt, že by děti neměly začínat s návykovými látkami a sebepoškozováním. Stal se přesný opak. Šlo do toho víc a víc dětí, které kampaň naopak nalákala na něco zakázaného. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

INZERCE

800 521 521  
www.kb.cz

OPTIMÁLNÍ PŮJČKA

**PŘEDSTAVTE SI, ŽE TO ZAS  
MŮŽETE ROZJET NAPLNO**

SLUČTE SI PŮJČKY DO JEDNÉ.

UŠETŘÍTE I NĚKOLIK TISÍC MĚSÍČNĚ A MŮŽETE  
SI VÍC UŽÍVAT ŽIVOTA.

**KOLIK ÚVĚRŮ K NÁM PŘEVEDETE, TOLIK SPLÁTEK VÁM VRÁTÍME**

NA PARTNERSTVÍ ZÁLEŽÍ



### Vzorový příklad:

Výše úvěru 300 000 Kč, splatnost 6 let, pevná úroková sazba 6,9 % p. a., RPSN 7,1 %, 1. splátka úroků 1 092 Kč, 2.-71. anuitní splátka 5 159 Kč, 72. anuitní splátka 5 101 Kč, celková splatná částka 367 323 Kč. Jednorázový poplatek za sjednání úvěru 0 Kč. Měsíční poplatky za: spravování úvěru 0 Kč, běžný účet MůjÚčet 0 Kč, el. výpisy 0 Kč. Příklad je spočítán k datu čerpání 1. 10. 2016 a termínu splácení vždy k 20. dni v měsíci. Běžný účet MůjÚčet je zdarma v rámci konceptu MojeOdměny.

Za každou půjčku převedenou do KB vrátíme klientovi 1 splátku. V případě, že klient konsoliduje právě 6 úvěrů, získá od KB bonus například 6 x 5 159 Kč, celkem 30 954 Kč. Platí pro smlouvy o Optimální půjčce uzavřené od 3. 10. 2016 do 31. 12. 2016 na dobu trvání alespoň 72 měsíců. Více na [www.kb.cz/optimalnipujcka](http://www.kb.cz/optimalnipujcka).

# Čína hrozí kvůli dalajlámovi

**Slovenský prezident setkáním s tibetským duchovním vůdcem podráždil Čínu.**

Čínské ministerstvo zahraničí včera pohrozilo neupřesněnou odvetnou reakcí za to, že se slovenský prezident Andrej Kiska setkal s tibetským duchovním vůdcem dalajlámou, který v rámci cesty po Evropě navštívil Slovensko.

Dalajláma, který přijel na Slovensko v sobotu, se s Kiskou sešel v neděli v Bratislavě v restauraci. Na facebookové stránce slovenského prezidenta se poté objevily fotografie z tohoto setkání a Kiskova poznámka, že schůzku s dalajlámou považuje za velkou počtu.

„Kiska ignoroval ostrý nesouhlas Číny a setkal se s dalajlámou,“ prohlásila mluvčí čínského ministerstva zahraničí Chua Čchun-jing. Setkání podle ní bylo v rozporu s politikou jedné Číny, kterou slovenská vláda slíbila podporovat. „S tím Čína naprosto nesouhlasí a přijme odpovídající reakci,“ řekla. Dalajláma se podle ní dlouhodobě snaží o odtržení Tibetu od Číny a čínská vláda je proti tomu, aby s ním byl kterýkoli zahraniční činitel v jakékoli formě kontaktu.

Dalajláma se v těchto dnech v Praze zúčastní konference Forum 2000. **ČTK**

Dalajláma se v těchto dnech v Praze zúčastní konference Forum 2000. **ČTK**

## Zprávy krátce

### Pančovaný alkohol zabijel

Na Ukrajině se pančovaným alkoholem otrávil již 135 lidí, z toho osmapadesát případů skončilo smrtí. Policie zatkla osm podezřelých včetně předpokládaného organizátora výroby a jeho společníků.

### Auto usmrtilo uprchlici i dítě

V uprchlickém táboře u Soluně zasahovala policie slzným plynem proti uprchlíkům. Ti podpálili automobil šestasedmdesátiletého řeckého řidiče, který při jízdě autem usmrtil kurdskou uprchlici a jejího desetiletého syna. **ČTK**

## Výbuch. Zranil lidi v chemičce

Několik lidí zranil a jednoho člověka usmrtil větší výbuch v německé chemičce společnosti BASF ve městě Ludwigshafenu. Sedm dalších pracovníků pohřešují. Exploze, jejíž příčiny zatím nejsou známy, továrnou na umělá hnojiva otřásla krátce před polednem.

Zástupce chemičky Uwe Liebelt uvedl, že nejprve začalo hořet jedno z potrubí. „Jak poté došlo k explozi, zatím není jasné,“ podotkl. Jaká látka přesně začala hořet, nechtěl Liebelt sdělit. Obyvatelům v nejbližším okolí doporučila policie nevycházet z domovů a zavřít okna. V chemičce se běžně překládají hořlavé kapaliny a zkapalněný plyn. **ČTK**



Požár v chemičce

AP

## Klauni. Útočí už i ve Švédsku

Ozbrojení klauni děsí kolemdoucí se už z USA rozšířili i do Skandinávie. Švédským i norským policistům denně volají desítky lidí, které klauni vystrašili, v horším případě i napadli. Ve švédském Falköpingu v neděli tři muži v převleku zaútočili na mladíka rozbitou skleněnou

lahví. Obklíčili ho a pořezali mu ruce. Policisté případ vyšetřují jako napadení.

„Máme informace o třech útočnicích, dva byli pruhovani, jeden strakatý,“ uvedla Emma Ekdahlová z falköpingského policejního sboru. Kvůli klaunským kostýmům však policisté o útočnicích za-

tím bližší informace nemají. Vystrašení obyvatelé založili facebookovou stránku, na které se o setkáních s klauny informují. „Cílem není klaunům ublížit. Cílem je mít o nich přehled, aby to bylo jednodušší pro ty, kteří se jich bojí,“ uvedl obyvatel William Player. **IDNES.cz, MET**



## Začala bitva o město Mosul

Irácké jednotky spolu s kurdskými pešmergy (na snímku) zahájily ofenzivu, jejímž cílem je znovudobytí severoiráckého města Mosul z rukou bojovníků Islámského státu. Osvobozovací operace má být nejvýznamnější bitvou v Iráku od roku 2003, kdy byla zahájena invaze, jež svrhla bývalého prezidenta Saddáma Husajna. **AP**

INZERCE

OD TVŮRČŮ KOMEDIE ŽENY V POKUŠENÍ

ONDŘEJ VETCHÝ  
PETRA HŘEBÍČKOVÁ



**BEZVA ŽENSKÁ**  
NA KRKU

PŘÁVĚ V KINECH

**KAREL GOTT**

mafra  
mediální skupina

IMPULS

**40**  
SLAVÍKŮ

Vychází na **2CD**

Supraphon

**40 hitů**  
**+ 2 novinky!**

OBJEDNÁVEJTE NA: **Supraphonline**





**25**  
let s vámi  
DŮVĚRA ZAVAZUJE

**DATART**

# Pro rodinu to nejlepší



## Ponorný multifunkční mixér **BRAUN MQ 9045 \***

Technologie ACTIVEblade s pohyblivou mixovací nohou a čepelí • POWERBell PLUS s extra mlecím nožem pro jemné výsledky • SmartSpeed pro plynou regulaci rychlosti • SplashControl proti stříkání • příkon 1 000 W • bohaté příslušenství



417324

**3990 Kč**

měsíčně od **201 Kč**



**A+++**

## Úsporná pračka

### **BEKO WMY 61083 CS PTLB1**

Spotřeba 137 kWh/rok,  
39 l/cykl. • kapacita 6 kg  
• 1000 ot./min • hlučnost  
73 dB • program Beko  
BabyProtect • PET program  
• HI-Tech topení  
• elektronické vyvažování  
bubny • šířka 60 cm

349759

**8790 Kč**

měsíčně od **443 Kč**

Nakupujte online na [www.DATART.cz](http://www.DATART.cz)

# JEDEME BOMBY



**55" 138 cm Ultra HD**

**SUHD TV Quantum dot**

**10 LET ZÁRUKA**  
NA VÝRAZENÍ PŘEKLEŠT

„Nikdy jsem neustoupil z kvality obrazu. To mi zůstalo.“ Jiří Menzel, filmový režisér

**SUHD Smart televize SAMSUNG UE55K5700Z**

410293

Rozlišení 3840x2160  
• DVB-T/T2/C/S2 • Wi-Fi • LAN  
• přehrávání z USB • 4x HDMI  
• 3x USB

Úhlopříčka 60" 56 990 Kč  
Úhlopříčka 65" 72 990 Kč

**Sleva 3 000 Kč**  
Původní cena ~~49 990 Kč~~

**46 990 Kč**  
měsíčně od **2 368 Kč**



**Receiver a set reproduktorů HARMAN KARDON AVR 1515 + JBL Arena 170**

Výhodná sada výkonného receiveru a dvou reproduktorů

- 5.1kanalový receiver
- Spotify connect
- 3D-Ready HDMI
- sloupové reproduktory s realistickým zvukem

411054 + 411053

**Sleva 6 490 Kč**  
Původní cena ~~21 480 Kč~~

**14 990 Kč**  
měsíčně od **755 Kč**



**Multifunkční tiskárna HP All-in-One Officejet Pro 8610**

Automatický oboustranný tisk

349245

Rozlišení tisku až 4800x1200  
• podpora HP ePrint, Apple AirPrint a Google Cloud Print  
• USB • LAN port • Wi-Fi  
• duplexní režim • 6,75cm dotykový barevný displej

**Sleva 800 Kč**  
Původní cena ~~4 298 Kč~~

**3 490 Kč**  
měsíčně od **176 Kč**



**Herní konzole Microsoft Xbox One S 500GB White + FIFA 17 + 1M EA Access**

Podpora Ultra HD • HDR • kompatibilní s ovladačem Kinect • HDD 500 GB • Blu-ray jednotka • Wi-Fi • HDMI • USB 3.0

418394

**7 990 Kč**  
měsíčně od **403 Kč**

## DEN NEZÁVISLOSTI NOVÝ ÚTOK

V prodeji od 26. 10. na Blu-ray a DVD od 299 Kč



**Notebook**

**LENOVO IdeaPad Z50-75**

405881

Čtyřjádrový procesor AMD Kaveri A10-7300 1,9 GHz • grafika AMD JET PRO • RAM 8 GB • HDD 1000 GB  
• Wi-Fi • 2x USB 2.0 • 1x USB 3.0  
• lesklý Full HD displej • numerická klávesnice • Windows 10

**12 999 Kč**  
měsíčně od **655 Kč**



**LED monitor**

**BENQ EW2775ZH \***

416748

Kontrastní poměr 3000:1 • doba odezvy 4 ms • svítivost 300 cd/m<sup>2</sup>  
• pozorovací úhel 178° • VGA

**5 699 Kč**  
měsíčně od **287 Kč**



**Smartphone**

**SONY Xperia X Compact**

Šestijádrový procesor Qualcomm Snapdragon 650 • RAM 3 GB • interní paměť 32 GB • microSD až 256 GB  
• 4G LTE • fotoaparát 23/5 Mpx  
• Android 6.0 Marshmallow  
V prodeji pouze na www.datart.cz

Barevné varianty

419155, 419154, 419156

**12 490 Kč**  
měsíčně od **629 Kč**

+ DÁREK sluchátka v hodnotě 2 790 Kč



**Navigace**

**MIO SPIRIT 5400 + lifetime CZ/SK**

368918

Doživotní bezplatná aktualizace map ČR a SR • funkce „najdi mé auto“ • informace o rychlostních limitech • asistent řazení do jízdních pruhů • plánovač výletů • parkovací asistent • průvodce tunely • 4,3" dotykový displej

**1 790 Kč**



**Super objektiv**

**Digitální zrcadlovka NIKON D5300 + 18-105mm VR kit**

411132

24,2Mpx obrazový snímač CMOS  
• objektiv Nikon 18-105 mm f/3,5-5,6 • 5,8x optický zoom  
• Full HD video • GPS • Wi-Fi  
• výklopný a otočný 3,2" monitor

**21 990 Kč**  
měsíčně od **1 108 Kč**



**Outdoorová MP3**

**Sportovní přehrávač SONY NWW-5413B**

411510

Vodotěsný a prachotěsný přehrávač Walkman • odolný extrémním teplotám • výdrž baterie až 12 hod. • interní paměť 4 GB • design vše v jednom pro sportování bez kabelů

**2 499 Kč**  
měsíčně od **126 Kč**



# Doprava zdarma

PŘI NÁKUPU NAD 1 000 Kč

Nakupujte online na  
**www.DATART.cz**

## Výkonná indukční varná deska **MORA VDI 641 X**

Dotykové ovládání • indikace zbytkového tepla • funkce Sprint pro rychlejší dosažení maximálního výkonu • dětská pojistka • časovač • nerezový rámeček

**+ DÁREK**  
odmašťovač



**8 990 Kč**

měsíčně od **453 Kč**

**+ DÁREK**  
mikrovlánná trouba při nákupu  
setu desky a trouby



**8 590 Kč**

měsíčně od **433 Kč**



## Vestavná multifunkční trouba **MORA VT 546 MX**

Čisticí program Water Clean • vnitřní osvětlení trouby • ukazatel teploty v troubě • komfortní zavírání dvířek • regulace teploty 30 až 275 °C • chladič systém dvířek • dětský zámek • objem 67 l • šířka 59,7 cm

**A**



## Fitness mixér **ELECTROLUX ESB2500 \***

Max. příkon 300 W • dvě nádoby v balení • vhodný pro přípravu ovocných nápojů • protiskluzové nožičky • snadné ovládání • hmotnost 1,9 kg

**+ DÁREK**  
čelovka po registraci  
u dodavatele



**1 299 Kč**

367299

## Úzká myčka **BOSCH SPS69T78EU**

Spotřeba 211 kWh/rok, 9,5 l/cykl. • 10 sad nádobí • hlučnost 44 dB • EcoSilenceDrive • VarioSpeed Plus • AquaStop • technologie pro šetrné mytí skla • systém košů VarioFlex Pro & příborová zásuvka VarioPro • funkce HygienePlus • IntensiveZone • šířka 45 cm

**A++**



**+ DÁREK**  
5x 30 tablet  
Jar Platinum

**14 990 Kč**

měsíčně od **755 Kč**

401814

## Úzká pračka se sušičkou **CANDY GVV45 385TWC**

Spotřeba 6,45 kWh/cykly, 120 l/cykly • kapacita 8/5 kg prádla • 1 300 ot./min • hlučnost 79 dB • 16 programů • funkce AquaPlus pro šetrné praní • hloubka 45 cm

**A/B**



Ideální  
do malých koupelen

**Sleva 1 000 Kč**  
Původní cena ~~13 990 Kč~~

**12 990 Kč**

měsíčně od **655 Kč**

350423

## Úsporná pračka **LG F84U2TDN1**

Spotřeba 117 kWh/rok, 8900 l/rok • kapacita 8 kg • 1400 ot./min • hlučnost 73 dB • 6 MOTION • 6 pracích pohybů pro efektivní praní • TurboWash praní • NFC Tag On • Smart Diagnosis 3.0 • Fuzzy logic • šířka 60 cm

**A+++**



**13 990 Kč**

měsíčně od **705 Kč**

385658

Vydělá žlutá košile  
průměrně 25 000 Kč/měs.?



**Sama rozhodně ne.**

Hledáme ty, které baví elektro.

[www.datart.cz/kariera](http://www.datart.cz/kariera)



## Chytrý elektrický zubní kartáček **ORAL-B PRO 6000** Bluetooth smart

Bezdrátový displej Smart Guide  
• 40 000 pulzací/min • 8 800 oscilací/min  
• 5 čistících režimů • 3D technologie  
• Bluetooth 4.0 • kompatibilní se všemi náhradními koncovkami OralB



**2 990 Kč**

měsíčně od **151 Kč**

384041



## Epilátor **PANASONIC ES ED90**

Výkvná epilační hlava • extra úzká hlava na citlivé partie • holicí hlava • nástavec na zastržení delších chloupků • použití nasucho i ve sprše • LED osvětlení • speciální rotační nástavec s pemzou

**WET & DRY**

**2 499 Kč**

měsíčně od **126 Kč**

315671



## Holicí strojček **BRAUN SERIES 5-5040S Wet&Dry**

Plně voděodolný • možné použití ve sprše • motor PowerDrive • plně nabitý za 1 hod. • výdrž 45 min • plně omyvatelný • 5 nastavitelných úhlů pro přesné oholení



**4 499 Kč**

měsíčně od **227 Kč**

275682

**ROWENTA**  
BEAUTY

**Sleva 20 %**  
na kompletní sortiment  
péče o tělo Rowenta



od 13. 10. do 22. 10.

Příklad výpočtu splátky naleznete na zadní straně letáku.  
\*) Tento výrobek je v některých prodejnách pouze na objednání. Volejte infolinku 810 328 278.

**DATART**

ZARUČKA VRÁCENÍ PENĚZ  
**90 dní**  
www.philips.cz  
1.9.2016 - 31.8.2017



**Elektrický zubní kartáček  
PHILIPS HX9332/04 Sonicare Diamond Clean**

Bělící kartáček s USB nabíjením • technologie Sonicare  
• čistící hlavy DiamondClean • 31 000 pohybů za minutu • displej • 5 čistících programů • Li-ion baterie  
• dobíjecí stanice a náhradní kartáček v balení



266052

**5 699 Kč**

měsíčně od **287 Kč**



**Úsporná pračka  
WHIRLPOOL FDLR 70250 BL**

Spotřeba 171 kWh/rok, 45 l/cykl.  
• kapacita 7 kg  
• 1200 ot./min  
• hlučnost 75 dB  
• 13 pracích programů  
• funkce odloženého startu  
• LED displej  
• technologie 6. smysl  
• šířka 60 cm



**+ DÁREK**  
3 balení Woolite  
Extra Color 4,5 l

417055

**8 490 Kč**

měsíčně od **428 Kč**

**A+++**

**Hra pro PC  
MAFIA III**

V prodeji také verze pro Xbox a PS4



412272, 412273, 412274

**1 199 Kč**



**Ultra HD Smart televize  
PHILIPS 49PUS6101**

Rozlišení 3840x2160  
• DVB-T/T2/C/S/S2  
• kodek HEVC (H.265)  
• Wi-Fi • LAN  
• přehrávání z USB  
• 4x HDMI • 3x USB

410080

**Sleva 3 000 Kč**  
Původní cena ~~17 998 Kč~~

**14 990 Kč**

měsíčně od **755 Kč**

**Otevřeli jsme pro vás  
novou prodejnu v PRIORu Jihlava.**

**PRÁVĚ TEĎ  
ZDARMA**

**DATART  
DOPRAVA**

Platí pouze pro prodejnu  
PRIOR Jihlava od 17. do 27. 10. 2016

*Capsletto*  
KÁVA DĚLÁ DEN



KOMPATIBILNÍ S KÁVOVARY NESPRESSO

415243, 415241

Původní cena **79 Kč**  
**59,90 Kč**

NOVINKA

Rychlá paměťová karta  
pro mobil nebo tablet  
**SAMSUNG 16 GB microSDHC karta  
Class 10 Line Evo**



Kapacita 32 GB  
449 Kč

342188, 342189

**229 Kč**

Sluchátka  
**SONY MDR-ZX110**



Ideální  
na cestování

351369, 352508, 352509

**399 Kč**

Chytré hodinky  
**CARNEO U10**

Funkce: Bluetooth, krokoměr, monitorování  
spánku, budík, stopky, kalendář, kalkulačka  
• nabíjení z USB • možnost vložení SIM karty  
• kapacita baterie 48 hod. • 1,5" dotykový  
displej



417904

**1 999 Kč**

Uvedené ceny jsou včetně DPH. Změna cen vyhrazena, za tiskové chyby neručíme. Nabídka platí od 18. do 27. 10. 2016 nebo do vyprodání zásob.

DATART NÁRODNÍ, Praha 1, Po-Pá: 9-20, So: 9-19, Ne: 10-18, ARKÁDY PANKRÁC, Praha 4, Po-Ne: 9-21, NOVODVORSKÁ PLAZA, Praha 4, Po-Ne: 9-21, CENTRUM CHODOV, Praha 4, Po-Ne: 9-21, AVION SHOPPING PARK, Praha 5 - Zličín, Po-Pá: 9-21, So, Ne: 9-21, OC NOVÝ SMÍCHOV, Praha 5, Po-Ne: 9-21, OC ŠESTKA, Praha 6 - Ruzyně, Po-Ne: 9-21, OC LETNANY, Praha 9 - Letňany, Po-Ne: 10-21, CENTRUM ČERNÝ MOST, Praha 9, Po-Ne: 9-21, OC GALERIE HARFA, Praha 9, Po-Ne: 9-21, NC EDEN, Praha 10, Po-Ne: 9-21, PARK HOSTIVAŘ, Praha 10, Po-Pá: 9-21, So, Ne: 10-21, PRIOR, Jihlava, Po-Pá: 8-18, So: 8-12, OLYMPIA OC, Mladá Boleslav, Po-Ne: 9-21, OC FUTURUM KOLÍN, Kolín, Po-Ne: 9-21, OC PLZEŇ, Plzeň, Po-Ne: 9-20, NC BORSKÁ POLE, Plzeň, Po-Ne: 9-20, OC FUTURUM, Hradec Králové, Po-Ne: 9-21, CENTRAL MOST, Most, Po-Ne: 9-20, NISA LIBEREC, Liberec, Po-Ne: 9-21, OC FORUM, Liberec, Po-Ne: 9-21, OLYMPIA OC, Teplice, Po-Ne: 9-21, DOC MERCURY, České Budějovice, Po-Ne: 9-20, AVION SHOPPING PARK, Brno - Dolní Heršpice, Po-Ne: 9-21, GALERIE VAŇKOVKA, Brno, Po-Pá: 9-21, So-Ne: 10-20, FRÝDEK MÍSTEK, Frýdek-Místek, Po-Pá: 9-18, So: 9-12, AVION SHOPPING PARK, Ostrava - Zábřeh, Po-Ne: 10-21, OC FORUM NOVÁ KAROLINA, Ostrava 2, Po-Ne: 9-21, OC FUTURUM, Moravská Ostrava, Po-Ne: 9-21, OLYMPIA OC OLOMOUC, Velký Týnec 2, Po-Ne: 9-21, CENTRO ZLÍN, Zlín, Po-Ne: 9-21, OC BREDA & WEINSTEIN, Opava, Po-Ne: 9-21

**Příklad splácní:** Při prodejní ceně 10 000 Kč, akontaci 0 Kč, výši úvěru 10 000 Kč, výši splátky 504 Kč, počtu splátek 24, lhůtě splatnosti 14. 10. 2018 (při poskytnutí úvěru 10. 10. 2016, první splátce 10. 11. 2016 a se splatností dalších splátek k 14. dni v měsíci počínaje 14. 12. 2016) je RPSN 20,5%, roční úroková sazba 18,64 %, celková částka splatná spotřebitelem 12 096 Kč. Nejedná se o nabídku či veřejnou nabídku. Splátkový prodej poskytuje společnost Home Credit a.s.

\*) Tento výrobek je v některých prodejních pouze na objednání. Volejte infolinku 810 328 278.



# Policie hlídá most kvůli sebevrahům

**Skokům má zabránit i bariéra.** Tu ale dokončí za tři roky.

Golden Gate v americkém San Francisku bude hlídat více policistů, kteří mají zabránit lidem v sebevražedném skoku z tohoto slavného mostu. Ročně na dominantě San Franciska spáchá sebevraždu několik desítek lidí, zhruba padesátce se pravidelně policistům podaří život zachránit.

Od roku 1937, kdy byl most Golden Gate uveden do provozu, na něm spáchalo sebevraždu přes 1600 lidí.

Policejní ochrana na mostě klenoucím se přes Sanfranciský záliv tak během dvou měsíců vzroste na dvaadvacet strážníků, což by mělo počet zachráněných životů ještě zvýšit. Jen letos policisté na



Most Golden Gate se klene nad zálivem. AP

mostě před skokem z výšky 227 metrů zachránili 138 lidí. V letech 2000 až 2005 se tam podařilo zabránit v sebevražedném úmyslu 52 lidem ročně.

Místní úřady si hodně slibují od bariéry, kterou se na

mostě chystají postavit poté, co se v roce 2014 konečně po letech sporů podařilo odhlásit záměr a sehnat peníze. Výstavba bariéry ale nabírá zpoždění kvůli námitkám ochranářů. Měla by být vybudována do roku 2020. **ČTK**

## Zprávy krátce

### Týden po zvolení zemřel

Litevský ministr zdravotnictví Juras Požela zemřel v neděli ve věku 34 let, pouhý týden poté, co byl znovu zvolen do parlamentu pobaltské země. Byl nejmladším členem vlády sociálních demokratů. K úmrtí došlo poté, co byl kvůli akutnímu zánětu slinivky břišní po dva měsíce hospitalizován na jednotce intenzivní péče.

### Našli dopisy obchodníků

Korespondenci dvou nejvlivnějších obchodníků s uměním nacistického Německa našli při demolici domu v severoněmeckém městě Güstrow. Podle historiků mohou dopisy přinést nový pohled na obchod s takzvaným zvrhlým uměním v období třetí říše. Do této kategorie řadili díla například Otta Dixe, Oskara Koschky, Maxe Ernsta. **ČTK**

## Cukr. V nápojích ho bude méně

Newyorská společnost PepsiCo Inc. oznámila, že do roku 2025 výrazně sníží množství cukru ve dvou třetinách nápojů, které nabízí. Ty by tak měly obsahovat 100 kalorií nebo méně přidaného cukru na 355 mililitrů výrobku. Světové vlády a zdravotní organizace zesílily tlak na společ-

nost PepsiCo a jejího konkurenta Coca-Colu. Viní je ze světového nárůstu obezity a cukrovky. Světová zdravotnická organizace doporučila vládám uvalit daň na slazené nápoje s cílem snížit jejich konzumaci a zlepšit zdraví ve světě. Ve Francii a v Mexiku taková daň již existuje. **ČTK**

INZERCE

**MedelaDerma** studio lékařské kosmetiky nabízí

studio lékařské kosmetiky

## PODZIMNÍ MEGA AKCE!

LUXUSNÍ OŠETŘENÍ PLETI S 80% SLEVOU ~~1700 Kč~~ nyní 399 Kč

INTENZIVNÍ REGENERAČNÍ, PROTIVRÁSKOVÉ A OMLAZUJÍCÍ OŠETŘENÍ PLETI.  
OKAMŽITÝ VIDITELNÝ VÝSLEDEK, DLOUHOTRVAJÍCÍ EFEKT!

### JEDNO OŠETŘENÍ OBSAHUJE:

1. Odličení, úprava obočí
2. Diamantová mikrodermabrazé
3. Zklidňující kaolinová maska Syncare
4. Dočištění pleti ultrazvukem
5. Laserová gelová maska (hydratuje, působí proti vráskám, stahuje póry)
6. Zažehlení séra do pleti pomocí ultrazvuku (ceramidy, retinol, kyselina hyaluronová)
7. Ozonizér (dezinfekce pleti, léčba zánětů)
8. Závěrečná masáž

**PO OŠETŘENÍ JE PLEŤ NAPROSTO KLIDNÁ  
BEZ ZNÁMEK PODRÁŽDĚNÍ**

Běžná cena ~~1700Kč~~

Akce trvá do **30.11. 2016**

nyní jen  
**399Kč**

Na Vaši návštěvu se těší:

studio **MEDELA DERMA**, Bratří Dohalských 131,

PRAHA 9 - VYSOČANY, Tel.: 283 923 186, Mob.: 605 035 519, WWW.MEDELADERMA.CZ





# Lichožrouti kradou ponožky a mluví hlasy slavných herců

**Film podle knižní předlohy** má premiéru ve čtvrtek.

Známe to všichni, dáme prát pár ponožek a najednou... A pak najednou vyndáme jen jednu. Můžou za to lichožrouti, malí neviditelní tvorové, kteří nám lidem z každého páru ponožek vždy nechají jen jednu – tu lichou. Ponožkami se totiž živí!

Alespoň tak to ve svém knižním bestselleru popisuje Pavel Šruta s ilustrátorkou Galinou Miklínovou. Ta se stala také výtvarnicí a režisérkou



Když proti sobě bojují gangy požiračů ponožek...

stejnomeného filmu, který jde ve čtvrtek do kin.

Na ploše animovaného dobrodružného gangsterského příběhu dvou zneprátených lichožroutských gangů, střetu dvou generací a dvou morálků je vykreslen svět podobný lidskému, nenásilně a s humorem. S trochou nadsázky se dá říct, že poselství filmu zní: „Rodina je nade vše! Drž se té, kterou máš, měj ji rád a dělej vše pro to, aby byla dobrá, protože jinou na tomhle světě mít nebudeš.“

Hlasy jednotlivým postavám propůjčili slavní čeští herci. „Když postavy, se kterými žijete tolik let, konečně promluví tím správným hla-

sem, je to úžasné zrození,“ shrnuje režisérka Galina Miklínová. Producent filmu Ondřej Trojan k tomu dodává: „Od začátku bylo například zřejmé, že hlavní postavu, malého lichožrouta Hihlíka, musí mluvit někdo se stejně bezelstným a lehce překvapivým pohledem. Kryštofa Hádku měla režisérka Galina jako jasného favorita pro tuhle roli hodně dlouho a byl to výborný nápad.“ Sám Kryštof shrnul svou podobu s pleťným hrdinou s úsměvem: „Je takový... naivní. A to já taky býval.“

Zazní i hlasy Tani Vilhelmové, Marka Taclíka či Ondřeje Rupperta. **IBE, MET**

INZERCE

## VELKÝ RÁDCE

CO DĚLAT,  
KDYŽ ŘEŠÍTE

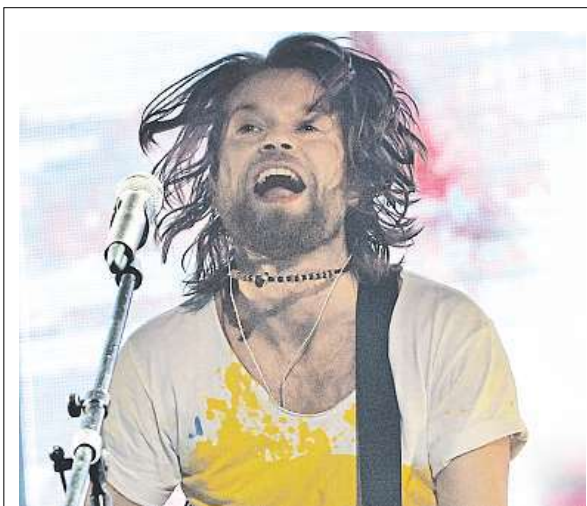


NOVÝ SERIÁL  
V MF DNES  
OD 24. 10.

PŘEDPLATNÉ  
NA 4 TÝDNY  
ZA 320 Kč

**DNES**

Předplatné objednávejte  
na 225 555 522 nebo  
na [www.mfdnes.cz/radce](http://www.mfdnes.cz/radce)



### Kryštof útočí na Strahov

Kapela Kryštof se rozhodla splnit si sen a zahrát na fotbalovém stadionu. Koncert se uskuteční 16. září 2017 v Praze na Strahově na Stadionu Evžena Rošického. Za více než den fanoušci skoupili či zarezervovali všechna místa na tribunách, volno je ještě na ploše za 590 korun.

MAFRA

## Půjčka bez poplatků

Až 200 000 Kč bez poplatku za vyřízení,  
vedení a předčasné splacení.

Už jsi to  
slyšela?



Zavolejte si zdarma o telefonní půjčku na nonstop linku **800 555 258**





## Sudoku

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

## Počasí

DNES	ZÍTRA	ČTVRTEK	PÁTEK
Min. 10 Max. 14	Min. 9 Max. 13	Min. 7 Max. 11	Min. 6 Max. 10

## Stupeň zátěže pro dnešek: bio 1

**Mírná zátěž.** Stupeň zátěže umožňuje běžný denní režim bez omezení, pouze s přihlédnutím k aktuálnímu zdravotnímu stavu.

**Teplotní rekord:** 25,5 °C

**Rok výskytu:** 1967

## Napište svou bublinu



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



Napadá vás vtipný popisek?

## Kvíz

- Dostihy se pořádají ve Velké Chuchli v Praze už od dob Masaryka, a to od roku:
  - 1906
  - 1916
  - 1926
- Rok 1805, přesně 21. října, to je datum námořní bitvy u atlantického pobřeží Španělska:
  - u Navarina
  - u Tolentina
  - u Trafalgaru
- Průkopník české aviatiky a letecký konstruktér Jan Kašpar se narodil i zemřel v:
  - Praze
  - Plzni
  - Pardubicích
- Na Blízkém východě se stala Sýrie s metropolí Damaškem nezávislým státem roku:
  - 1918
  - 1931
  - 1946
- Italský premiér Silvio Berlusconi, který proslul i mnoha kontroverzemi, letos slaví:
  - 70 let
  - 75 let
  - 80 let

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

## ČT1

- 14:00 Doktorka Quinová VI
- 14:45 Nápadník
- 15:05 To je vražda, napsala II
- 15:55 Vraždy na severu
- 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 StarDance VIII... kolem dokola



- 20:05 Nejlepší Bakaláři  
Nejslavnější televizní povídkami provází Viktor Preiss

- 20:55 Hercule Poirot XIII
- 22:29 Výsledky losování Šťastných 10 a Euromiliony
- 22:30 Jak svět přichází o básníky
- 00:00 Banánové rybičky
- 00:30 AZ-kvíz
- 00:55 13. komnata Jana Kalouska
- 01:25 Zajímavosti z regionů
- 01:50 Hobby naší doby
- 02:15 Sváteční slovo adventistického kazatele Jindřicha Černohorského
- 02:20 Dobré ráno
- 04:55 Farmářská jízda
- 05:20 Postřehy odjinud
- 05:30 Události v regionech

## ČT2

- 12:50 Chcete je?  
Tisíc let české myslivosti (3/9)
- 13:25 Neznámý hrdinové
- 14:25 Čisářův poslední valčík
- 15:20 Zapomenuté oběti (2/2)
- 16:05 Heydrich - konečné řešení (7/44)
- 16:35 Japonské vládkyně moře
- 17:30 Pan Selfridge IV (6/10)
- 18:15 Na cestě po Yukonu
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Duchovní kuchyně
- 19:25 Špion (6/6)
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



- 20:00 Válečné projekty třetí říše (6/6)  
Berlín byl na rozhodující bitvu dobře připraven. Hitler vydával své poslední rozkazy z bunkru pod stovkami tun betonu a železa, na pevnost Berlín se valily miliony sovětských vojáků. Moderní a obdivované město se kvůli fanatismu vůdce během pár dnů změnilo v rozvaliny

- 20:50 Obchodník s deštěm
- 21:45 Vláda (6)
- 22:45 Ve jménu vlasti IV (6)
- 23:35 Sestřička Jackie VI (8/12)
- 00:00 Člověk na prodej
- 00:55 Za krásami Waldviertlu
- 01:25 Krásy evropského pobřeží
- 01:30 Litovelské Pomoraví
- 02:00 Křesťanský magazín

## NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí (3/9)
- 12:30 Dva a půl chlapa VIII (4)
- 12:55 Ordinace v růžové zahradě (10)
- 14:05 Beze stopy V (11)
- 15:00 Beze stopy V (12)
- 15:55 Kriminálka Las Vegas XIV
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Co na to Češi
- 18:25 Ulice (3107)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



- 20:20 Ordinace v růžové zahradě 2 (681)  
Seriál (ČR, 2016). Švarc je v šoku, bohatá Babáková si chce vzít jiného! Kovářův oblíbenec Adam ohroží život pacienta. Hrají: Z. Adamovská, P. Rychlý, M. Zounar, M. Randová, M. Stránský, A. Kerestěšová

- 21:40 Víkend
- 22:40 Lovci zločinců IV (18)
- 23:35 Zákon a pořádek: Útvar pro zvláštní oběti XV (8)
- 00:35 Beze stopy V (11)
- 01:25 Beze stopy V (12)
- 02:20 Áčko
- 03:30 Co na to Češi
- 04:05 Ordinace v růžové zahradě (10)

## PRIMA

- 12:05 Siska III (4)
- Krimiseriál (N, 2001)
- 13:30 Komisař Rex VII (10)
- Krimiseriál (N/Rak., 2002)
- 14:35 Castle na zabiti VI (8)
- Krimiseriál (USA, 2013)
- 15:35 Rosamunde Pilcherová: Láska ve hře
- Romantický film (N, 2003)
- 17:30 Odpolední zprávy
- 17:50 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:15 Krimi zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 TOP STAR



- 20:15 Chalupáři (8)  
Komedijní seriál (ČR, 1975). Ochotníci z Třešňové připravují divadelní představení. Návčik choulolistivé scény však způsobí ve vesnici skandál. Hrají: J. Sovák, J. Kemr, J. Hlaváčová, J. Vinklář, J. Větrovec a další. Režie F. Filip

- 21:30 Teď vaří šéfi!
- 22:15 Očima Josefa Klímy
- 23:05 Váš Prima receptář
- 23:50 Vychytávky Ládi Hrušky
- 00:30 Místo činu: Hamburk (2)
- 02:20 Siska III (4)
- Krimiseriál (N, 2001)
- 03:20 Komisař Rex VII (10)
- Krimiseriál (N/Rak., 2002)

## PRIMA COOL

- 12:50 Simpsonovi XXVII (9-12)
- 14:45 Teorie velkého třesku IV (3)
- Substitu domácím mazlíčkem. Sitcom (USA, 2010)
- 15:15 Teorie velkého třesku IV (4)
- Kyber-sexuální deviace. Sitcom (USA, 2010)
- 15:45 Griffinovi VII (11)
- 16:15 Hvězdná brána IX (11)
- 17:10 Top Gear VIII
- 18:15 Simpsonovi XXVII (13, 14)
- 19:15 Simpsonovi XXVII (15, 16)



- 20:15 To nejlepší z Top Gearu (2)
- 21:20 Teorie velkého třesku IV (5)
- Sitcom (USA, 2010)
- 21:50 Teorie velkého třesku IV (6)
- Sitcom (USA, 2010)
- 22:20 Partička
- 23:10 Grimm III (13)
- Fantasy seriál (USA, 2013)
- 00:05 Partička
- 00:50 Hannibal II (10)
- Hororový seriál (USA, 2014)
- 01:50 Grimm III (13)
- Fantasy seriál (USA, 2013)
- 02:30 Živí mrtví IV (4)
- Hororový seriál (USA, 2013)
- 03:15 Alias II (1)
- 04:00 Alias II (2)

## OČKO

- 06:00 Ranní fresh
- 09:00 Zpátečka  
Co se hrálo na Očku tento den v roce 2015?
- 10:00 Očko hity  
Klipy nonstop
- 12:00 Očko news  
Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neuteče
- 12:05 Očko hity  
Klipy nonstop
- 14:00 Očko news  
Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neuteče
- 14:05 Očko hity



- 15:30 Očko news  
Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neuteče
- 15:35 Mixxxxer show  
Klipy na přání, soutěže, chat s hosty
- 17:00 Očko news  
Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neuteče
- 17:05 Očko hity  
Klipy nonstop
- 19:00 Očko news  
Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neuteče
- 19:05 Moje desítka  
Top 10 klipů podle diváka Očka
- 20:00 České a slovenské klipy  
Očko hity
- 21:00 Očko hity  
Klipy nonstop
- 22:00 Očko flirt



## Sloupek

## TEREZA BOUČKOVÁ

SCENÁŘISTKA A SPISOVATELKA



## DARY DUŠE

V naší milé hostímské hospodě U Krobiána se pravidelně nepravidelně konají kulturní večery, které organizuje K4 neboli Krobiánův Kulturně Kulinářský Klub. To je skupina přátel a nadšenců ze Srbska, Hostími, Svatého Jana a okolí, která zve do hospody zajímavé lidi z různých kulturních a společenských sfér. Platí se tu kloboukovým. To je u vchodu do sálu položená buřinka, do které se na kulturu vybere. Tenhle víkend nám tu manželka Eduarda Ingrise, muzikanta, skladatele, dirigenta a dobrodruha, mimo jiné i autora písne Teskně hučí Niagara, paní Nina, promítala jeho film „Kantuka“. Bylo to zajímavé svědectví o přeplutí Pacifiku na dřevěném voru, jako potvrzení teorie Thora Heyerdahla a jeho slavnější plavby na Kon-Tiki, že

## Citát

Platí se tu kloboukovým. To je u vchodu do sálu položená buřinka.

do Polynésie mohli připlout její obyvatelé pomocí Humboldtova proudu z Peru.

Už tradičně u Krobiána čas od času vystupuje Jiří Černý se svým poslechovým pořadem. Z široké nabídky možností vybral nedávno K4 titul „Petr Kalandra očima a ušima Jiřího Černého“.

A to byl skvělý večer skvělého vyprávění, skvělých písní i textů, který vyvrcholil nejlepšími Dylanovkami Kalandrou naprosto senzačně nazpívanými. (Jako bychom už předem slavili Dylanovu Nobelovu cenu za literaturu.) Ve finále jsme s Kalandrou skoro všichni, celá hospoda, nadšeně zpívali Solnej sloup a někteří z nás k tomu i tančili a všichni jsme byli šťastní, že nás Jiří Černý, Bod Dylan a Petr Kalandra, ten bohužel už jen z muzikantského nebe, umí tak nádherně naladit a rozpumpovat, obdarovat.

## Dopisy a vzkazy

## Volby jsou důležité!

Dobrý den. Reaguji na dopis na téma volby. Ty jsou velmi důležité, aby naši zemi neřídily strany, o kterých si myslíme, že nás podvádí. Tento dopis píšu z toho důvodu, abych vyzval oprávněné lidi, aby šli volit, protože pokud nechceme žít ve zkorumpované republice, musíme rozhodnout a volit! Vážení čtenáři, příští volby, které nás čekají, jsou do Poslanecké sněmovny. Pokud nechcete žít v zemi plně šikany a kriminality, dejte najevo, že chcete změnu. Jedině tak můžeme rozhodnout o budoucnosti naší země.

JAKUB KOČÁB, SVĚMYSLE

## Mzdy řidičů TIR

Dobrý den, píšu kvůli článku o mzdách řidičů TIR. Nařízení ve Francii a v Německu jsou odlišná. To v Německu se mělo týkat všech řidičů na jeho území, to ve Francii pouze řidičů na tamních vnitrostátních linkách a na linkách mezi Francií a třetími zeměmi. Což je podstatný rozdíl, který jste v článku zamlčeli.

VÁCLAV DAVID

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

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

## Výrok dne



„Nemohu tomu uvěřit. Jsem stále ještě v šoku.“

PETER SAGAN  
SLOVENSKÝ CYKLISTA

Šestadvacetiletý jezdec týmu Tinkoff na MS v Dauhá opět po roce rozjásal Slovensko. Jako šestý cyklista v historii v neděli obhájil titul v silničním závodě s hromadným startem.

## Slovo dne

## KRIMINALITA

(z dopisu čtenáře na této straně)

**Zločinnost; souhrn trestné činnosti za určité období v určité oblasti**

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



## INZERCE

## HOROSKOP

na úterý 18. 10.



Kartářka Nikol

**ZÍSKÁTE ZPĚT ZTRACENOU LÁSKU?**

Zavolejte mi na **906 70 30 35** nebo pište SMS na číslo **904 30 55** s kódem **59VUE** a svůj dotaz!



**Beran** 21/3–20/4

Dnešek vás poměrně potěší, protože budete mít nečekaně více času na příjemné záležitosti lásky, které si náramně užijete.



**Váhy** 23/9–23/10

S rodinnými příslušníky bude obecně problém, ať už budou z vaší strany, nebo ze strany vaší drahé polovičky, bude to oříšek.



**Býk** 21/4–21/5

V úterý budete naladěni na psí notu a bude jenom na vašem protějškoví, zda dovedete být i stejně přítulní jako mazlíčci.



**Štír** 24/10–22/11

Dnes vás někdo velmi příjemně překvapí a vy budete toužit zase překvapit vy jeho. A ryšovat se může i něco více, než čekáte.



**Blíženci** 22/5–21/6

Zamrzí vás vývoj nějakých věcí, které pro vás mají význam, a budete se snažit udělat ve věci nějaký krok prostě kupředu.



**Střelec** 23/11–21/12

Jděte si při dnešku za svým a budete mít hned mnohem lepší náladu. Navíc váš protějšek to nakonec pochopí a bude dobře.



**Rak** 22/6–22/7

Radost bude to, co byste rádi z vašeho vztahu měli, ale budou se vám do ní mísit nepřijemné otazníky, které je třeba řešit.



**Kozoroh** 22/12–20/1

Nedávejte dnes svého milovaného do latě, mohl by vám začít na uvítanou místo polibku salutovat, což vás právě nerozvášní.



**Lev** 23/7–22/8

Některé věci nemůžete nechat jenom na vašem protějškoví, protože byste pak s výsledkem nemuseli být ale vůbec spokojeni.



**Vodňář** 21/1–20/2

Kompromis dnes bude ideálním řešením pro jistý vztahový otazník. Tak se ho pokuste vyřešit ještě dnes a neodkládejte ho.



**Panna** 23/8–22/9

Nenechávejte dnes věci jenom tak vyšumět a raději se včas věnujte všemu, co je vašem vztahu potřeba a co vás aktuálně zlobí.



**Ryby** 21/2–20/3

Budete okouzlovat nejenom pohledem svých očí. Pokud to ještě podpoříte i vzhledem, budete mít nabídek na rande nespočet.

## Řešení sudoku

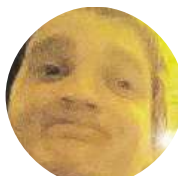
3	7	9	4	6	2	5	1	8
4	8	2	5	1	3	7	9	6
5	1	6	8	7	9	4	3	2
8	6	5	3	2	1	9	4	7
9	4	3	7	8	6	1	2	5
7	2	1	9	5	4	6	8	3
1	3	8	6	9	7	2	5	4
6	9	4	2	3	5	8	7	1
2	5	7	1	4	8	3	6	9

## Anketa

Vadí vám, když někdo v MHD hlasitě mluví do mobilu?



**Tereza Roháčková**  
Ne. Některé hovory mi přijdou úsměvné.

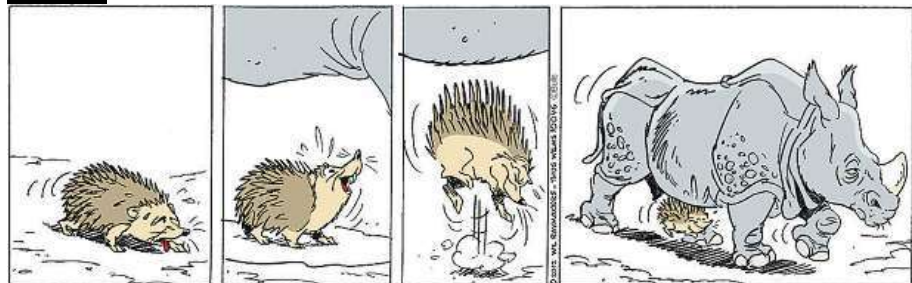


**Martin Kerekeš**  
Víc mi vadí, když někdo smrdí.



**Silvie Čechová**  
Vadí, hlavně když řeší krávinu a řve na celou tramvaj.

## Komiks



## OSOBNÍ HOROSKOP!

Zjistíte jací přesně jste a nahlédnete do své budoucnosti!

Pošlete SMS ve tvaru **57BFE** a vaše 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, TSMS/55Kč vč. DPH, tmin/70Kč vč. DPH, www.ema.biz, www.platmobilem.cz



# SHAKESPEARE LIVES IN 2016

## Activity 1

Before you read, match the word to a definition.

- 1. harm
  - 2. treasures
- 
- a. valuable things like money and jewels
  - b. do something that causes hurt or damage

## Activity 2

Complete these sentences with the correct form of the words from the previous activity.

- 1. The pirates were looking for buried .....
- 2. The thief carried a knife, but he never ..... anyone.

## Legacy language

Match the following words or phrases, invented by Shakespeare in *The Tempest*, to their meanings below.

- 1. brave new world
  - 2. eyeball
  - 3. fair play
  - 4. majestic
- 
- a. a new time of hope and possibility
  - b. beautiful or impressive
  - c. a part of the body that we use to see with
  - d. following the rules and doing the right thing



The Tempest

HANNAH BERRY (HTTP://HANNAHBERRY.CO.UK/)

This series is marking the 400th anniversary of Shakespeare's death.

## THE TEMPEST ACT 3, SCENE 2

### Lesson No. 7



#### Introduction:

Stephano has just arrived after his ship sank. Caliban has been there for a long time and knows the place well. Caliban looks different - he is half human, half animal. The two men are drinking and walking around.

Caliban: Are you afraid?

Stephano: No, monster, I'm not.

Caliban: Don't be afraid, it's a noisy island.

It's full of sounds and sweet airs that will please you and won't harm you

Sometimes a thousand things,

Ring in my ears, and sometimes voices that (As if I woke up after a long sleep)

Will make me sleep again, and then in my dream

It seemed that the clouds would open and show treasures

Ready to drop on me so that, when I woke up, I wished to dream again.

This simplified version by Engeli Haupt.

To read Shakespeare's original version see:

[www.opensourceshakespeare.org/views/plays/play\\_view.php?WorkID=tempest&Act=3&Sc](http://www.opensourceshakespeare.org/views/plays/play_view.php?WorkID=tempest&Act=3&Sc)

## Activity 3

Choose the best answer for each question below.

- 1. Where are they?
  - a) They are caught in a rainstorm.
  - b) They are on an island.
  - c) They are in a church.
- 2. Why does Caliban think Stephano might be afraid?
  - a) Because there is a monster.
  - b) Because he cannot sleep.
  - c) Because there are lots of strange sounds and noises.
- 3. According to Caliban, what makes him fall asleep again?
  - a) voices
  - b) treasures dropping from the sky
  - c) things that ring
- 4. What kind of dreams does Caliban describe?
  - a) dreams where it rains
  - b) dreams that make him feel afraid
  - c) noisy dreams
- 5. Does Caliban want to have those dreams again?
  - a) yes
  - b) no

## Answers

### Activity 1

- 1. b
- 2. a

- 2. to see
- 3. me do
- 4. to meet
- 5. him say

### Activity 2

- 1. treasure
- 2. harmed

### Legacy language

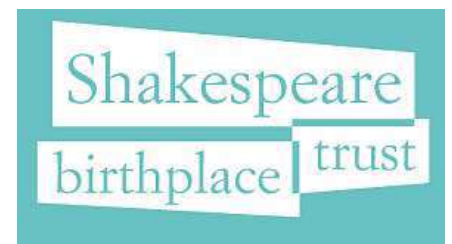
- 1.a; 2.c; 3.d; 4.b

### Activity 3

- 1. b
- 2. c
- 3. a
- 4. a
- 5. a

### Activity 4

- 1. to go



## Activity 4

In this text we see two examples of verbs that are followed by infinitive forms.

- Example 1  
'wished to dream'  
verb + infinitive with **to**
- Example 2  
'make me sleep'  
verb + object + infinitive without **to**
- Example 1 does not have an object, while example 2 does (me).

Complete the gaps with the verbs in brackets below using the correct infinitive form:

- with / without to. Remember to include an object if needed.
- Example: I spoke to Sally and I asked ..... (leave).
- Answer: I spoke to Sally and I asked her to leave.
- 1. He really wanted

..... (go) to the concert, but he had to work that night.

2. One day I would like ..... (see) the Great Wall of China.

3. My mum always made ..... (do) my homework before I could watch TV.

4. Cinderella wished ..... (meet) the prince.

5. If he doesn't want to talk, you can't make ..... (say) it.

ene=2&Scope=scene (starts on line 1533).

Resource created in partnership with the Shakespeare Birthplace Trust: [www.shakespeareresources.com](http://www.shakespeareresources.com)

## Discussion

- How do you imagine the island where Caliban and Stephano are?
- What sounds help you fall asleep?

# Proměňte špatné návyky v ty lepší

**Zdravé stravování je o vnitřním nastavení, ne o dietách.**

Tentokrát to už dokážu! Říká si na začátku většina z nás, když se rozhodne se svojí váhou něco udělat. Zaručených rad, jak na to, je nespočet. Zeptali jsme se Hanky Málkové, výživové specialistky na zdravou výživu ze společnosti STOB (Stop obezitě).



Hana Málková STOB

**Souhlasíte s tvrzením, že zdravé stravování a vyvážená redukce váhy se staly celosvětovým trendem?**

V posledních letech tento trend opravdu je, ale víc než redukce váhy a různé přípravky na hubnutí je v současnosti populární zdravé stravování jako takové. Koktejlů a dalších zázraků na hubnutí, které byly dříve velmi oblíbené, jsou dnes vytlačovány spíše různými alternativními výživovými směry, jako je raw strava, paleodieta, vegetariánství či veganství a podobně.

**Jak hodnotíte úroveň způsobu stravování u nás?**

„Zdravou“ výživou se lidé opravdu zabývají, více se začínají zajímat o kvalitu potravin a obecně o svůj jídelníček. Jsou ochotni utráct za

potraviny více peněz. Tento trend lze hodnotit zcela jistě pozitivně, musíme v tomto směru také poděkovat internetu a různým programům a pořadům, které se snaží upozorňovat na chyby, vzdělávají spotřebitele a radí jim, co mají požadovat. Nicméně to má i své nevýhody a zejména na internetu se někdy šíří ne zcela správné informace.

**Jak s dietou začít?**

Pokud je to možné, s dietou raději nikdy nezačínáte. Diety jsou většinou jen krátkodobé řešení, které je udržitelné jen na omezenou dobu. Po dietě ve většině případů následuje návrat k původním návykům i váze, a co hůř, váha je často nakonec ještě vyšší než na počátku. Nejdůležitější je, abyste byli spokojeni,

nenutíte se do něčeho, co vám nebude příjemné, ale postupně si zvykejte na lepší životní styl. Ochutnávejte nové potraviny a poskládejte si jídelníček tak, aby vyhovoval nejen nutričně, ale i chuťově.

**Mezi další trendy poslední doby patří domácí bio-pěstování některých potravin. Proč k tomu dochází?**

Souvisí to s tím, že se lidé více zajímají o kvalitu potravin a to, co jedí. Znat původ potravin je určitě jeden z hlavních důvodů. Určitě je to pozitivní i z hlediska životního prostředí, proč dovážet něco přes půl světa, když si to člověk může vypěstovat sám. Nenáročné a v poslední době stále populárnější je také klíčení. Klíčit se dají semínka zeleniny, obilovin, ale i třeba luštěnin. Jak uvádí samotný výrobce, firma Happy Eat, klíčením se maximalizuje využitelnost minerálních látek a stopových prvků rostliny, roste obsah vitamínů a dalších prospěšných látek.

**Jak pozitivně nastartovat psychiku člověka, který chce zhubnout?**

Pokud je člověk, který chce zhubnout, zdravý, medikamenty ani žádné doplňky stravy nepotřebuje. A už vůbec ne žádné zázračné přípravky na hubnutí. **METRO**

## Oči. Často se vada odhalí až ve škole

Až deset procent dětí předškolního věku trpí oční vadou. Školáků je zhruba čtvrtina. Čím je ale dítě menší, tím těžší je oční vadu rozpoznat. Neléčená oční vada v prvních letech života přitom může vést k trvalému a později neléčitelnému oslabení zraku.

V Česku trpí každé dvanácté dítě ve věku do čtyř let oční vadou. „Dětské pacienty trápí velmi podobné problémy jako ty dospělí. Běžné jsou dioptrické vady jako dalekozrakost, krátkozrakost a astigmatismus. Z nedioptických vad potom tupozrakost, která trápí téměř polovinu populace, a šilhání. Občasné zašilhání je ale normální do jednoho roku věku dítěte. V případě, že i potom dítě šilhá, by rodiče neměli návštěvu očního lékaře

dlouho odkládat,“ popsal Pavel Stodůlka, přednosta sítě očních klinik Gemini.

Oční vadu by měl odhalit už lékař během preventivní prohlídky, ale řada z nich se projeví až s nástupem do první třídy. K čemuž napomáhá třeba i nadměrné využívání tabletů či mobilů. „Zrakové funkce u novorozence nejsou vrozené, ale teprve se vyvíjejí. Dítě se jednoduše musí na-učit dívat se. Kolem sedmého roku je vývoj zrakových funkcí u konce a dítě by mělo vidět stejně kvalitně jako zdravý dospělý člověk. U dětí se právě v tomto věku mohou objevit různé refrakční vady. Drobné vady jsou dokonce poměrně časté, vyskytují se až u třetiny dětí do 15 let,“ vysvětlil Pavel Stodůlka. **MET**



Pro děti jsou lepší brýle, čočky až od 15. roku. PROFIMEDIA.CZ

INZERCE

## Stop padání vlasů s minerální kosmetikou Thermal

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

**Přípravky musí mít také optimální PH**

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

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

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

látky krému vstřebají, se vlasy umyjí Thermal šampónem, který obsahuje stejné bioaktivní látky.

**Transplantace vlastních vlasů je možná**

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

# STOP PADÁNÍ VLASŮ

**THERMAL**  
minerální kosmetika

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

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

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

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



# Stašová: Vypadat v šedesáti na třicet je nepřírozené

Životní energie, vitalita, hřejivost, velkorysost, nadhled. Ženskost, živelnost, humor a radost ze života. To jsou věci, které nás napadají při pohledu na přední českou herečku Simonu Stašovou. Proto jsme se jí u příležitosti Světového dne menopauzy zeptali na několik otázek s cílem inspirovat další ženy.

## Jak to děláte, že tak dobře vypadáte?

Víte, já jsem měla celý život před sebou svou maminku Jiřinku, o které její kamarád prohlásil, že není nutné jezdit na Sicílii dívat se na sopku Etnu, protože ji máme v Hostivaři. Měl pravdu. Vlastně jsem neměla jinou možnost než něco pochytit a převzít, jinak by mě ta mámina láva, kterou chrlí, zahltala. Dnes je mám 85 let pryč a jsem jí vděčná za tu životadárnou energii, kterou mi předala.

## Pro některé ženy může být stárnutí a s tím související změny velmi citlivé téma. Máte pro ně nějakou radu?

Stellinka Zázvorková říká, že stárání není nic moc pěkného, ale je to jediný způsob, jak zůstat déle naživu. Jde vlastně o to, abychom si my ženy uvědomily, že každý věk má něco do sebe a že pokud jsme zdravé a nic nás nebolí, máme vyhráno. To, že přibývají vrásky a ochabují



Simona Stašová vypadá i v 61 letech skvěle.

MAFRA

svaly a sem tam je nějaký ten špíček navíc, není přece nic nenormálního, je to přirozené a nejsme v tom samy. Každá z nás je na tom úplně stejně, biologické hodiny se nedají zastavit. Vypadat v šedesáti na třicet je nepřírozené a skoro divné. To důležité a sexy je v tomto věku naše osobnost. Náš humor, moudrost a nadhled, že je s námi dobrá pohoda, tím můžeme strčit do kapsy i mladší ženy. Jen ne bolestivost, zchmuřenost, zapšklost a uraženost, to je antisexy, a nejen chlapi před takovou ženou prchají. Já před takovými ženami prchám.

## A jakou nejlepší radu jste dostala vy?

Můj kamarád mi jednou řekl, že až přijmu sama sebe takovou, jaká jsem, a nebudu se snažit sama sebe měnit, tak si strašně oddychnu a bude mně i druhým se mnou fajn. A zase měl pravdu. Jistotu v sebe sama člověk získává v dobře odvedené práci, ve vztazích, kdy člověk myslí hlavně na toho druhého, a nejen pořád na sebe, což ten druhý okamžitě ocení, a v rodinné pohodě, kde je důležitá tolerance. Žít a nechat žít, to je rada nad zlato.

## Jak si při svém povolání, udržujete klid? Mají to podle vás ženy s přibývajícím věkem v práci těžší?

Klid do duše si vysloveně ordinuju. Neberu už tolik prá-

ce, kolik jsem jí brala ještě před pěti lety. Miluju svoje volno, kdy si udělám kávičko a dám si nohy na stůl a čtu si. Někdy je mi i líto jít spát a těším se na ráno, až budu zas pokračovat. Pokud mohu doporučit pár titulů, určitě mi nebudete nadávat: Jiří Šulc – Mosty do Tel Avivu, Luca di Fulvio – Chlapec, který rozdával sny a Jevfrosinija Kersnovskaja – Jaká je cena člověka.

## Jedna lékařka na Světovém kongresu o menopauze mi řekla: „Menopauza je pro ženu hlavně nová příležitost.“ Souhlasíte s ní?

Ještě jsem o tom takto neuvažovala, ale ano, je to nový

• Následky estrogenního deficitu – osteoporotické zlomeniny, kardiovaskulární onemocnění, Alzheimerova nemoc a stařecká slepota – významně zhoršují kvalitu života zralé ženy.

• Hlavním tématem letošního ročníku je riziko srdečních onemocnění žen procházejících menopauzou. „Udělejte vše pro své zdravé srdce“ je výzva Mezinárodní menopauzální společnosti ženám celého světa, aby omezily rizikové faktory rozvoje kardiovaskulárních onemocnění.

rozměr života, kde něco ztrácíte, ale novou hodnotu nacházíte. Jen je jasné, že s tou ztrátou se každá musí chvíli poprat. Víte, hodnoty v životě, které za něco opravdu stojí, se získávají přes bolest. Ale pak stojí za to. Nesmíme si myslet, že všechno jde hladce jako v mládí – nejde, ale zase je to pak trvalejší, cennější a bohatší na vnitřní život.

## Myslíte, že divačky chodí nasávat vaši energii a životaschopnost?

Určitě, o tom jsem přesvědčená. Vybírám si takové divadelní texty, které s mou duší i s duší mých divaček absolutně souznějí, že je to vždy zážitek pro mě i pro ně. A za to jsem životu vděčná. **METRO**

INZERCE

www.ptc.cz



PROTON  
THERAPY  
CENTER

## RAKOVINA

PROSTATA • PRSA • NÁDORY MOZKU • LYMFOMY  
HLAVA A KRK • PLÍČE • DĚTSKÉ NÁDORY • SLINIVKA

PROTONOVÁ LÉČBA

## POMŮŽEME I VÁM! PŘIJĎTE VČAS!

PROTONOVOU LÉČBU HRADÍ VŠECHNY ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNY

Máte detailní informace o nejmodernější, účinné a šetrné léčbě nádorů?

Lékaři v Protonovém centru mají s léčbou protony dlouhodobé praktické zkušenosti a vynikající výsledky. Rady lékařů o tom, jak a proč se k léčbě dostat včas, naleznete na [www.ptc.cz](http://www.ptc.cz)

POTŘEBUJETE DIAGNOSTICKÉ VYŠETŘENÍ? MR, CT NEBO PET/CT?  
HRAZENO ZE ZDRAVOTNÍHO POJIŠTĚNÍ

PIŠTE: [pacient@ptc.cz](mailto:pacient@ptc.cz)

VOLEJTE: 222 999 000

# „Proti chřipce je účinné jen očkování,“ říká praktický lékař

Každoroční chřipka, která se objevuje v Česku většinou v zimních měsících, sice ještě nedorazila, ale už je potřeba s ní počítat. „Nejúčinnější ochranou je očkování,“ říká praktický lékař Michal Lazák.

## Proč je vždy podzim a zima nejhorším obdobím na virózy a chřipky?

Nastupuje vlhké a chladné počasí, ubývá denního světla, lidé se více koncentrují do uzavřených místností. K tomu připočteme nezodpovědnost těch, kteří už virózu mají, přecházejí ji a šíří tak dále mezi ostatní. Samozřejmě ne každý jedinec musí zákonitě onemocnět. Někdo se virům snadno ubrání, jiný je k virózám náchylnější.

## Jak se dá předejít tomu, abych onemocněl? Pomáhá posilování imunity?

Jedinou opravdu účinnou prevencí proti chřipce je kaž-

## Ročně zemře

# 1500

Ročně u nás na následky chřipky zemře až 1500 lidí, což je dvakrát více, než jich za stejné období zemře v důsledku dopravních nehod.

doroční očkování. Člověk může žít sebevíc zdravě, otužovat se, sportovat, užívat vitaminy a posilovat svoji imunitu. Ovšem na chřipkový virus jsou všechna tato opatření krátká. Chřipka napadá i zdravé, trénované sportovce. Průběh chřipky může být u člověka s dobrou imunitou lehčí, ale i u něj si rekonvalescence vyžádá omezení aktivit po dobu týdne až dvou.

## Komu byste očkování doporučil nejvíce?

Důležité je zejména u star-

## Citát

**Lidé jdou do práce, i když mají chřipku nebo jiné virové onemocnění. Je to nešvar Čechů. Takové chování je nebezpečné.**

MICHAL LAZÁK  
PRAKTICKÝ LÉKAŘ

ších lidí nad 65 let a chronicky nemocných lidí s kardiovaskulárními chorobami, diabetem, onemocněním ledvin či astmatem. Pro tyto rizikové pacienty představuje chřipka velké nebezpečí, může je dokonce ohrozit na životě. Každoroční očkování jim tedy může doslova zachránit život. Smysl má očkování ale i u mladších či zcela zdravých lidí. Význam má i takzvaná kolektivní ochrana, kdy očkování jedince chrání nejen sebe, ale i své blízké. Platí totiž, že čím vyš-

## Nechoďte do práce!

Stále platí, že první tři dny nemoci znamenají pro pracovníky ztrátu celého příjmu.

- Zaměstnavatelé řeší krátkodobá onemocnění různými způsoby. Mezi benefity pro zaměstnance se v řadě firem zabydly „sick days“ – jedná se o možnost zůstat pár dní doma bez lékařského potvrzení.
- Druhou možností je využít práci z domova, kterou firmy nabízejí zaměstnancům pod označením home office.

ší procento populace je očkováno, tím menší možnost mají chřipkové viry k šíření.

## Proč je chřipka každoročně tak sledována?

Chřipka je velmi nebezpečné onemocnění, zvláště pro starší lidi a chronicky nemoc-

né, u nichž může v krajním případě způsobit i smrt.

## Spousta lidí virózy a chřipky přechází. V čem to může být nebezpečné?

To je typický nešvar Čechů. Podle nedávného průzkumu jde téměř třetina ekonomicky aktivních Čechů do práce za každou cenu, navzdory tomu, že mají chřipku nebo jiné virové onemocnění. Takové chování je velmi nezodpovědné a nebezpečné. Chřipku či virózu tak totiž šíříme dál, mezi kolegy v práci, spolupracující v hromadné dopravě, ostatní nakupující v supermarketu. Přecházení nemoci s sebou ale nese zdravotní riziko i pro nás samotné – způsobuje delší průběh, výrazně zvyšuje riziko komplikací a opakovaný návrat nemoci. Fyzická zátěž v době nemoci organismus zbytečně zatěžuje a komplikuje uzdravení. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

INZERCE

*Preventivně  
a od prvních příznaků*



**AKCE  
569 Kč\***

Nyní za akční cenu  
v lékárnách Benu.

BOIRON®

BENU  
LÉKÁRNA

Čtěte pečlivě příbalovou informaci. Oscilloccinum, perorální granule.

Volně prodejné homeopatický léčivý přípravek k vnitřnímu užití.

Akce platí od 1. 10. do 31. 10. 2016 v síti lékáren Benu nebo do vyprodání zásob.

\*Cena dle marketingové kampaně Benu.

## Očkování. Hlavně pro...

Chřipky brzy zasáhnou Česko. Pro koho je očkování potřeba? Národní imunizační komise před pár dny vydala seznam, koho se očkování týká. Vakcinace se doporučuje osobám s chronickým onemocněním, u nichž onemocnění chřipkou obvykle vede ke zhoršení jejich základního onemocnění, a osobám, u nichž existuje vysoké riziko výskytu komplikací po onemocnění chřipkou. Očkovat by se měly především starší osoby ve věku

65 let a více. Dále lidé, kteří trpí chronickým onemocněním dýchacího systému, srdce, cév, ledvin, jater, a také diabetici a ti, co mají oslabenou imunitu. Vakcinace proti chřipce je dále doporučována těhotným ženám a těm, kteří žijí s „rizikovými“ osobami v domácnosti (zaměstnanci pošt, obchodů, pracovníci ve školství nebo řidiči MHD a další). Ve většině případů očkování včetně očkovací látky hradí zdravotní pojišťovna. **MET**

Leze na Vás  
choroba?



**Kaloba®**  
EPs® 7630  
Fast choice. Fast recovery.

**Je tu pro Vás  
Kaloba.**

K léčbě akutního zánětu  
průdušek, který nevyžaduje  
léčbu antibiotiky.

Kaloba® je lék k vnitřnímu užití s obsahem patentovaného extraktu EPs® 7630 z kořene jihoafrické pelargonie Pelargonium soides. Před použitím si pozorně přečtěte příbalový leták.

150 let  
Dr. Willmar Schwabe  
From nature. For Health.

Schwabe Czech Republic s.r.o.  
Čestmírova 1, 140 00 Praha 4, tel.: +420 241 740 447  
info@schwabe.cz, www.schwabe.cz, www.kaloba.cz



# Chřipka přijde. Teď vládnou virózy. Dodržujte hygienu

**Ordinace se začínají plnit kašlajícími lidmi.**

Každoročně na podzim přichází vlna viróz. Nejinak je tomu i letos – spousta lidí kašle, má rýmu, někdy i teplotu, případně se přidávají střevní potíže.

„Vzhledem k nedávné změně počasí již pacienti s virózami do ordinací začínají pomalu přicházet. Takzvané období viróz tedy již začalo a pacientů bude jistě přibývat. Je však nutné podotknout, že onemocnění virovým zánětem horních cest dýchacích není v žádném případě vyloučeno ani v období jarním a letním,“ potvrzuje začínající „virové období“ praktický lékař Polikliniky Agel Olomouc Michal Kočař. Zatím se nejedná o klasickou chřipku, ta se ale může již

## Pomáhají i enzymy

Enzymy jsou látky tělu vlastní, které se podílejí na přirozených pochodech v organismu, od získávání energie až po boj proti infekci.

- V chřipkovém období lze užívat preventivně nebo v případě nákazy jako podpůrnou léčbu.
- „Příznivý vliv na zdravotní stav lze pozorovat zejména



u osob, které záněty dýchacích cest nebo chřipkou trpí

opakovaně,“ říká praktický lékař Michal Kočař.

brzy objevit. „I když maximum případů chřipky se vyskytuje v typicky zimních měsících od prosince do února, dá se předpokládat, že první případy se objeví v ambulancích již brzy,“ předpovídá praktický lékař.

Chřipka se od běžné virózy liší především v doprovodných příznacích. Typické je bolení hlavy, svalů, kloubů,

celého těla, únava, slabost, vysoká horečka a suchý kašel bez rýmy. Často bývá průběh nemoci těžší a delší než u jiných viróz. Není výjimkou, že období zotavování po prodělání chřipky trvá i několik týdnů.

Důvodů, proč někteří lidé onemocní, jakmile kolem viru „projdou“, a jiní jsou s nemocnými téměř denně

a ne onemocní, je více. Rozhodující je celkový stav organismu. Nemoci srdce, plic, krve, imunitního systému nebo dlouhodobý stres – to vše na celkovou odolnost působí. Důležité jsou i hygienické návyky, které mohou šíření virózy ovlivnit – mytí rukou po každém kontaktu s jinou osobou nebo zakrývání úst při kašli a kýchání. „Důležité

je si uvědomit, že každý člověk je jiný a na kontakt s onemocněním i na případnou nákazu virem chřipky reaguje odlišně,“ říká lékař Kočař.

Zpravidla se pro léčbu viróz nasazují léky tlumící symptomy – tedy léky na sražení vysoké teploty, na bolest, kašel, rýmu... Existují i antivirotika, avšak lékaři je příliš často nepředepisují. „Jejich použití je, stejně jako u ostatních léků, zatíženo mimo jiné možností nežádoucích účinků.“

Nasazují se tedy pouze u pacientů ve vážném nebo kritickém stavu, u pacientů s komplikacemi nebo u jinak závažně nemocných, například u lidí s poruchou imunity nebo dlouhodobým těžkým onemocněním srdce a plic. Běžné onemocnění chřipkou by jinak zdravý jedinec měl zvládnout i bez antivirotické léčby,“ vysvětluje Michal Kočař. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

INZERCE

## Podpořte imunitu

proti chřipce a nachlazení

**Lék Wobenzym®**  
posiluje oslabenou imunitu  
snižuje nemocnost

**Pomáhá už 50 let**

Letos je tomu přesně 50 let, kdy byl Wobenzym poprvé uveden na trh v tehdejší západní Německu, a 25 let u nás. Jen v ČR si lidé za rok koupí kolem 200.000 balení tohoto léku, mnozí z nich opakovaně. Potvrzuje to, že jsou s ním spokojeni a že pomáhá.



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



Wobenzym je tradičním lékem z přírodních zdrojů pro vnitřní užití. Pečlivě pročtete příbalovou informaci. Konzultace na tel.: 800 160 000, MUCOS PHARMA CZ, s.r.o., Uhřetěveská 448, 252 43 Průhonice

Zdraví

V našem Kožním centru pro psoriaticky a ekzematiky – **PRO SANUM a.s.** Praha, Praha 1, Štěpánská 24, léčíme všechny formy lupénky, dále ekzémy, vitiligo a akné. Moderní unikátní léčba je plně hrazena všemi zdravotními pojišťovnami. **Více informací na tel. 222 231 577, 222 232 155 nebo na www.prosanum.cz.**

Pro pacienty trpící závažnou formou akné nabízíme ZDARMA novou lokální léčbu. Pro dospělá a děti od 9 let. Konzultace kožní P 1 po objednání 606072078

**Starožitnosti**

Sběratel koupí staré perské koberece, obrazy a starožitný nábytek. Tel.: 602218721

**Ostatní**

Koupím obrazy od Slovenských maliarov: Alexy, Bazovsky, Benka, Brunovsky, Fulla, Galanda, Gwerk, Hložnik, Kompánek, Krivoš, Lалуha, Medvecká, Mousson, Mudroch, G. Mally, Pašteska, Šimerová, Weiner-Král a iných. Tel.: +420777890396, originalart@centrum.sk

**INTERIER SERVIS GROUP**  
**ŽALUZIE, ROLETY, SÍTĚ**  
**603 715 285**  
**www.isgpraha.cz**

**Byty - poptávka**

VAŠÍ NEMOVITOST prodáme a pronajmeme za maximální cenu a navíc získáte bonusové služby v hodnotě minimálně 20 000 Kč. Tel: 602212121

BYT V PRAZE, poptávám ke koupi byt v Praze. Za nabídky děkuji, NE RK. Tel: 605031041

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

Hledáme byt ke koupi 2+1 a větší, kdekoliv v Praze. Platba v hotovosti. RK prosím nevolat. TEL: 72145259

Jako přímý investor hledám ke koupi byt v Praze v jakémkoliv stavu. OV i DV. Případné dluhy vyřeším. Peníze k dispozici ihned. Tel. či SMS 605264958

Lékařka koupí byt v Praze v jakémkoliv stavu. Okamžitá platba v hotovosti. Tel/Sms: 773109561. Rk nevolat.

100.000 Kč okamžitá záloha. Koupím byt v Praze v jakémkoliv stavu možnost náhradního bydlení. Exekuce a dluhy uhradím. Volejte nebo Sms: 775432964

KOUPÍM BYT v Praze v osobním nebo družstevním vlastnictví. Platba v hotovosti ne hypotéka. RK prosím nevolat. Děkuji za nabídky. TEL.: 721025909

► Specialista na výměny bytů i domů  
► Dobře prodám/pronajmu váš byt nebo dům  
► Poskytují rychle finanční zálohu  
► Právní služby, konzultace zdarma

**Zavolejte, rád vám poradím: 777 060 126**

► Expresní výkup nemovitostí  
► Vyplatím dlužné nájem, exekuce, zástavy  
► Půjčím na privatizaci včetně realizace  
► Zajištím náhradní byty  
**Volejte: 776 36 36 36**

**VOSYKA**  
20 let zkušeností, osobní přístup

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

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

**Pronájmy - poptávka**

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

Rodina (2+1 dítě) hledají hezký byt na pronájem o velik. 2+1 až 3+1 nejlépe Praha 4,8,5 nebo okolí s dobrou dostupností do 15 tis. Děkuji. 775088498

Slušný pár hledá byt v Praze s dobrým spojením MHD. Zařízený i nezařízený v dobrém stavu. Dlouhodobě. Solidní jednání. RK nevolat. TEL: 604778666

Pronajímáme bez rizika! Pro manažery firem s rodinami hledáme pěkné byty v Praze. Garantujeme bezproblémový průběh nájmu. BEZ PROVIZE! T. 605993268

**Finance - nabídka**

PŮJČKA V HOTOVOSTI ihned! Anděl - tram. Bertramka, 607801801, "M" Ládvi. 724103102, na příjem až 100tis, Více věřitelů, www.rychly-peniz.cz, 9-18 h.

PŮJČKA do VÝPLATY! Ihned v hotovosti až 8000 Kč. Naleznete nás na adrese Preslova 17, Praha 5 (3 min. pěšky od metra Anděl). Nebo volejte na 727958500

**Práce - nabídka**

Brigády s výplatou ihned doplňování zboží, balení kosmetiky, oděvu, potravin 85-150 Kč/h. NaBrigadu.cz, U Královské louky 6, Praha 5. Tel: 605755755

Hledáme šikovné skladníky do Rudné u Prahy. Denní směny 07-19h, kr./dl. týden. Mzda: 90 - 100 Kč čist./hod., odměny za přesčas a osobní prémie dle kvality práce. Dobrá dostupnost z metra B Zličín. Umožníme ubytování, dlouhodobá spolupráce. Volejte Veroniku Poupětovou: 727903706, Well Pack, s.r.o.

Pro 5 nových prodejen řeznictví - uzenářství ve vestibulech metra **PŘIJMEME VEDOUČÍ**

**Nabízíme:**

- Hlavní pracovní poměr
- Měsíční mzdu až 30.000,- Kč
- Volné neděle, soboty do 12:00
- 20% slevu na veškeré zboží
- Příspěvek na dopravu 225,- Kč měsíčně

Volejte: 734 203 772  
prace@masojiko.cz



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

Přijmeme muže na pozici strážný na administrativní budovy, sklady a autosalony v Praze. 12 hod. směny (denní/noční). Nabízíme: DPP, mzda 83-95 Kč/hod v čistém. Podmínky přijetí: fyzická zdatnost, čistý TR, základy PC. V případě zájmu volejte PO-ČT 8:00-15:00 hod na tel.: 733469469.

Řidič MKD i dvouposádky, zákl. mzda 15.000,-, diety až 55 Eur/den, praxe 1 rok. Tel: 731426319, 732116245, T. Pressler, Quehenberger Transport.

Až 1.250,- Kč za směnu! Hledáme zájemce na výpomoc při doplňování zboží. Tel.: 222534534, 777335756. www.creditczech.cz

**WAKENHAT přijme STRÁŽNÉ**  
vhodné i pro důchodce a ZP, stabilní zaměstnání, pravidelná výplata 75 Kč čistého/hod.  
**Kontakt: pí. Kadeřáková 724 116 518**

Společnost Látky Mráz, s.r.o. **HLEDÁ PRODAVAČKY** pro prodejny Haškova 10, Praha 7 a OC Šestka Praha 6  
Zkušenost v oboru metráž, textil výhodou  
**NÁSTUP MOŽNÝ IHNEDE!**  
V případě zájmu zašlete životopis na e-mail: klara.koubkova@latky.cz

**MALGEN**  
**OSTRAHA - STRÁŽNÝ/Á**  
Přijmeme muže i ženy na objekty v Praze a středních Čechách  
**Mzda 60-95 Kč/hod.**  
**MOŽNOST UBYTOVÁNÍ**  
**800 99 11 00**  
**WWW.MALGEN.CZ**

**CREDIT CZECH**  
**POČÍTEJ S NÁMI ZA 100 Kč/H INVENTORY V PRAZE A OKOLÍ**  
Pravidelné po, čt, so, ne  
**ZÁLOHY DRUHÝ DEN**  
Volej: 222 534 534  
**www.creditczech.cz**

**LEPŠÍ PRÁCE**  
**PRÁCE HROU**  
TESTOVÁNÍ MOBILNÍCH TELEFONŮ A TABLETŮ  
**VOLEJTE 731 420 265.**  
**ČISTÁ MZDA 23 000 Kč / měs.**  
praha@lepsiprace.cz  
www.lepsiprace.cz / FB-LEPŠÍPRÁCE-PRAHA  
Pobočka: Nad Opatovem 2140/2, Praha 4

Až 1260 Kč za směnu na pokladně. Studuješ nebo pracuješ a hledáš příležitost? Tel.: 222534534, 777335756. www.creditczech.cz

ZA 100 Kč/H na NOČNÍ INVENTURU. Výpomoc při počítání zboží. Zálohy druhý den. Pro více informací volejte: 222534534, 777335756. www.creditczech.cz

Bezpečnostní pracovníky na pozici: velitel, strážný a detektiv. 75-100 Kč čis. Nabízíme ubytování, zálohy, odměny. Volejte 6-23 h. tel. 777069722

Hledáme kompars-TV seriál USA KNIGHTFALL. Registrace se koná st 19.10. 14-18h, Extrafilms, Karlovo n.17, Praha2, více: www.extrafilms.cz

Přijmeme obsluhu do barů v Praze a Brandýse nad Labem na HPP – platíme sociální a zdravotní pojištění. Provoz na denní, včetně nočních. Tel. 773027856

**900 Kč MĚSÍČNĚ!**  
DARUJ KREVNI PLAZMU, ZACHRAŇ LIDSKÝ ŽIVOT A ZÍSKEJ ÚHRADU dle § 32 odst. 2 zákona č. 373/2011 Sb.  
**www.unicaplasma.cz**  
tel.: 220 515 464  
metro HRADČANSKÁ

**STRÁŽNÝ VRÁTNÝ RECEPČNÍ**  
**HLEDÁME:** recepční, strážné - vrátné, ostrahu  
**VHODNÉ PRO:** invalidní důchodce  
**NABÍZÍME:** náborový příplatek 5.000 Kč 62-80 Kč/hod. (Výplacení denně) stravenky a příspěvek na bydlení  
Jsme solidní společnost.  
**KONTAKT: 800 888 440**  
**BEZPLATNÁ LINKA**

Hledáme do mladého týmu nové posily na pozici obchodní zástupce. Práce v zaběhlém projektu s výplatou 1x týdně. Tel. 739503145 (volat 17 - 20 hod.)

AMBOSELI s.r.o. přijme zaměstnance na pozici popelář, metař v Praze – práce na HPP nebo DPČ, možnost pravidelných záloh. Bezplatná linka 800100166.

BS přijme bezpečnostní pracovníky pro Prahu, vhodné pro ID, SD, studenty. Mzda až 85 Kč/hod., nábor. příspěvek až 10 tis. Kč. Tel: 224109445.

Výplata 100% druhý den! Hledáme pracovníky/ce na etiketování a na vykládku zboží ve skladu. ODVOZ na pracoviště ZDARMA. Tel.: 724772129.

Na ostrahu bytových domů hledáme zaměstnance i brigádníky. Objekty jsou po celé Praze. Info tel: 281864803, čas 8-16 h.

Pro hotel v centru Prahy přijmeme zaměstnance se znalostí NJ. Vhodné i pro důchodce. Možno i na brigádu. Info tel: 281864803, 8-16 h.

SWBC-service, a.s. přijme strážné a recepční se znalostí PC na ostrahu administrativních budov v Praze. HPP i DPP. Tovačovského 2, P3. Tel. 603142980

Československá akademie obchodní, Praha 2, Resslerova 5 přijme ihned učitele ekonomických předmětů na částečný úvazek 12 vyučovacích hodin týdně. Zástup za nemoc, předpokládaná doba 6 měsíců. Nabídky zašlete na: blazkova@cao.cz

Elektrikář, Janka-Radotín. Vyhl. 50 podminkou, dodržov. bezp. prav. na pracovišti, pečlivý, zodpov., samost. HPP, nadpr. mzda. R. Kýhos, T. 778482816.

**Team prevent** **santé**  
**HLEDÁME KVALIFIKOVANÉ ZDRAVOTNÍ SESTRY**  
**PRO TELEFONICKÉ VYŘIZOVÁNÍ POŽADAVKŮ NAŠICH KLIENTŮ**  
HPP, DPP, VHODNÉ PRO SENIORY  
Pracoviště: Praha 4 - Brumlovka  
Motivační ohodnocení  
Zajímavé benefity  
Zaujali jsme vás?  
Volejte 606 658 939  
jan.przybyla@teamprevent.cz  
**www.sante.jobs.cz**

**To je výzva!** **Tady jsem správně!**

**POTENTIAL CAMPUS = Vaše skvělá budoucnost!**

Staňte se součástí našeho týmu a v rámci karierního programu důkladně poznáte celou naši společnost.

Cílem programu je samostatné vedení obchodního domu nebo vedení úseku na centrále, v logistickém centru či v masozávodě.

**Právě otevíráme další ročník! Přihlaste se, pokud splňujete tyto požadavky:**

- vysokoškolské vzdělání – magisterské studium, max. 2 roky po ukončení studia
- znalost NJ nebo AJ (NJ výhodou)
- ochota cestovat, řidičský průkaz skupiny B
- analytické a koncepční myšlení
- schopnost prosadit se

Pokud Vás naše nabídka zaujala, zašlete životopis s průvodním dopisem v ČJ a NJ nebo AJ na email: personal@kaufland.cz

**Do předmětu uveďte „Potential Campus“.**

**Uzávěrka přihlášek je 30. 11. 2016.**

Film o programu a více informací na: **www.kaufland.cz/campus**





# Sparta chce jet do Zlína po termínu

**V osmifinále fotbalového poháru se utkají třetí a čtvrtý tým ligové tabulky.**

## Pohárové osmifinále

Oficiální hrací termín: 26. 10.

- Další dvojice tvoří Bohemians Praha 1905 s třetiligovým Královým Dvorem a druholigové Tábořsko s Libercem. Souboje ligistů obstarají Brno s Jihlavou a Karviná s Duklou.

Fotbalisté Sparty se totiž v dalším kole MOL Cupu představí ve Zlíně. Plzeň pojedou do Opavy a obhájce trofeje Mladá Boleslav doma přivítá Hradec Králové.

Oba hlavní favority, Sparta a Plzeň, čeká cesta na hřiště soupeře. Letenští ve Zlíně před měsícem remizovali 1:1 v lize. „Dá se říci, že je to nejtěžší soupeř z nenásazených celků. Navíc je to pro nás další cesta ven, což je při našem programu a současném stavu kadru další složitý krok,“ řekl ředitel Sparty Adam Kotalík. I proto bude Sparta jednat se Zlínem o pozdějším termínu.

Naopak Plzeň je připravená udržet program, přestože ji tento týden čekají nároč-

né zápasy s Giurgiu v Evropské lize a domácí šlágr právě ze Spartou. „Řekli jsme si, že ať los dopadne jakkoli, budeme hrát ve stanovený termín,“ prohlásil vedoucí sportovního úseku Plzně František Mysliveček.

Slavii čeká třetiligové Litoměřicko, které už má na kontě skalpy Příbrami a Baníku Ostrava. „Jsme rádi, že se konečně představíme doma, pohár bereme velmi vážně,“ řekl generální sekretář Slavie Jiří Vrba. **ČTK**

## Bez tenisu

Tenisová asociace ATP suspendovala australského tenistu Nicka Kyrgiose do 15. ledna za nesporné chování na turnaji v Šanghaji. Protože neprokázal dostatek snahy a odchodil zápas druhého kola, po němž navíc urazil diváky, musí také zaplatit další pokutu. Jednadvacetiletý kontroverzní Australan nesmí hrát turnaje osm týdnů a přijde o 25 tisíc dolarů (614 tisíc korun). Po zimní pauze mu zákaz činnosti vyprší až den před Australian Open, ale pokud bude spolupracovat a splní podmínky ATP, vrátí se dříve. **AP**

## Zprávy krátce

### Přijede i Marta

Fotbalistky Slavie se v osmifinále Ligy mistrů utkají s Rosengardem. První zápas v Praze se bude hrát 9. či 10. listopadu, odvěta na hřišti švédského šampiona v Malmö o týden později. Za Rosengard nastupuje také jedna z největších hvězd ženského fotbalu, Marta.

### Došlo k dohodě

Třinecký hokejový klub se dohodl na ukončení smlouvy s Tomášem Kopeckým. Smírem tak byl uzavřen spor, který Oceláři vedli se 34letým slovenským útočníkem od konce uplynulé sezony. Kopecký je volným hráčem a může podepsat smlouvu s novým klubem. **ČTK**

INZERCE

**Health & Fitness**  
**Olgy Šípkové**  
Kongresové centrum Praha  
Stanice metra Vyšehrad

**Sipková Fitness Club**  
partner MultiSportu

## Jednorázový vstup za 99 Kč

Za vstupné 99 Kč využijte:  
posilovnu, bazén, vířivku, saunu, páru, aerobik, spinning, TRX, aqua aerobik.

**Aktuálně také:**  
člensví pro studenty  
na 3 měsíce za 2 500 Kč

Kupón uplatníte na recepci Health & Fitness. Platnost Kupónu je do konce roku 2016.

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

## INZERCE

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

### Práce - nabídka

• Zajímá Vás povětivá řemeslnická práce? Máte šikovné ruce a umíte si poradit v každé situaci, přemýšlíte při práci a chcete pracovat pro jednoho z největších výrobců vzduchotechnických zařízení u nás? Hledáme právě Vás na pozici operátora montáže klima jednotek. Pracoviště Praha 5. Tel: 778482816. Email: hr@janka.cz.

• Až 1.550,- Kč za směnu + STRAVENKY, BONUS 2000,- za super práci v Praze. Volejte: 222534534, 777335756. [www.creditzech.cz](http://www.creditzech.cz)

• Až 120 Kč/H + STRAVENKY za brigádu ve skladu s autodyly. Zálohy týdně. Tel.: 222534534, 777335756. [www.creditzech.cz](http://www.creditzech.cz)

• Úklidová firma se sídlem v Praze 4 hledá pracovníky na úklid os. vlaků. Směny, HPP. Zázemí stabilní firmy, mzda až 17.000 hr., stravenky. T. 604108215

• Úklidová firma přijme pracovníce na odpolední úklid po 16.00 hodině (cca 2 hod. denně) kanceláři na Praze 2, nedařleko Tančičiho domu. Základní mzda 3.500 Kč, vhodné i pro důchodce. Volat prosím 10-16 hod. Tel. 775237973

• Hledáme technika na servis chlazení a také technika plynového zařízení a elektro servis. HPP. Nástup možný ihned. CV zasílejte na [info@caverion.com](mailto:info@caverion.com) nebo volejte 724526240 p. Blažek Caverion Česká republika s.r.o.

• Přijmeme údržbáře pro 4\* hotel v centru Prahy. Kontakt: 222748111

• Pro noční klub v Praze hledáme muže do 28 let na pozici společníka a tanečnicka. Výdělky až 85.000 Kč měs. Výplata v hotovosti každý den. Tel. 723370711

• Vytváříme 5ti členný tým HPP tel.operátorů. Nutná znalost s CC, plat 18000-30000 Kč. Občerstvení zdarma, motivace, bonusy. CV posílejte: [info@nexos.cz](mailto:info@nexos.cz)

• UDĚLEJ TO. Daruj krevní plazmu. Náhrada 460 Kč dle §32 odst.2 zákona č.373/2011 Sb., tel: 702278928, [www.caraplasma.cz](http://www.caraplasma.cz), Perlová 5. Pomáhat je lidské.

• Vhodný přívůdek pro muže, ženy i důchodce. Lehká admin. práce v kanceláři, možnost i na zkrácený úv. Plat až 10.000 Kč měsíčně. Tel. 603145353

• Přijmeme vrátne na objekty v Praze 4, 6 a 7. Individuální plánování směn. Práce vhodná pro OZP. Zdarma certifikát strážného. Práce na HPP, T 731872540

• Stav. firma - elektrikář. Přijmeme nastálo elektrikáře do HPP, čistý TR, práce v Praze, tel.: 603413180.

• Nabídka práce ve výrobě, ve skladech, na pokladně, mzda 18-25.000 Kč/měs., možnost ubyt., Praha, Brandýs, Liberec. T. 601311311, [prace@workservice.cz](mailto:prace@workservice.cz)

• Přijmeme pracovníka/ci na pravidelný směnný provoz recepcce (2x den/12 h., 2x volno, 2x noc/12 h., 2x volno). Životopis zašlete na: [pavlinan@it.cas.cz](mailto:pavlinan@it.cas.cz)

• Přijmeme ženy s invalidním důchodem na úklid kanceláří. Po-pá cca 3-4 h., v ranních nebo večerních hodinách. Tel. 724772271

• Máte auto? Pojdte s ním vydělávat! Stačí mít čistý rejstřík, body, vůz s min. 4 dveřmi a nesmí být starší 10 let. Možno brig. i nastálo. T. 605200530

• SBS přijímá noční RECEPČNÍ - ostrahta pro P-9 Balabanka a PŠOVODY pro ostrahta staveb P-3 Žizkov, P-5 Hlubočepy. T. 602377312, [bsraan@centrum.cz](mailto:bsraan@centrum.cz)

• \*\*\*hotel v centru Prahy hledá portýry na HPP/brigádu na denní/noční směny... Požadujeme AJ a RP "B". Nástup 1.11.2016. CV na: [fom@hotel-atlantic.cz](mailto:fom@hotel-atlantic.cz).

• Bezpečnostní firma přijme muže/ženy na dlouhodobou spolupráci na ostrahu butiků v Praze. Dobré platové podmínky. Tel. 608600978

• Polepování a třídění hraček ve skladu v Jažlovicích. Směny po-ne 06-14/14-22/22-06 hod. Mzda 90 Kč číst./hod. Výplata mzdy po týdnu. Svov z metra Opatov zdarma. Dlouhodobá brigáda do konce roku. Volejte: bezplatná linka 800577775, Karel 727903708. [www.wellpack.cz](http://www.wellpack.cz)

• Hledáme telefonní operátorky interního call centra odborného nakladatelství Verlag Dashöfer. Výhodou je zkrácený pracovní úvazek (8.00-14.30 hod.) Po - Pá. Mzda fixní plat + bonusové hodnocení. Sídlo společnosti je Evropská 423/178, Praha 6 - metro A Veleslavín, tram. 20.26. Životopisy zasílejte na e-mail: [mala@dashofer.cz](mailto:mala@dashofer.cz). Telefon: 222539470, 462, p. Malá

• Hospodyně, 25.000 Kč, nabízejme Zvole u Prahy 3x týdně 8 h., P 6 denně 8 h., P 3, 1x týdně 8 h., nástup ihned, praxe podmínkou. Tel. 234715000. **Nemovitosti - poptávka**

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

**ČESKÉ REALITNÍ CENTRUM.cz**  
Za prodej a pronájem Vaší nemovitosti nic neplatíte!  
Pomoc při exekuci, právní servis ☎ 731 115 273

• Vykoupíme nebo zprostředkujeme prodej - byt, rod.dům, chata, Praha a okolí. Penize ihned. Řešíme exekuce, právní vady, dlhuhy. Tel. 777306102

**Oznámení**  
• Zve vás na křesťanskou přednášku Existuje ještě Ježíšova církev? Čt 20.10., 18.30. KD Ládví. Burešova 2, 1. p., místnost A, vstup zdarma. 731102709

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



### Intimní

E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, tech. zajišťuje Materna, jen pro starší 18let. 1smes/50Kč vč DPH; 1tmín/90Kč vč DPH, [www.emazb.cz](http://www.emazb.cz), [www.platmobilem.cz](http://www.platmobilem.cz)



• **Chceš žhavé fotky nahých žen?** Máme je pro TEBE! Piš SMS ve tvaru 46VPA a text na 909 15 50

• Jitka 33. Bez sexu se neobejde. Máš to stejně? Tak vytoč 909 90 99 25 nebo mi napiš SMS na 909 15 40 s kódem 96VBT a tvůj text!

• Radka 47. Život bez práce si nedokáže představit, stejně tak bez SEXU! Dopřej mi ho? Volej 909 801 801 kód ZDE80



• **HLEDÁ SE GIGOLO! Bohatá Anežka (70).** Topim se ve své samotě, teď by ses pro změnu mohl potopit na chvíli ty do mě! Odměna jistá! T: 909 80 50 40 nebo mi napiš SMS na 909 15 45 s kódem 24JGM a tvůj text!

ageo .cz

# Doručení drogerie a kosmetiky již ten samý den včetně víkendů!



35.000 produktů skladem



Až o 60% levnější než  
v kamenných obchodech



Profesionální přístup, pomoc  
s těžkými **nákupy až ke dveřím**



Platba kurýrovi **v hotovosti**  
nebo bezpečná **platba online**



Sami si zvolte **denní** nebo  
**večerní čas rozvozu**

Nakupujte **online** na

**www.ageo.cz**

a získejte slevu

**150 Kč**  
**ROZVOZ ZDARMA**

Promo kód

**Podzim15**

Více na [www.ageo.cz/promo/podzim15](http://www.ageo.cz/promo/podzim15) →