

KAPELA LUCIE. NOVÉ ALBUM PO 16 LETECH

PRVNÍ SINGL KOLLERA A SPOL. LETOS, DESKA A TURNÉ PŘÍŠTÍ ROK

STRANA 10



metro



PRAHA

Středa, 19. dubna 2017

Č. 76, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Rostislav

Nejčtenější noviny v Praze

Lepší tarif dají jen za hazard se soukromím

Call centra. Nabízejí výhodnější volání. **Podpultové tarify.** Po telefonu musíte nejdřív nadiktovat osobní údaje. **Odborníci varují.** Rodné číslo neposkytujte, pokud si nejste jisti

STRANA 6



Sníh i ledovka. Silničáři museli přepnout zpátky do zimního režimu. Sníh odklízeli třeba na Božím Daru.

MAFRA

Za den našli 155 jehel

Při včerejší akci Jehla objevili strážníci v hlavním městě 155 použitých jehel a injekčních stříkaček. Méně než vloni. Lidé je podle městské policie nemají sbírat sami, ale volat na linku 156.

STRANA 3

Srážka vlaku s autobusem

V pražském depu kolejových vozidel se konalo cvičení simulující nehodu na železničním přejezdu. K úrazu přišlo jen pár figurín.

STRANA 5

INZERCE

XXXLutz

DOMY NÁBYTKU. TY S TOU ČERVENOU ŽIDLÍ.

NAVÍC
17%
POUKAZ
na příští nákup

MINUS
44%

NA LOŽNICE A MATRACE

Platí od čtvrtka do neděle 20.-23.04.2017. Více na www.xxxlutz.cz

restaurace XXXL

179,-

99,-

Grilovaný kuřecí špíz
na tomatové omáčce
s paprikou, hranolky

Platí do
26.04.
2017

XXXL POUKAZ

Zde odtrhnout - nabírka platná s tímto poukazem

9 177 121 178 1002 17 076

Stržené troleje stojí statisíce

Včerejší komplikace na Smíchově zavinil nepozorný řidič kamionu.

Od půl osmé ráno do půl třetí odpoledne včera téměř stála doprava ve smíchovské Nádražní ulici kvůli neopatrnému řidiči kamionu, který poškodil tramvajovou trolej.

Podobným nehodám, které způsobuje hlavně nepozornost řidičů nákladních aut, se dá podle dopravního podniku zabránit jen těžko. Za

první tři měsíce eviduje DPP čtyři nehody a škodu čtvrt milionu korun. Kromě značek jsou podjezdy vybaveny i výstražnými zařízeními. „Na místech, kde je to technicky možné, jsou umístěny zábrany v podobě kovových kruhů nad jízdním pruhem, které nepozorného řidiče upozorní zvukem,“ popisuje mluvčí dopravního podniku Aneta Řehková.

Důvody, proč řidiči chybní, jsou stále stejné: kromě neopatrnosti třeba i to, že používají navigaci určenou pro osobní auta, která je do podjezdů navede.



Citát

Důvodem poškození je nerespektování značky a zábran. Někdy je dokonce řidič úmyslně objede.

ANETA ŘEHKOVÁ, MLUVČÍ DPP

Dopravní podnik opravy ročně stojí statisíce. Mnohem víc by pak stálo jediné opatření, které může problém definitivně vyřešit – přestavba starých podjezdů, které s velkými kamiony nepočítaly.

Podobný problém ale řeší i Ředitelství silnic a dálnic. Například u Lochkovského tunelu, pokud tam vjede kamion vyšší než 4,6 metru, semafor zastaví dopravu a okruh stojí. Tunel bývá kvůli překročení tohoto limitu uzavřen v průměru asi dvěstěkrát ročně. Čidlo ovšem někdy zapne i uvolněná plachta na nákladáku. **ROBERT OPPELT**

Stržené troleje

Ročně eviduje dopravní podnik zhruba dvě desítky podobných nehod a škody za statisíce. Jejich počet v posledních třech letech klesá.

- Loni došlo k 15, v roce 2014 k 28 podobným nehodám.

- Podobných problematických míst je v Praze zhruba desítky, nejčastějšími místy nehod bývá Fidlovačka, Výstaviště, Zahradní Město, případně jako včera mezi stanicemi Plzeňka a Na Knížecí.

INZERCE



Trénink

Moderátoři TV Prima Eva Perkausová a Roman Šebrle se zúčastní běžeckého tréninku. Ten proběhne ve Stromovce, sraz je v 18 hodin. Nutná je registrace na insportlineprimarun.cz. **TV PRIMA**

wetBLOC®
... a do týdne jste v suchu!



Nová revoluční sanace vlhkého zdiva na vašem objektu!



Injektáže jakékoliv nemovitosti

Zabránění vztlínající vlhkosti nad terénem

Vytvoření trvalé hráze proti tlakové vodě ve sklepení

Konzultace s našim technikem **ZDARMA**

Jasně stanovená cena bez vícenákladů – příklad nyní zvýhodněné ceny horizontální injektáže za 1 bm u zdi o síle 36 cm 2.970,- Kč bez DPH

Plošná injektáž – Suchý dům jednou provždy!

WetBLOC Team s.r.o.

tel.: 775 762 466

wetbloc.cz

Zprávy krátce

Jedna vstupenka

Návštěvníci Staroměstské radnice nepřijdou o výhled na město ani po uzavření ochozu kvůli rekonstrukci. Se zakoupenou vstupenkou na tuto památku bude možné od 1. května vystoupit s jednou vstupenkou i na věž Novoměstské radnice na Karlově náměstí.

P+R na Čerňáku

Pražští radní schválili vypsání veřejné zakázky na vytvoření projektu pro výstavbu záchytného parkoviště P+R s kapacitou 880 míst na Černém Mostě. Za dokument zaplatí maximálně 4,33 milionu korun.

Jubileum v zoo

Zoo Praha navštívilo od jejího založení před 86 lety již neuvěřitelných 60 milionů návštěvníků. Tím jubilejním se včera stal pan Vlastimil Čermák z Prahy. **ROW**

Radniční domy. Budou patřit novému centru

Čtyři prázdné historické domy na Staroměstském a Malém náměstí získají nové nájemníky. Má v nich sídlit Pražské kreativní centrum, které chce oživit střed města a nabídnout Pražanům i turistům alternativu ke značkovým obchodům, luxusním restauracím a prodejnám suvenýrů převažujícím v centru.

V takzvaných Radničních domech najdou zázemí kreativní obory. Na více než 2300 metrech čtverečních vznik-

nou ateliéry, prostory pro přednášky, workshopy, výstavy a konference. „Je řada nemovitostí, pro které jsme neměli žádné využití. Existuje ale mnoho smysluplných projektů, kterým můžeme výrazně pomoci už jen tím, že jim vytvoříme vhodné prostory,“ uvedla primátorka Adriana Krnáčová.

Domy Radničního bloku jsou prázdné od roku 2006, kdy se odtud odstěhovali magistrátní úředníci. **ROW**

Sjezd odtahů v Dejvicích

Rodinné setkání řidičů odtahových vozů nebo přehlídka jejich techniky připomínala podle našeho čtenáře včera Dejvická ulice, kde probíhalo čištění ulice. TSK doporučuje motoristům sledovat dočasné dopravní značení v ulicích. Jedná se o přenosné značky Zákaz zastavení, kde je uveden datum a čas. Umístěny jsou vždy alespoň sedm dní před zahájením úklidu v ulici. **IGOR SLOUKA**



FOTO ZA 300 Kč

155 stříkaček a jehel za den



Jarní akce Jehla se zaměřila i na kontrolu dětských hřišť.

MP PRAHA

Stovka strážníků včera v metropoli kontrolovala parky a dětská hřiště.

Strážníci včera hledali stopy pobytu narkomanů na čtyřech stovkách míst v metropoli.

„V hlavním městě bylo při jarní akci Jehla nalezeno celkem 155 použitých jehel a injekčních stříkaček,“ vypočítává mluvčí strážníků Irena Seifertová. V porovnání s poslední akcí Jehla, která proběhla loni na podzim, je to o 92 kusů méně. Důvodem tohoto pozitivního trendu je podle Seifertové zejména pravidelná činnost strážníků a dobrá spolupráce s neziskovými organizacemi, které se této problematice věnují.

Mezi čtyři stovky míst, kde strážníci hledali a sbírali, patří nádraží, parky a podobná místa, kde se drogové závislí scházejí, ale i dětská hřiště. „Bezsporu je pozitivní zpráva, že především dětská hřiště jsou z pohledu kontaminovaného materiálu bezpečná. Velkou zásluhu na tom mají jednotlivé městské části, které hřiště spravují,“ pochválila Seifertová.

Akce Jehla

Strážníci ze 32 českých měst spojili své síly a pokusili se vyčistit svá města od stříkaček, a tím předejít možnému nebezpečí infekce.

- Do preventivní akce se zapojilo přes 420 strážníků včetně asistentů prevence kriminality.
- Vedle Prahy se uklízelo i v Č. Budějovicích, Dobrušce, Chebu, Jihlavě, Karlových Varech, Kladně, Liberci, Mladé Boleslavi, Opavě, Ostravě, Plzni, Ústí nad Labem nebo Zlíně.
- Místa častých nálezů sdělují policii, využije to při potírání drogové kriminality.

Strážníci poprvé při této akci použili nové sběrné sady. Obsahem každého plastového kufříku jsou sběrné boxy, rukavice, pinzety, dezinfekce, hrabičky a plastový pytel. „Výhodou sběrné sady je, že v ní mají strážníci vše potřebné pohromadě,“ vysvětluje Seifertová.

Důrazně také varuje, aby lidé nalezené jehly a stříkačky nesbírali sami a neriskovali zranění, ale zavolali na linku 156. **ROBERT OPPELT**

Tipy na dnešní den

PŘEDNÁŠKA

Od 17 hodin proběhne v Informačním centru Prahy 3 přednáška o Vietnamu. V průběhu ní se návštěvníci dozvědí základní informace o této zemi, její historii i současnosti či něco o migraci Vietnamců do Česka a o následném životě této komunity v Praze. Vstup je zdarma.

PORADNA

V pobočce Městské knihovny na Praze 10 s názvem Dům čtení pro-

běhne od 18 hodin setkání na téma Jak uspět na trhu práce. Vstup na akci je zdarma a na dotazy budou odpovídat lektoři z pracovního portálu Profesia.cz.

DISKUSE

Ekonom Tomáš Sedláček napsal společně s dalšími autory knihu Jak budeme žít za 20 let?. Od 18.30 bude na toto téma diskutovat s návštěvníky akce Book-Talks: 2036 v prostorách ČSOB Inspirace na Jungmannově náměstí. Vstup je zdarma. **MEET**

Vaše cestovatelské sny za senzační ceny!

Jen u NIKALU dostanete:



Bezplatná
linka k nám!



ZDARMA
Kvalitní dárky!



ZDARMA
Autobusová doprava do lázní!



V CENĚ
12 procedur!

LÁZEŇSKÉ POBYTY

7 dní od
6990,- Kč



Lázně
Piešťany



Lázně
Sliach



Trenčianske
Teplice

- Včetně plné penze
- 12 lázeňských procedur
- Možnost výletů na místě
- Možnost autobus ZDARMA
- Svozové autobusy se Student Agency

Odpočinek a relax je pro Vás!

Zavolejte - bezplatná linka: ☎ 800 320 030 • www.nikal-zajezdy.cz

NIKAL
Cestovní kancelář
Společně poznáme svět!

Naše kancelář v Česku: Pořadatel zájezdů: NIKAL s.r.o., Lesná 102 • 67102 • Sumná provozovna: Kotkova 710/3 66902 Znojmo • IČO: 26276186 • Tiskové chyby vyhrazeny
Ceny jsou uvedeny pro osobu na dvojlůžkovém pokoji/ložní kabině

Váš slevový kód
telefonicky + internet:
CZ 17MET912

INZERCE

Nový SEAT Leon ST s motorem 1.2 TSI o výkonu 110 k vám dopřeje ještě větší zážitek z jízdy. Každou cestu vám zpříjemní automatická dvouzónová klimatizace Climatronic, vyhřívání sedadel, multifunkční volant, elektrická přední a zadní okna i elektricky ovládaná a vyhřívání zpětná zrcátka. Pocit bezpečí vám dodají asistenční systémy ABS, ASR, ESC a systém kontroly tlaku v pneu. Zábavu při jízdě zajistí Media System Colour s 5" dotykovým barevným displejem.

SEAT FINANCIAL SERVICES
Úvěr, Leasing, Pojištění, Mobilita.

Kombinovaná spotřeba paliva od 4,1 do 6,0 l / 100 km. Kombinované emise CO₂ od 102 do 138 g/km. Použité obrázky jsou pouze ilustrativní. * Cena je platná při využití financování od SEAT Financial Services v rámci akce SEAT Plus.

NAJDETE NÁS NA:



SEAT.CZ

#chciSEAT

PYRAMIDA CENTRUM, U Pyramidy 721, 252 43, PRŮHONICE, TEL: 267 751 006, www.PYRAMIDACENTRUM.cz

KAŽDÝ DEN VYBÍRÁME Z metro.cz Praha on-line

METROPOOL

Kam vyrazit večer v Praze

Dnešní tip. Sdílejte i vy na webu metro.cz

- **Marek Peška:** Jestli mi to dnes vyjde, vyrazím na Strahov na hudební festival SHOW. Je to akce, kterou organizují studenti ČVUT pro kapely, v nichž hrají studenti. Občas to některým neladí, ale hlavně že je sranda.

Váš oběd v metropoli

Na palačinku

Restaurace Zvonařka je sympatická svou zahrádkou, kde se můžete vyhřívat na sluníčku i schovat pod kaštan. V poledním menu je vždy palačinka „naslano“. Třeba s masem. **ONDŘEJ TĚŠÍNSKÝ**



Psí policista na Voříškiádě

„U psů snad nebude nutné kontrolovat, zda mají kompletní výbavu do služby,“ napsala nám čtenářka Anna Hartmann, krá nám poslala fotku z Voříškiády, která se konala před několika dny v Hostiviři. **ANNA HARTMANN**
Aktuální fotografie z Prahy pošlete na mms@metro.cz

Investice. Do budov města

Administrativní budovy v areálu Emauz, kde sídlí některé magistrátní odbory a Institut plánování a rozvoje, čeká velká rekonstrukce. Důvodem je špatný stav domů. Rozhodli o tom včera pražští radní. Opravy by měly stát 250 až 300 milionů korun. Část prostředků chce město získat z evropských fondů. Budovy by měly být opraveny v rámci projektu energetických úprav městských domů. Administrativní budovy v Emauzích navrhl architekt Karel Prager. „Administrativní areál Emauzy je ve špatném technickém stavu. Pokud by nebyla provedena rekonstrukce, tak by v blízké budoucnosti magistrát hlavního města musel vynaložit nemalé prostředky ze svého rozpočtu, aby budovy bylo možné vůbec využívat,“ píše se v dokumentu, který schválili radní. Praha si letos vytyčila více než dvě desítky budov, které chce vybavit takzvanými chytrými technologiemi. Mezi nimi jsou například školy, divadla nebo úřední budovy. Kolik to bude stát, zatím není jasné. **ČTK**



Miliardy

Happening před senátním hlasováním o výjimce ze zveřejňování smluv pro státní a městské podniky uspořádalo včera na Malostranském náměstí sdružení Rekonstrukce státu. Lidem rozdávali papírové brýle, které pry pomohou symbolicky odtajnit, za co je ročně utraceno 150 miliard z veřejných peněz. **ČTK**

INZERCE

STOMATOLOGICKÁ KLINIKA LAZURIT

Lazurit

ZÁCHOVNÁ STOMATOLOGIE S VYUŽITÍM
OPERAČNÍHO MIKROSKOPU

endodoncie / reendodoncie / fotokompozitní výplně
odstranění zalomených nástrojů

PROTETICKÁ STOMATOLOGIE

korunky / můstky / fazety / keramické výplně / protézy

ESTETICKÁ STOMATOLOGIE

dentální hygiena / bělení zubů / fotokompozitní fazety

IMPLANTOLOGIE

CHIRURGIE MĚKKÝCH A TVRDÝCH TKÁNÍ
CHIRURGICKÉ EXTRAKCE

NOVĚ V KLINICE LAZURIT

DĚTSKÁ STOMATOLOGIE
PARODONTOLOGIE

Lazurit

STOMATOLOGICKÁ KLINIKA LAZURIT

K Červenému vrchu 844/2a, Praha 6
+420 235 350 477 / +420 777 209 929

WWW.KLINIKALAZURIT.CZ

ORDINAČNÍ HODINY

Po-Pá: 8.00 - 12.00, 12.30 - 19.00
So: 10.00 - 16.00
Ne: Zavřeno

SPOLUPRACUJEME S NÁSLEDUJÍCÍMI ZDRAVOTNÍMI POJIŠTOVNAMI



Nehodu odnesli jen herci

Na pražském přejezdu létaly plechy jen jako.

„Kde se tady vzal ten vlak? Vůbec jsem ho neviděl!“ „Evo! Kde je Eva?“ „Můj pes, neviděli jste mého psa?“ Tyhle věty plné zoufalství, ale i nadsázky se včera ozývaly z vaku autobusu v pražském depu kolejových vozidel. Jeho řidič tu na pomyslném železničním přejezdu ignoroval červenou, a srazil se tak s právě projíždějícím vlakem. Protože ale šlo pouze o cvičení, k úrazu přišlo jen pár plastových figurín.

„Je alarmující, kolik řidičů výstražný signál v reálném životě ignoruje. Proto jsme se rozhodli simulovat podobné neštěstí,“ vysvětluje mluvčí Správy železniční a dopravní cesty Jakub Ptačinský, zatímco jeho kolegové od policie hlásí do telefonu fiktivní neštěstí dispečerce.

Ačkoliv téměř od bran areálu dorazil deník Metro na místo cvičení spolu s ostatními novinářskými kolegy malým busíkem přibližně za pět minut, hasičům to z nedaleké hasičárny trvalo podstatně déle. „Pokud mají pohotovost, musejí vyrazit do dvou minut v plné polní. Řekněme si upřímně, kdo z nás si rozespalý zvládne v podobném čase alespoň about boty,“ dodává Ptačinský, zatímco na místo dorážejí desítky policistů a záchranářů.

Není to ale jen o cvrkotu, který má ukázat spolupráci záchranářů s hasiči a policisty. Velký kus práce zde odvádějí také falešní zranění, kteří potřísnění umělou krví či gumovými střevy dodávají celé akci na důvěryhodnosti. Podle jejich koordinátora Stanislava Vlka se jich tu sešla víc než šedesátka. „Nejdůležitější je dobře rozdat role. Většina figurantů jsou stálce a víme, jaká

úloha je pro ně nejlepší. Jeden tak dostane herečtější, více mluvící figuru, jiný jen tiše leží,“ usmívá se Vlk. Pokud byste si v budoucnu také chtěli zahrát třeba polomrtvého řidiče autobusu či otřesené osazenstvo vlaku, máte podle Vlka dvě možnosti. Buďto začnete studovat na záchranáře, nebo se stanete hercem.

„Není to ale vždy legrace, jako třeba dnes, když je zima. Navíc se klidně může stát, že jako například bývalý účastník dopravní nehody akci neustojíte psychicky. Na podobné situace máme psychologa,“ doplňuje organizátor cvičení Vlk. **FILIP JAROŠEVSKÝ**



Na místě zasahovala desítky jednotek policistů, hasičů a záchranářů.

Fotografie najdete na WWW.METRO.CZ

3X METRO

INZERCE

iPhone 7

iPhone 7 již od 883 Kč měsíčně.
0 Kč na místě. 0% navýšení. 24 splátek.

Atrium Flora Praha | Galerie Harfa Praha
www.istores.cz

iStores Premium Reseller

Podmínky akce a příklady splácení najdete na stránce: www.istores.cz/iphonenasplacky.htm TM and © 2017 Apple Inc. Všechna práva vyhrazena. Část výtěžku z prodeje každého výrobku (PRODUCT)RED™ bude věnována Globálnímu fondu na boj proti AIDS v Africe.

Zprávy krátce

Zeman: Euro za 25,50 koruny

Koruna bude podle prezidenta Miloše Zemana mírně posilovat a ustálí se na rovnovážné hodnotě kolem 25,50 koruny za euro. Zeman to uvedl na včerejší debatě na Vysoké škole finanční a správní. Zároveň tvrdě kritizoval spuštění devizových intervencí v listopadu 2013 a strýjce devizových intervencí přirovnal k sovětskému diktátoru Stalinovi.

Uber v Brně nesmí jezdit

Krajský soud v Brně zakázal společnosti Uber předběžným opatřením provozovat v Brně taxislužbu za podmínek, za jakých ji nyní nabízí. Podle soudu porušuje několik ustanovení zákona, který provoz taxi upravuje. Nesmí poskytovat službu v případech, že řidiči k tomu nebudou mít oprávnění, auto není označené jako taxi a nenesé název společnosti či nemá taxametr.

Výtvarník Černý nechce Knížákovu platit 100 tisíc

Známý umělec, výtvarník David Černý podal ústavní stížnost proti rozsudku, podle kterého má zaplatit bývalému řediteli Národní galerie Milanu Knížákovu 100 tisíc korun. Černý v jednom dokumentu Knížáka označil za „nafoukaného kriploidního ču...a“. **ČTK**

Krvavé přejezdy

Loni stoupl počet obětí nehod na železničních přejezdech v Česku oproti roku 2015 o více než čtyřicet procent na 45 zemřelých. I na tento problém mělo společné cvičení upozornit.

- Přibýlo hlavně úmrtí chodců, a to na dvojnásobek. Přitom množství samotných střetů na přejezdech sice také vzrostlo, našťastí jen pouze o šest procent.
- Srážky v naprosté většině případů zapříčinili právě chodci, řidiči a další účastníci silničního provozu.

Nečesaný. Mladík odsouzený za pokus o mord počká na soud venku

Nejvyšší soud už podruhé vrátil kauzu Lukáše Nečesaného na začátek a mladík pravomocně odsouzený za pokus o vraždu kadeřnice na 13 let, který si už trest odpykával, bude čekat na další soud na svobodě. Případem se bude zabývat senát královéhradeckého soudu s jiným soudcem než tím, který ho opakovaně poslal za mříže. Nečesaný podle obžaloby v únoru 2013 brutálně zaútočil v Hořicích

na kadeřnici a ukradl jí peníze. Žena přežila a Nečesaného označila jako útočníka.

Tato kauza vejde do dějin novodobé české kriminalistiky i soudnictví. Po čtyřech letech usilovné práce státního zastupitelství, soudů a právníků není u konce. Případ je mediálně sledovaný také proto, že jeho otec – šéfa liberecké nemocnice Ludka Nečesaného policie stáhá za údajný nákup předražených přístrojů

pro nemocnici. Ke kauze, která se táhne několik let, se vyjádřil i senátor Miroslav Antl, který přes dvacet let pracoval na nejtěžších zločinech. „Až bude věc pravomocně odsouzena, určitě ji použijí do svých přednášek trestního práva. Součástí trestního řízení jsou mimořádné opravné prostředky a tento případ je ukázkou, jak je lze zneužít,“ uvedl nedávno v rozhovoru pro MF DNES. **IDNES.cz**

Podpultové tarify jsou jen pro lidi beze strachu

Do telefonu raději osobní údaje neuvádějte, radí odborníci.

Neomezené volání, SMS a 500 MB dat. To vše za 450 korun. Takový tarif v Česku neseženete. Tedy ne oficiálně. Přesto ho call centra nabízejí. Chcete ho taky? Musíte mít štěstí. Call centrum vám totiž musí samo zavolat. Další, co je pro získání bezkonkurenčního tarifu potřeba, je nemít strach o své osobní údaje. Pracovník call centra vás totiž vyzve, ať mu do telefonu nadiktujete rodné číslo a číslo občanského průkazu. Pokud se vám tato možnost nelíbí a poprosíte, aby vám nabídku poslali například mailem, tak nepochodíte. Call centrum vám nic nepoše. Nabídka totiž není oficiální.

Operátoři připouští, že tyto

tarify nabízejí. „Smluvní partneři nabízejí pouze služby a produkty schválené naší společností. Někdy může jít o tarify nevěřejné, tedy zvýhodněné oproti běžně komunikované nabídce,“ potvrzuje Martina Kemrová, mluvčí společnosti T-Mobile. „V případě, že zákazník projeví zájem o náš tarif a přechod k naší společnosti, jej operátor požádá o rodné číslo a občanský průkaz. Tyto údaje jsou nezbytné pro uzavření smlouvy,“ vysvětluje Kemrová s tím, že je možné ověřit v internetových stránkách T-Mobile, která call centra s tímto operátorem spolupracují.

Odborníci ale radí osobní údaje po telefonu raději vůbec nediktovat. „Lze doporučit nesdělovat rodné číslo do telefonu osobám, u nichž si nejste jisti, že jsou těmi, za které se vydávají,“ radí Tomáš Paták, mluvčí Úřadu pro ochranu osobních údajů. „Za telefonního operátora se

Nebezpečí číhá všude

3,6

Pokutu za tolik milionů dostala společnost T-Mobile za to, že dostatečně nezabezpečila data svých klientů. Případ se týkal zaměstnance operátora, který z databáze ukradl a prodal osobní údaje 1,2 milionu lidí. Obsahovaly vedle jmen i třeba datum narození, adresu nebo telefonní čísla. Tato data jsou zajímavá například pro marketingové společnosti, které se zabývají prodejem různých služeb a produktů.

Podpultovky jedou dál

Neoficiální mobilní tarify měly namále. Operátoři je ale mohou nabízet i nadále.

- Když v březnu vláda jednala o novele telekomunikačního zákona, chtěl do ní dnes již bývalý ministr Jan Mládek přidat ještě návrh, který by firmám zakazoval poskytovat klientům slevy, které by neměly společnosti dopředu zahrnuté v ceníku. Fakticky by tak zmizely neoficiální výhodné tarify. Novela nakonec prošla bez této úpravy.

může vydávat například obchodník s telefonními tarify, který chce získat osobní údaje člověka, aby poslal volanému již připravenou smlouvu. Jiná situace je, když volá klient například do banky. Tam je pravděpodobnost zneužití velmi nízká,“ říká Paták. K obezřetnosti při sdělování

osobních údajů nabádá také Lukáš Zelený, vedoucí právního oddělení dTestu, který dodává: „Jediné, co je v takové situaci možné následně ověřit, je telefonní číslo volajícího, které může napovědět, zda se skutečně jedná o zaměstnance dané společnosti.“ **MAREK HÝŘ**



Pohřeb

Včera se v síni strašnického krematoria v Praze naposledy rozloučili s divadelníkem a skladatelem Jiřím Ornestem jeho kolegové (například Ivan Trojan) a jeho rodina – manželka Daniela Kolářová či jeho syn Šimon (oba na snímku dole). **2x ČTK**

INZERCE

Národní divadlo

I Vás políbí múza.
Na tvář. Do srdce. Do duše.

www.predplatnend.cz

Najděte si cestu k nám a umění si najde Vás. Pořídte si předplatné Národního divadla.



DĚKUJEME všem dárcům!

Loňská sbírka vynesla **18 260 870 Kč**

21. ročník celonárodní veřejné sbírky

Český den proti rakovině

Podpořili jsme mimo jiné: rekondiční pobyty pro onkologické pacienty, hospicovou péči, nádorovou telefonní linku, výzkumné projekty FN u sv. Anny v Brně, FN Hradec Králové, Onkol. kliniky 1. LF UK a VFN v Praze, Fyziologického ústavu AVČR, Přírodovědecké fak. UK, Veterinární a farmaceutické kliniky v Brně aj.

Věříme, že pomůžete i letos, ve středu 10. května



Liga proti rakovině Praha

www.cdpr.cz www.lpr.cz



Sníh v Krušných horách, na Božím Daru a Kvildě

ČTK, MAFRA

Sníh. Řidiči, pozor

Silničáři museli v několika krajích včera ráno vyjet a odhrnovat čerstvě napadáný sníh. V dalších dnech ho navíc přibude, varují meteorologové. Hrozí podle nich sněhové jazyky, ale i náledí. Mrazivá nadílka na řadě míst zkomplikovala dopravu už včera ráno, silničáři museli znovu přezbrojit na zimní provoz. Zatímco větší příděl sněhu se čeká na Moravě – na severu až

20 centimetrů, na horách až 40 centimetrů, v Čechách nevydrží a spíš to bude klouzat – podle meteorologů hrozí náledí. Řidiči by měli být velmi opatrní, protože mnozí z nich už přezuli na letní pneumatiky. Lze ještě vyrazit na lyže! Otevřeny budou skiareály v Jeseníkách, o víkendu se bude jezdit na Klínovci a nejspíš i na některých místech v Krkonoších. **IDNES.cz**

PRÁVĚ
TEĎ

Výprodej televizí

sleva až
-35 %



SAMSUNG

SONY

Když televize, tak

 **alza.cz**

Akce platí na vybrané modely televizí do 16.4. 2017 nebo do vyprodání zásob. Více na www.alza.cz/reklama

Zprávy krátce

Muž, který vysílal vraždu, se zabil

Američan, který umístil na Facebook video zachycující vraždu důchodce, spáchal sebevraždu. Policisté jej objevili po dvou denním pátrání. Firma Facebook se po nedělním zveřejnění videa začala zabývat tím, jak lépe předcházet publikaci podobně násilného obsahu.

Dívka zemřela po útoku žraloka

Sedmnáctiletá surfařka v pondělí podlehla útoku žraloka, který jí na jihu státu Západní Austrálie ukousl nohu. Do nemocnice byla přivezena ještě živá, ale v kritickém stavu, protože utrpěla příliš velkou ztrátu krve. Nešťastí přihlížela dívka matka a dvě sestry. **ČTK**

Chystali útok při volbě prezidenta

Francie má obavy z dalších atentátů během nedělní volby hlavy státu.

Francouzským policistům se včera podařilo odvrátit zřejmě bezprostřední hrozbu teroristického útoku. Dopoledne v Marseille zadržela dva muže, kteří chystali atentát.

„Tito dva zradikalizovaní muži francouzské státní příslušnosti, narození v roce 1987 a 1993, měli v úmyslu spáchat ve velmi krátké době, tím myslím v nejbližších dnech, atentát na francouzském území,“ uvedl ministr vnitra Matthias Fekl.

Jaký měl být cíl útoku před prvním kolem prezidentských voleb, které se uskuteční už tuto neděli, neřekl. Uvedl jen, že muže zajistila tajná služba DGSI ve spolupráci se



Clenové zásahové jednotky před domem v Marseille

speciální policejní zásahovou jednotkou RAID, která bývá nasazována v případech spojených s organizovaným zločinem nebo terorismem.

Podle televize BFMTV byly bytě podezřelých nalezeny výbušniny TATP (triaceton triperoxid), které se často používají právě při teroristických útocích.

Tajná služba minulý týden

varovala hlavní prezidentské kandidáty před vážnou hrozbou útoků na ně a na jejich akce během předvolební kampaně.

Ministr uvedl, že bezpečnostní složky jsou v dosud nevídané pohotovosti. V zemi bude rozmístěno více než 50 tisíc policistů a vojáků, kteří budou zajišťovat bezpečnost voleb. **ČTK, MET**

Chce volby

Britská premiérka Theresa Mayová včera nečekaně oznámila, že chce 8. června uspořádat předčasné volby. Rozhodnutí zdůvodnila nejednotou současného britského parlamentu v otázkách chystaného odchodu Británie z EU. Podle skotské premiérky Nicoloy Sturgeonové Mayová chce prostřednictvím předčasných voleb Británii vnutit svou vizi takzvaného tvrdého brexitu. **AP**



INZERCE

ELIXÍR KRÁSY V PODĚBRADECH

Toužíte po odpočinku, hýčkání a kráse?

Přijedte do Lázní Poděbrady a dopřejte si **BOHATÝ ELIXÍR PROCEDUR** v hotelu Zámeček ****

Procedury: uhlíčitá koupel, přísadová koupel Kneipp, aroma masáž celotělová, klasická částečná masáž, vlasová terapie, detoxikační ošetření pleti, manikúra + parafín, poukázka do kavárny.

Těšíme se na Vás

NOVINKA
6 nocí
od 8 995 Kč

LÁZNĚ PODĚBRADY
AKČIOVA SPOLČENOST

+ 420 325 606 500
www.lazne-podebrady.cz

IMAX

IMPULS
Rádio

TYDEN

Instinkt

CF.cz

TOTALFILM

NAFILMU.CZ

EuroZprávy.cz

JPM

HOUSHOUB

Splátky bez navýšení

na velké domácí spotřebiče




 **alza.cz**

Více na www.alza.cz/beznavyseni

MEGAPRODEJNA POČERNICE - otevřeno denně 8-20

 **OBROVSKÝ SHOWROOM**
stovky spotřebičů ihned k odběru

 **AlzaDrive**
naložení zboží rovnou do auta

Splátky bez navýšení platí na velké domácí spotřebiče nad 5000 Kč s DPH. Akce platí od 19.4.-17.5.2017.

Příklad: Cena zboží 10 000 Kč s přímou platbou 0 Kč. Výše úvěru 10 000 Kč, počet měsíčních splátek 10, výše měsíční splátky 1 000 Kč, za úvěr celkem zaplatíte 10 000 Kč, roční úroková sazba 0 %, RPSN 0 %, úvěr bez pojištění schopnosti splácet. Poskytovatelem úvěru je banka BNP PARIBAS PERSONAL FINANCE (která v ČR užívá obchodní značku Cetelem). Prodejce Alza.cz a.s. je zprostředkovatelem úvěru jako vázaný zástupce a zastupuje na základě smlouvy o spolupráci poskytovatele úvěru. Banka ani prodejce neposkytuje spotřebiteli „radu“ podle pravidel stanovených v § 85 zákona č. 257/2016 Sb., o spotřebitelském úvěru. Touto reklamou nevzniká právní nárok na poskytnutí úvěru.

KOMERČNÍ SDĚLENÍ

Lucie připravuje album i turné



Michal Dvořák, P.B.CH., Robert Kodým a David Koller (zleva) tvoří kapelu Lucie. ONDŘEJ PÝCHA

První singl k desce EvoLucie kapela představí letos. Předprodej na koncerty začne už zítra.

vila zahraniční producenty a také některé kolegy, s nimiž už spolupracovala. „Ivan Král nám poslal tři písničky,“ prohlásil Dvořák a Robert Kodým ho doplnil: „Oskar Petr vytáhl starou skladbu z roku 1989, ale naštěstí ji až teď.“ Podle P.B.CH. bude skupina vybírat pečlivě i producenta.

Kodým se obával, že si všichni čtyři přinesou do nových písní něco ze svých sólových projektů. „Bál jsem se, že tu polívku z toho neuvaříme, ale naštěstí se tak nestalo,“ uvedl Kodým na tiskové konferenci v pražském Centru současného umění DOX.

Album vyjde příští rok na jaře. A kapela, která měla dříve spory a pak dlouhou pauzu, už zase dokáže spolupracovat. To se projevilo v posledních letech při koncertech, třeba i při loňských čtyřech vystoupeních k třicetiletému výročí. „Už spolu vydržíme víc než 24 hodin, tak je to dobré,“ usmál se Dvořák, ale Kodým ho hned opra-

vil. „To není pravda, Michale. Dáváme si přestávky.“

Koller dodal, že bylo jasné, že kapela nemůže koncertovat pořád. „Bylo jasné, že musíme dělat muziku.“ Podle Dvořáka neplánuje kapela na nové desce změnu žánru. „Změnu stylu ani odklon nechystáme,“ řekl klávesista.

„Zmoudřili jsme, což se odráží i v těch textech. Navíc takhle kapela má nad sebou ochrannou ruku, strážného anděla, takže to dobře dopadne,“ dodal Kodým.

Příští rok na podzim plánuje kapela halové koncerty. Zatím chystá tři (13. 11. v Ostravě, 18. 11. v Brně a o šest dní později v Praze), ale podle zájmu se pravděpodobně budou přidávat. Předprodej vstupenek startuje už zítra v sítích TicketLIVE a Ticketportal.

Letos se Lucie představí fanouškům jen na Slovensku, konkrétně 3. června v Trnavě. Žádné nové písně zde hrát nebude, jde o navázání na oslavu výročí. PAVEL URBAN



HENRIK SVENSEN
UHRANUTI VÝŠINAMI
DĚJINY HOR A PROČ NÁS PŘITAHUJÍ

298 Kč

Geolog a milovník hor s poetickou duší, múzicky založený, jehož fascinují hory. Rád by sobě i nám svou knihou odpověděl na otázky, proč si lidé hory

postupně oblíbili, přestože je děsily a nechápali, proč se k nim přibližovat. Jak jsme je pomalu poznávali – až bez nich někteří z nás nemůžou být. Jak básník Petrarca podnikl namáhavý výstup na Mont Ventoux – jako první jen proto, aby se rozhlédl po kraji. Jaký je charakter hor v Alpách, v Andách, jaká překvapivá horská pásma nás geologicky spojují s Himálajemi.



Zprávy krátce

Lod' je zpátky

Lod' Cargo Gallery se dnes vrací na náplavku a přiváží skutečnou hudební la-

hůdku. Letošní sezonu zde zahájí ve 20 hodin spojení tří velkých hudebních jmen – Dan Bárta, En.Dru a JeN Hovorka. MET

INZERCE



JAROMÍR ŠOFR

6.4.-28.4. 2017

Malířské dílo Jaromíra Šofra naposledy celé je vystaveno v GALERII DESET v době út - so od 14. do 18. hodin
VSTUP VOLNÝ

WALDESOVO MUZEUM,
ČECHOVO NÁM., MOSKEVSKÁ 262/57, PRAHA 10

Poslední studiové album vydala skupina Lucie v roce 2002, po šestnácti letech se její fanoušci dočkají novinky s názvem EvoLucie. Na nových skladbách členové kapely pracují, už mají rozděláno sedm písní. O singlu zatím rozhodnuto není, jisté je jen, že bude ještě letos.

„Od konce loňského roku se scházíme. Prací se bavíme a uvidíme, co z toho vznikne,“ řekl bubeník David Koller. „Aby byla deska dobrá, musíme mít tak čtyřicet demo nahrávek a pak ve studiu vybírat třeba z dvaceti,“ přidal Michal Dvořák.

Kapela se svým novým vydavatelstvím BrainZone oslo-

Queen. Opět dorazí do Prahy

Do pražské O2 areny se v listopadu vrátí britská rocková skupina Queen s americkým zpěvákem Adamem Lambertem. Naposledy v Praze společně vystoupili v únoru 2015. Letos kapela na evropském turné, které bude mít čtyřicet zastávek, představí novou produkci i výběr skladeb, který dle jejích slov přinese mnohá překvapení. Vstupenky na pražský koncert budou v předprodeji od 21. dubna, pro členy klubu pořádající agentury Live Nation už dnes. ČTK

Mimi šéf. Tohle dítě umí pořádně zavelet

Studio DreamWorks, které uvedlo Shreka, Kung Fu Panda a Madagaskar, přináší animovaný film Mimi šéf, legrační rodinnou komedii o tom, jak příchod mimina ovlivní celou rodinu. Novinka, která bude v českých kinech k vidění od zítřka, vypráví ze svého pohledu nádherně nespolehlivý vypravěč – sedmiletý Tim, kluk s bujnou fantazií.

Tenhle nejneobvyklejší Mimi šéf přijede do Timova domova taxíkem, v obleku, s kuffíkem v ruce a s hlasem

a důvtipem Aleca Baldwin. Sourozenecká rivalita mezi dvěma bratry jde ovšem stranou, když Tim zjistí, že Mimi šéf je ve skutečnosti špión na utajené misi a že on je jediný, kdo mu může pomoci. Poté, co tihle špunti dokážou překazit hanebné spiknutí, začíná šokující dobrodružství, které zahrnuje i impozantní bitvu mezi štěňaty a miminky. Snímek byl natočen na motivy obrazkové knížky Marly Frazeeové a bude uveden také ve 3D verzi. MET

metro
RÁDCE

KOMERČNÍ PŘÍLOHA DENÍKU METRO



PROFIMEDIA.CZ

JAK BYDLET A SPÁT ZDRAVĚ

Myslíte si, že bydlení neohrožuje vaše zdraví? Naopak, to a v čem žijete, do značné míry vaše zdraví ovlivňuje. Tak třeba postel. I přesto, že spánek řadíme mezi nejoblíbenější činnosti, téměř 80 % Čechů uvádí, že má se spaním problémy. Kvalitní spánek je důležitý pro vaše zdraví a pohodu a matrace je jeho základem. Proto je důležité, aby vám matrace poskytovala správnou oporu a pohodlí. Čtěte naše rady a tipy.

JAK SE VYSPAT DO „RŮŽOVA“

Navzdory tomu, že ho řadíme mezi nejoblíbenější činnosti, uvádí téměř 80 % Čechů, že má se spaním problémy. Ať už se jedná o neschopnost usnout, brzké buzení, nebo únavu v průběhu dne, zažili jsme si to asi každý.



Než sáhnete po prášcích na spání neboli hypnoticích, začněte u sebe. Vyplatí se to jistě více než si nechat rovnou předepsat léky, které často způsobují ospalost i přes den a navíc při dlouhodobém užívání mohou vyvolat závislost. „V první řadě je třeba zamyslet se

nad svým životním stylem; stres je už v současnosti společník takřka každodenní a příchod zimy v kombinaci s nevyspáním je ideálním startem pro rozjezd depresí, únavy a celkového vyčerpání organismu,“ myslí si psycholožka Zdena Kmoníčková, která se dlouhodobě věnuje léčbě

nespavosti. Doplňte proto svůj jídelníček o vitamíny a přes den dbejte na dostatek tekutin. Ideální je především čistá neslazená voda nebo nápoje bez zbytečného cukru. I obezita je totiž jedním z faktorů, který v nespavosti hraje svoji roli. A spíme-li hůře, snadněji přibereme.

PŘED SPANÍM VÁŽNĚ NECVIČTE...

Pozor je třeba dát ale i na cvičení. Pokud s váhou už bojujete nebo si pěstujete kondici a po práci chodíte cvičit, vyhněte se fyzické aktivitě alespoň pět hodin před usnutím. Především na začátku boje s nespavostí je třeba vaše tělo zklidnit, aby si zvyklo na pravidelný klidový režim ve večerních hodinách.

ČERSTVÝ VZDUCH

Přípravy na spánek odstartujte kontrolou, zda je vaše ložnice správně vyvětraná. Dostatek čerstvého vzduchu a pořádně natřesené peřiny se sice mohou zdát jako drobnosti, ale vše hraje svoji roli a vy svůj rituál musíte striktně dodržovat. Stejně jako si musíte pevně stanovit čas, kdy půjdete do postele, a držet se ho. Důležité je, abyste i o víkendu odolali pokušení dát si dvacet třeba po obědě. Raději vyrazte na procházku.

PRAVIDELNÝ REŽIM SE VYPLATÍ

Podstatné je, abyste večer pociťovali únavu a dodrželi pravidelný režim od vyvětrání místnosti po teplou vanu nebo sprchu, které můžete doplnit o relaxační a zklidňující pěny do koupele. „Jako pomocník vám mohou posloužit také bylinkové čaje, zkusit můžete meduňkový čaj nebo různé sypké směsi s kozlíkem lékařským, chmelem a mučenkou,“ radí lékárník Jindřich Mikuta. Kromě přípravy na spánek je velmi důležité správné usínání. Zapomeňte na zapnutou televizi nebo rozsvícenou lampičku. Světlo stimuluje mozkové buňky, aby začaly fungovat. ■

DOER MEDICAL®

Vysoce kvalitní
lubrikační gely
na bázi silikonu

Doer Medical® Silk
Doer Medical®
Aloe Vera & Vitamin E

ŽÁDEJTE VE SVÉ LÉKÁRNĚ

MS TRADE s.r.o.
Zdravotnické prostředky
GEL



www.mstrade.eu

Chytré domy ohlírají také zdravé klima domu

V současné době roste počet novostaveb a domů s inteligentní elektroinstalací, tzv. inteligentních řešení domácností. Přednosti inteligentních domů jsou tvořeny hned několika vzájemně se doplňujícími aspekty, ať už se jedná o úsporu nákladů, bezpečnost nebo variabilitu nastavení systému.

Inteligentní domácnost se nerovná drahá

Řešení inteligentního bydlení přitom nemusí být vůbec drahé. Správný postup je takový, že se nejdříve definují potřeby uživatelů, následně se s ohledem na rozpočet hledá optimální řešení. Snížení nákladů se dá dosáhnout jednotlivými použitými atributy. Pokud jsme například ve fázi stavby nebo rekonstrukce, můžeme náklady ušetřit například při řešení ozvučení tím, že využijeme kvalitní vestavné reprosoustavy. Při správném nastavení naopak dochází k úspoře energií a tím i nákladů.

Úspora peněz i energií

Další jejich předností také je, že jeden systém nahrazuje několik samostatných systémů, ať už se jedná třeba o zabezpečení nebo vytápění. S inteligentním řízením se nám nestane, že klimatizace bude obydlí chladit, a přitom bude zapnuté topení. Jednotný systém zároveň pomocí měřičů spotřeby řídí všechny technologie v domě, čímž dochází k sledování spotřeby energie a její následné optimalizaci. Další výhodou je, že se v domě nemusí topit po celý den i v situaci, že je dům přes

den prázdný. Naopak jej lze nastavit tak, aby v době našeho návratu byl vytopen na určitou teplotu. Systém sám vyhodnotí, kdy je topení zapotřebí zapnout. Toto je pouze jeden z mnoha příkladů, jak dochází k úspoře energií a tím i nákladů.

Variabilita řešení je samozřejmostí

Pokud se rozhodnete pro tzv. inteligentní řešení domácnosti, je zapotřebí přesně definovat přání a požadavky uživatele tak, aby dům v maximální možné míře sloužil svým obyvatelům. Je zapotřebí přemýšlet racionálně, dům se vždy musí chovat tak, jak potřebujeme my. Software domu je řešen tak, že na základě předem definovaných podmínek řeší dílčí situace a běžný provoz za nás. Sofistikovaný systém se dá průběžně přizpůsobovat aktuálním potřebám jeho uživatelů, nastavení přitom není definitivní, je možné jej kdykoliv přizpůsobit. Vypínači se přiřadí příslušné světlo nebo funkce, lze nastavit i tzv. scény nebo makra, kdy jedním tlačítkem je možné uskutečnit větší množství úkonů – například při odchodu jedním tlačítkem vypnete nepotřebné elektrické zařízení a zásuvky. Tím se dostáváme k další otázce, a sice k bezpečnosti.

Inteligentní domy zvyšují naše bezpečí

Další otázkou je problematika bezpečnosti, a to hned z několika aspektů – ať už se jedná o vnější bezpečnost – například kamerový systém, který hlídá bezpečí obyvatel domu před nechtěným vniknutím cizích osob, až po bezpečnost vnitřní, kdy různá

čidla (například požární hlásič nebo hlásič oxidu uhelnatého) hlídají zdravé vnitřní klima. Systém také pomáhá předcházet vzniku škod, dokáže sám vyhodnotit nebezpečí - při prasklém vodovodním potrubí dokáže sám vypnout hlavní přívod vody. Samostatnou oblastí je například problematika bezpečnosti seniorů nebo malých dětí.

Zajímá Vás problematika inteligentní a bezpečné domácnosti? Zastavte se od 26. do 29. dubna na brněnské výstaviště, kde se konají Stavební veletrhy Brno a veletrh nábytku a interiérového designu MOBITEX.

Problematicke tzv. chytrého bydlení bude věnována samostatná interaktivní expozice, která bude představovat vzorovou inteligentní domácnost, kde můžete prezentovanými řídicími systémy tabletem nebo telefonem ovládat například domácí spotřebiče, osvětlení, tepelné čerpadlo nebo další atributy. Projekt představí také elektromobil integrovaný do energetiky domu jako kompenzátor výkyvů spotřeby, nabíjený solárními panely spolu s hlavními bateriemi domu. To vše bude nejenom k vidění, ale především k vyzkoušení v reálných podmínkách na expozici číslo 062 v pavilonu F.

Partnery projektu jsou společnosti ABB, Aretti, BESTPARKETT, Carmen Flora, Marouk, Pražská energetika, Jasyko a Veletrhy Brno.

Více informací naleznete na www.bvv.cz/sv

Foto: Archiv firmy Jasyko



DŮLEŽITÉ VĚCI, KTERÉ MUSÍTE VĚDĚT O ROŠTECH POSTELÍ

Proč je postelový rošt důležitý, kdy má smysl do roštů investovat a jak je správně vybrat? Na význam a přínosy postelových roštů jsme se ptali Viktora Willanta, poradce sítě prodejen ProSpánek.

Proč se zabývat výběrem postelového roštu, a nejen samotné matrace?

Pro zdravý spánek je samozřejmě kvalitní matrace důležitá, ale také volba správného roštu značně přispívá ke kvalitě našeho spánku a zaručuje její správnou funkčnost. Správně zvolené rošty mají vliv na odvod vlhkosti, vzdušnost matrace a ovlivňují i ortopedické vlastnosti matrace nebo její životnost.

Na co se při výběru roštu tedy zaměřit?

Rošty podpoří pozitivní vlastnosti matrace, pružně se přizpůsobují a ovlivňují tak celkový pocit na matraci. Vybírejte je proto vždy společně. Provedení roštu, ať už polohovatelný, nebo pevný, pak volte především podle vašich požadavků na zdraví a pohodlí, ale také praktičnost. U postele s úložným prostorem se zaměřte zejména na snadný přístup a kompatibilitu s vybraným typem

roštu. Z hlediska zdraví a pohodlí je nejlepší volbou motorem polohovatelný rošt, který nabízí snadné plynulé ovládání a nejzdravější možnou polohu pro spánek.

Zmínili jste zdraví, jak ho rošt ovlivňuje?

Pružné postelové rošty poskytují různým částem těla v různých částech lůžka potřebné změkčení, nebo naopak zpevnění. Při spánku na zádech i na boku zůstává páteř v přirozené poloze, matrace a její podložka pružně kopírují tvar těla, netlačí na klouby ani svaly a nenutí tak spáče budit se a otáčet s pocitem ztuhlých svalů.

Chcete spát lépe? Více tipů pro zdravý spánek najdete na našem webu www.prospanek.cz nebo se přijďte poradit s našimi specialisty do kteréhokoliv z prodejen ProSpánek. ■



Pokud je postel příliš tvrdá, dochází k nepřirozenému tlaku na klouby a páteř, které jsou v nevhodné poloze.



Je-li postel příliš měkká, tělo se moc zaboří, páteř je nepřirozeně prohnutá a svaly jsou napnuté nebo stlačené. Stlačeny jsou také vnitřní orgány, které tak nemohou patřičně regenerovat.



Správným řešením jsou pružné postelové rošty, které potřebné části zpevní, nebo naopak změkčí, respektují stavbu lidského těla a drží páteř ve správné poloze.

ProSpánek

MATRACE · POLŠTÁŘE · POSTELE

**MANŽELSKÉ
POSTELE OD**

6 990 Kč

19 PRODEJEN V ČR

NAVŠTIVTE NÁS 

www.prospanek.cz



NAUČÍME VÁS SPÁT

MŮŽE ALERGIK ČI ASTMATIK OMEZIT UŽÍVÁNÍ LÉKŮ?

Jaro přináší slunce a teplo a probouzí se celá příroda ze zimního spánku. Toto vše nahrává také roztočům, bakteriím a plísním, aby se jim v našich domácnostech lépe „žilo“.

Podle lékařů právě nastupující období znamená pro alergiky a astmatiky zhoršení jejich nemoci a o 15 % zvýšení rizika vzniku onemocnění dětí i dospělých. Roztoče a bakterie běžným vysavačem neodstraní. Účinným a spolehlivým pomocníkem v boji proti roztočům, plísním a bakteriím, kterého doporučují lékaři i Britská nadace pro alergie, je UVC antibakteriální vysavač Raycop.

UVC ANTIBAKTERIÁLNÍ VYSAVAČ RAYCOP

Schopnost zničit 99,9 % bakterií, plísní, virů i roztočů je dána využitím UVC germicidní lampy ve spolupráci s dalšími funkcemi – vibračním klepačem/kartáčem, výkonným sáním a mikroalergickým HEPA filtrem H13.



ZÁZRAČNÁ UVC LAMPA?

UVC (ultrafialové) světlo je elektromagnetické záření s vlnovou délkou kratší než viditelné světlo. UVC záření, vznikající v trubici namontované uvnitř vysavače Raycop, uvolňuje velké množství neviditelných ultrafialových paprsků (253,7 nm vlnové délky). Toto světlo poškozují DNA prachových roztočů a hmyzu

JAK SE ÚČINNĚ BRÁNIT ROZTOČŮM, BAKTERIÍM, VIRŮM A PLÍSNÍM?

- V bytě by měla být udržována optimální teplota a nižší vlhkost.
- Odstranění tapet ze zdí a náhrada koberec podlahou s pevným povrchem
- Pokud máte vlhko v ložnici, na spodní straně matrací se může tvořit plíseň. Umístěte matraci na rošt, aby větrala (neukládejte pod postel žádné věci).
- Každodenní větrání domácnosti (10 minut minimálně 4x denně)
- Pravidelné používání UVC antibakteriálního vysavače Raycop s UVC germicidní lampou na veškeré matrace, lůžkoviny, čalouněný nábytek a další textilie v domácnosti
- Vyplatí se kontrolovat i půdu v květináčích. Když je v nich zemina potažená bělavou vrstvou, jsou to plísně a je třeba tuto půdu odstranit a nahradit novou bez plísní.

a tím ničí jejich schopnost se množit a způsobit onemocnění. UVC světlo 100% zabije veškeré druhy bakterií, virů, plísní, ale také hub. Toto světlo působí jen na krátkou vzdálenost a z provedených studií vyplývá, že stačí pouhé 2 sekundy k tomu, aby UVC vysavač zlikvidoval bakterie a další spouštěče nemocí. ■

raycop
UV-C antibakteriální vysavač

Čistý domov a zdravý spánek! Zabiják alergenů

Víte, že každou noc sdílíte svou postel s milióny roztočů, bakterií, virů a plísní? Raycop je díky UVC lampě efektivně odstraní a pomůže s léčbou alergie, astma a ekzémů, neboť řeší jejich příčinu.

Je to jediný účinný vysavač vybavený UVC dezinfekční lampou. Zbaví vás nebezpečných alergenů a výrazně zlepší váš zdravotní stav. Bezchemicky vyčistí a **vydezinfikuje matrace a lůžkoviny** od nebezpečných roztočů, bakterií, virů a plísní. **Raycop vám zajistí zdravý spánek.**



www.raycop.cz

BLAKAR trading s.r.o., Azalková 1272, Jesenice - Horní Jirčany
tel.: 606 839 644, 606 377 814, e-mail: info@blakar.cz

Raycop je schválen Britskou nadací pro alergie a atestován Univerzitou Karlovou v Praze. Lékaři doporučují pro alergie a astmatiky



alza.cz

MALL.CZ



roboticky-vysavac.cz



Lekarna.cz

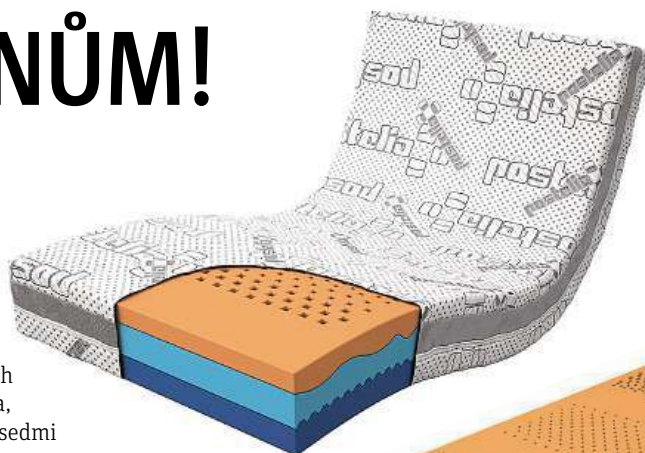
VYHLASTE BOJ ALERGENŮM!

Kdy by se z hygienických důvodů měla vyměnit matrace a jak bojovat s alergeny v ložnici?

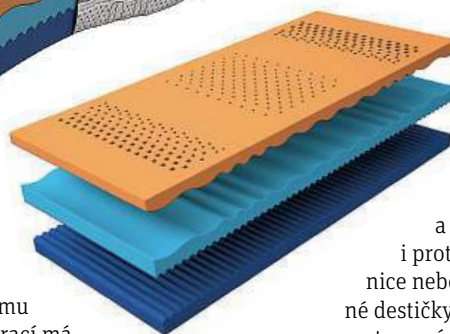
Každá zdravotní matrace má svou životnost, kterou ovlivňuje kvalita použitých materiálů. Není již dávno pravda, že je ji třeba měnit po pěti nebo sedmi letech, toto pravidlo dnes s oblibou používají prodejci méně kvalitních matrací, aby jejich kratší životnost měli jak odůvodnit. Kvalitnější matrace z odolných materiálů toho vydrží daleko více, klidně až dvacet let, ale aby byly hygienicky čisté, je třeba je od začátku dokonale hygienicky chránit.

BEZ OCHRANY NA DLOUHOU ŽIVOTNOST ZAPOMEŇTE

Hlavním rizikem pro matraci je hygienické znečištění, co všechno



může životnost matraci ohrozit? Úhlavním nepřítelem je pot, prach a roztoči, jak proti tomu bojovat? Většina matrací má dnes snímatelný potah, který lze vyprat v ideálním případě na 60 °C, což je teplota, kterou roztoči nepřežijí. Potah tedy hygienicky ošetřit lze, horší je to se samotným jádrem matrace, u kterého je případ-



né znečištění nevratné. Ideálním řešením hygienické kompletní ochrany matrace je matracový chránič s polyuretanovou membránou. Díky HPU membráně chránič nepropustí žádnou tekutinu, prach ani šupinku lidské kůže, která je hlavní obživou pro roztoče. Matracových chráničů je dnes na trhu velké množství, ale ne všechny plní svou funkci a ne všechny jsou prodyšné, proto doporučujeme chránič s hyperprodyšnou HPU membránou od Velfontu.

JAK MŮŽEME BOJOVAT S ROZTOČI A ALERGENY V POSTELI?

Dokonalou ochranou je již zmíněný matracový chránič, ale pokud jste ho dodnes nepoužili, bude matrace plná roztočů. Roztočů se lze zbavit přírodní cestou, díky laboratorním testům je dnes známo, že jim vadí levandule a eukalyptus, tato směs je účinná i proti jiným parazitům, jako jsou štěnice nebo blechy. Ideální formou jsou vonné destičky, které spolu s širokým výběrem matracových chráničů naleznete na internetovém obchodě spíme.cz. Vonná destička má 100% účinnost již po několika hodinách a vydrží až tři měsíce a lze ji po tuto dobu využít v celé domácnosti nebo si ji zít s sebou na cesty. ■



Postele • Rošty • Matrace ... přímo od výrobce



Postel z masivu MODENA, Drásaný Dub šíře 12x8 cm, 27.990,-



Postel z masivu STONE, Buk šíře 8 cm, 12.990,-



Postel z masivu GABRIELA, Buk šíře 4 cm, 8.990,-



Český výrobce



Garance kvality



Na splátky bez navýšení



Doprava zdarma



Kamenné prodejny

www.spime.cz

Prodejny: PRAHA | BRNO | PLZEŇ | TÁBOR
Tel: 383 136 000 | Email: info@spime.cz

Sudoku

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

Počasí

DNES	ZÍTRA	PÁTEK	SOBOTA
Min. 2 Max. 6	Min. 3 Max. 7	Min. 8 Max. 12	Min. 7 Max. 11

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: 25,2 °C

Rok výskytu: 1952

Napište svou bublinu



FOTO: 2x AP

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



Napadá vás vtipný popisek?

Kvíz

- Nejhlubší místo Atlantického oceánu je 8648 metrů pod hladinou a leží v příkopu:
a) Portorickém
b) Mariánském
c) Kajmanském
- V kinech je právě sci-fi film Power Rangers: Strážci vesmíru. Mladých hrdinů je zde:
a) 5
b) 6
c) 7
- Přes zimu létají na krmítka s oblibou mnohých druhů sýkorek, nepatří mezi ně sýkora:
a) uhelníček
b) babka
c) budníček
- Švédská heavymetalová kapela založená v roce 1999 ve městě Falun je:
a) Bloodbound
b) HammerFall
c) Sabaton
- Pikardie je název historického území na severu Francie. Tradiční metropolí je:
a) Amiens
b) Poitiers
c) Carcassonne

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

ČT1

- 12:20 Předpověď počasí, Sportovní zprávy, Události v regionech plus
- 12:30 Sama doma
- 14:00 Soudkyně Amy V
- 14:45 Televizní klub neslyšících
- 16:20 Kojak III
- 17:15 AZ-kvíz
- 17:40 Černé ovce
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 Kde domov můj?
- 18:55 Události za okamžik a počasí
- 19:00 Události
- 19:50 Branky, body, vteřiny



- 20:00 **Pošta pro tebe**
Účast Otty, Marceley i Jana v Poště má společného jmenovatele. Znovu se sblíží s člověkem, který byl součástí nějaké jejich životní etapy. Uvádí Ester Janečková. Režie M. Dvořáček

- 21:00 Ach, ty vraždy!
- 22:39 Výsledky losování Šťastných 10
- 22:40 Colombo
Seriál (USA, 1971)
- 23:55 Motiv III
Krimiseriál (Kan., 2015)
- 00:40 AZ-kvíz
- 01:05 Máte slovo s M. Jilkovou
- 02:10 Pod pokličkou
- 02:30 Dobré ráno
- 05:00 Kluci v akci
- 05:30 Události v regionech

ČT2

- 12:55 Folklorika
- 13:25 Svatý otec František (1/2)
- 14:25 Poutní místa: Saštín
- 14:45 Vinečko III (7/8)
- 15:15 Kvarteto
- 15:40 Televizní klub neslyšících
- 16:10 Král železa a smíchu
Franta Kocourek
- 17:05 S kuchařem kolem světa
- 18:00 Ferdinandovy zahrady
- 18:25 GEN – Galerie elity národa
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Poirot řídí Orient expres
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



- 20:00 **Kamera na cestách: Buenos Aires v rytmu tanga**
Hlavní město Argentiny prochnuté nejen tancem

- 21:00 Na cestě po Manile a okolí
- 21:30 Národní klenoty II
- 22:00 Proveďte! Příjmač (2/7)
- 22:40 Soudkyně Amy V
- 23:40 Batesův motel IV (10/10)
Seriál (USA, 2016)
- 00:25 Wolf Hall (2/6)
Seriál (VB, 2015)
- 01:25 Proměna
- 01:50 Za lidovou gastronomií
- 02:15 O Hroznové koze
- 02:40 Počesku
- 02:50 Z očí do očí
- 03:30 Očima ekofarmáře
- 03:50 Ochránce

NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:30 Dva a půl chlapa II (7)
- 12:55 Ordinační v růžové zahradě (136)
- 14:05 Odložené případy III (2)
- 15:00 Odložené případy III (3)
- 15:55 Kriminálka Miami V (5)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Co na to Češi
- 18:25 Ulice (3233)
- 19:25 Seriál (ČR, 2017)
- 19:30 Televizní noviny, Počasí



- 20:20 **Výměna manželů**
Úspěšná reality show, ve které si dvě ženy vymění domácnost na dobu deseti dní pod dohledem nového, ale i starého, partnera a hlavně televizní kamery.

- 21:35 Robinsoův ostrov
- 22:40 Kriminálka: Oddělení kybernetiky II (16)
Krimiseriál (USA, 2016)
- 23:35 Vražedná čísla II (11)
Krimiseriál (USA, 2005)
- 00:25 Odložené případy III (2)
Krimiseriál (USA, 2005)
- 01:15 Odložené případy III (3)
Krimiseriál (USA, 2005)
- 01:55 Kriminálka Miami V (4)
Krimiseriál (USA, 2006)
- 02:35 Dva a půl chlapa II (7)
Seriál (USA, 2004)
- 03:20 Co na to Češi

PRIMA

- 12:10 Polední zprávy
- 12:25 Jake a Tlustoch IV (4)
- 13:25 Komisař Rex (4, 5)
- Krimiseriál (N/Rak., 1993)
- 15:25 Policie Hamburg II (14)
Tajemství čtvrti na předměstí. Krimiseriál (N, 2008)
- 16:25 Odpolední zprávy
- 16:40 Soudní síň
- 17:35 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimi zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 TOP STAR



- 20:15 **Modrý kód (10)**
Seriál (ČR, 2017). Urgent nemocnice Rubava se musí vypořádat s pacientem, který má nakažlivou smrtelnou chorobu. Hrají: S. Laurinová, M. Němec, R. Zach, I. Chmela, O. Rychlý, E. Josefíková

- 21:35 Show Jana Krause
- 22:35 Cesty k úspěchu
- 22:45 Castle na zabiti IV (20)
Krimiseriál (USA, 2012)
- 23:45 Soudní síň
- 00:35 Rosamunde Pilcherová: Návrat do ráje
Romantický příběh (VB/N, 1998)
- 02:30 Komisař Rex (4)
Krimiseriál (N/Rak., 1993)
- 03:20 Komisař Rex (5)
Krimiseriál (N/Rak., 1993)

PRIMA COOL

- 12:55 Simpsonovi VI (20-23)
- 14:55 Teorie velkého třesku IV (6)
Alibi z irské hospody. Sitcom (USA, 2010)
- 15:20 Teorie velkého třesku IV (7)
Nedostatečnost omluvy. Sitcom (USA, 2010)
- 15:50 Futurama (10)
- 16:20 Hvězdná brána V (14)
- 17:20 Kdo přežije: Krev není voda (2)
- 18:15 Simpsonovi VI (24, 25)
- 19:15 Simpsonovi VII (1, 2)



- 20:15 **Extant (6)**
Sci-fi seriál (USA, 2014). Hrají: H. Berryová, G. Vinnic, P. Gagnon a další

- 21:20 Teorie velkého třesku IV (8)
Sitcom (USA, 2010)
- 21:50 Teorie velkého třesku IV (9)
Sitcom (USA, 2010)
- 22:15 Partička
- 23:10 Hannibal II (9)
Hororový seriál (USA, 2014)
- 00:05 Partička
- 00:50 Ospalá díra II (8)
Mysteriózní seriál (USA, 2015)
- 01:50 Hannibal II (9)
Hororový seriál (USA, 2014)
- 02:45 Aplikace

OČKO

- 06:00 Ranní fresh
- 09:00 Zpátečka
- 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
Klipy nonstop
- 15:00 Očko news



- 15:05 **Mixxer 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
- 18:00 Smash!
- 18:05 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 Očko hity
Klipy nonstop
- 21:00 CZ & SK
- 22:00 Očko flirt

Sloupek

MARTIN
DANEŠ

BÝVALÝ RECEPTNÍ



FLIP-FLOP BUM!

Flip-flop – tak nazývají Američané názorové přemety prezidenta Trumpa. V kampani příslibil, že pod jeho vedením si země přestane hrát na světového čteníka, a najednou to vypadá, že ze všech čteníků, co Bílý dům zažil, bude on tím nejčteníkovatějším. Vysvětlení je prosté: Trump se nemohl dočkat, až po tom černochovi doma všechno zprevraci vzhůru nohama. Toužil zrušit Obamovu zdravotnickou reformu – Kongres

Cítát

Co takhle hodit si bombičku? Máme jich tolik, že nevíme, co s nima.

mu to překazil. Chtěl zakázat vstup do země lidem z několika muslimských zemí – soudci mu zatli tipec. Ani ta zeď na mexické hranici se nejspíš stavět nebude, protože ji Mexiko odmítá zaplatit. „V týhle zemi se vážně nedá vládnout!“ láleřil Trump. „Jak mám Američanům ukázat svoje svaly?“ A tak se sešel s generály, kteří mu řekli: „Co takhle hodit si bombičku? Máme jich tolik, že nevíme, co s nima!“ Trumpovi se ta řeč líbila, a jakmile Syřan Asad pokropil sarinem jedno vlastní město, nechal na Sýrii naházet 60 tomahawků. Kongresmani mu vzkázali, že další zásah proti Sýrii chtějí předem schválit, jenže na Trumpa jsou krátkí: další bombu – velkou, dokonce tu největší konvenční – hodil pro změnu na Afghánistán. Na světě je tolik míst, kde si smí beztretně zabouchat! A už toužebně obrací zrak k Severní Koreji... Leč v téhle zemi by mohl narazit, protože krom toho, že je tamní vůdce stejný pošuk jako on sám, má i on na svém pracovním stole červené atomové tlačítko. Abychom nakonec nemuseli doma stahovat rolety...
www.martindanes.com

Dopisy a vzkazy

MHD a jazyky

Velmi mě pobavila reakce brněnské čtenářky na příspěvek pana Horáka na téma nedostatků v pražské MHD. S panem Horákem samozřejmě souhlasím, naproti tomu druhý příspěvek je plný omylů a příslovečné české (v tomto případě brněnské) malosti. Ale po pořádku. Za prvé, nizozemština, byť germánský jazyk, není angličtině příliš podobná. Mnohem blíže má k němčině. Ale o to zde vůbec nejde. Nejde ani o to, aby se řidiči MHD povinně doúčovali anglicky, protože se to měli naučit už na základní škole. Jako v Nizozemsku. To, co se snažil čtenář Horák vystihnout, je, že Prahu jako hlavní město navštěvují statisíce turistů a že jejich společným komunikačním jazykem bývá angličtina. Když se takový turista obrátí se žádostí o radu na řidiče MHD, dočká se zpravidla mlčení a pokrčení rameny. V současném světě se bez angličtiny nikdo neobejde a týká se to, nebo by mělo, všech profesí včetně řidičů MHD.

MAREK LEDENSKÝ, Litoměřice

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

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

Výrok dne



„Turecko se vzdaluje EU, oslabuje tam sekulární stát.“

BOHUSLAV SOBOTKA, PREMIÉR

Sobotka tak reagoval na výsledky nedělního referenda v Turecku. Bezprostřední dopad na vztahy s Českou republikou ale nečeká.

Slovo dne

KONGRES

(ze sloupku Martina Daneše)

V některých státech světa se jedná o parlament, obecně jde o shromáždění odborníků

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



INZERCE

HOROSKOP

na středu 19. 4.

VYSOKÉ VÝDĚLKY!

Na základě data narození vypočtu vaši nejsnazší cestu k finanční jistotě!

Zavolejte mi na 906 70 30 35 nebo pište SMS na číslo 904 30 55 s kódem 85TTT a svým datem narození!



Astroložka Marisa

Beran 21/3–20/4

Pokud máte chuť investovat, propočítejte, jestli máte dostatek volných prostředků. Hvězdy vám v těchto dnech příliš nepřejí.

Býk 21/4–21/5

Váš kredit u nadřízených stále roste. Pozor na kolegy, ne každý je přející. Buďte raději skromní a úspěch oslavte až doma.

Bliženci 22/5–21/6

Nemusíte šetřit. Pokud mají vaši blízcí přání, které by jim udělalo skutečnou radost, pořáďte jim to. Budete mít radost také!

Rak 22/6–22/7

Kdo má rád chválu, musí si pro ni zasloužit důvod. Nestací mít plno skvělých nápadů, musíte je také umět pořádně zpracovat.

Lev 23/7–22/8

Pozor na workoholismus! Někdy míváte sklony nechat se strhnout k práci a pak nevíte, kdy přestat. To ale vůbec není zdravé!

Panna 23/8–22/9

Úplnou náhodou se setkáte s někým, kdo posune vaši kariéru nečekaným směrem. Vnímejte proto pečlivě, kdo kolem vás prochází.

Váhy 23/9–23/10

Zrovna dnes vás to v práci moc nebaví, ale upřímně řečeno – pro zábavu přece do práce nechoďte. Tak zatněte zuby a vydržte!

Štír 24/10–22/11

Nezaměstnání, rádně zvažte všechny nabídky a možnosti, než se uvážete smlouvou. Není to jednoduché, ale dopadne to dobře!

Střelec 23/11–21/12

Pusťte se do jakéhokoliv úkolu, i kdyby se vám snad zdál příliš obtížný. Ničeho se nebojte, energie i inteligence máte dost!

Kozoroh 22/12–20/1

Co člověk vykonal, vidí svět. Ale co ho to stálo, ví jenom on sám. Co vás vaše projekty stojí, si nechejte jen pro sebe.

Vodňář 21/1–20/2

Raději se vyhněte nakupování, pokušení číhá na každém rohu. Sice nemusete šetřit, ale zitra by vás zbytečné utrácení mrzelo.

Ryby 21/2–20/3

Konflikty na pracovišti nesnášíte, ale někdy se jim holt vyhnout nedá. Není jednoduché stát mimo, ale snažte se udržet klid.

Řešení sudoku

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

Anketa Nadiktovali byste osobní data do telefonu?



Čeněk Bonaventura
A vyhraju milion, že jo...



Alena Kadlecová
To udělá asi jen idiot, ne?



Lucie Urbánková
Jednou jsem rodné číslo nadiktovala babičce.

Komiks



VELKÁ LÁSKA!

Kdy potká vás?

Pište SMS

ve tvaru 388VT a svůj text na číslo 904 30 46

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

Berlin WelcomeCard, nejen jízdenka, ale i možnost slev

Jakmile se v Berlíně oteplí, ulice německé metropole se zaplní trhy, festivaly a kulturou.

Pokud přijedete na berlínské hlavní nádraží, je dobré si tu hned koupit celodenní jízdenku za 6,5 eura. Kde? Informace jsou přímo na nádraží.

„Turisté často kupují speciální kartu Berlin WelcomeCard, která slouží jako jízdenka a zároveň sleva nebo rovnou vstupenka do mnoha kulturních stánků, zejména muzeí. Je v ní i mnoho podstatných informací, jak si Berlín užít,“ radí Elisabeth Uhlíková, která má na starosti turistickou propagandu města pro Českou republiku.

Jako první je třeba se rozhodnout, zda navštívit bývalý východní, nebo západní Berlín. Symbolem místa střetu



Užijte si piknik na střeše Neukölln Arkaden. © VISITBERLIN

dvou politicky rozdílných světů je hraniční přechod Checkpoint Charlie – dnes je to jedna z nejnavštěvovanějších turistických atrakcí na křižovatce ulic Friedrichstrasse a Kochstrasse. Checkpoint byl po sjednocení země zburán, dnes tu stojí replika, občas se objeví i dobové armádní vozy či zátarasy. Mnohem

víc se ale o době železné opony dozvíte v blízkém Muzeu Zdi (Mauermuseum), dospělí zaplatí za návštěvu 14,50 eura, studenti o pět méně.

Odtud se dá pohodlně pěšky dojet k Braniborské bráně a pokračovat do obřího parku Tiergarten, kolem památníku sovětských vojáků dál k budově Říšského sněmu

(Reichstagsgebäude), kde je každých pět let volen německý prezident. Na budově byla koncem 90. let postavena obří skleněná kupole, kam dnes míří stovky turistů. Vstup je zdarma, čeká se ale v dlouhé frontě. To ale tolik nevadí, výhled za to stojí.

Berlín na jaře rozkvétá a je příjemné projít si některé zdejší parky. Park Am Gleisdreieck je skvělý díky prolézačkám pro děti i batolata, v Preussen Parku se každou sobotu a neděli setkává thajská komunita žijící v Berlíně, což mimo jiné znamená velký venkovní piknik se smaženými banány, mořskými plody, polévkami či masovými specialitami. Přímo u řeky Sprévy se rozkládá Treptower, oblíbený park s dalším památníkem Rudé armády. Berlíňané sem chodí relaxovat. Oblíbená je půjčovna loďek a šlapadel, která otevírá v 10 dopoledne, plavidlo pak musíte vrátit před západem slunce. **5PLUS2**

Z akce na akci

Tipy, kam vyrazit:

- **Výstava Čína a Egypt**
Od 1. května v Novém muzeu (Neues Museum) o dvou starodávných civilizacích
- **XIAZZ Festival**
Od 3. do 7. května po celém městě. www.xjazz.net
- **Karneval kultur**
Čtyřdenní festival podobný tomu, co se koná v brazilském Rio, jehož součástí bude i samostatný dětský karneval. 2. až 5. června, Blücherplatz. www.karneval-berlin.de/en/
- **Fete de la Musique:**
21. června je v Berlíně povoleno na veřejných prostranstvích, bez využití elektrického proudu a jakýchkoli zesilovačů, provozovat hudbu bez dalších omezení, a to v čase od 16 do 22 hodin.

- **37. Dlouhá noc muzeí**
Muzea plná prohlídek a vystoupení budou 26. srpna otevřena hluboko do noci. www.lange-nacht-der-museen.de/en/

- **Pyronale:** Festival ohňostroju. 1. a 2. září na olympijském stadionu. www.pyronale.de

- Veškeré informace o Berlíně najdete v angličtině na www.visitberlin.de

Jak si užít jednoduše nočního života, kolik zaplatíte za cesty po městě a na kolik vás vyjde návštěva muzea

- **Noční život:** Nejslavnější noční základnou je areál RAW kousek od Warschauer Strasse. Menší klubové městečko ožívá kolem půlnoci, v létě se zde o víkendech koná jeden z populárních bleších trhů.

- **Doprava:** Vedle celodenní jíz-

denky na veřejnou dopravu za 6,5 eura je druhou možností Berlin WelcomeCard. Ta platí jako jízdenka veřejné dopravy, nabízí zdarma (Ostrov muzeí) nebo s poloviční slevou vstupy do více než 200 berlínských pamětihodností či slevy na výletní loď. Třídenní karta (jeden

dospělý + tři děti do 14 let) i s dopravou do Postupimi stojí 46 eur, vytisknete si ji na tiskárně a mějte ji vždy při ruce.

- **Muzea:** V centru města najdete desítky muzeí. Vstupy přijdou na 10 až 20 eur, ale s kartou Museum pass Berlin, která

stojí 29 eur, je do třiceti z nich vstup zdarma. Třeba do Pergamonského muzea s obrovskými antickými sbírkami a expozicemi islámské kultury a Přední Asie. Jeho sbírky nemají prakticky svým rozsahem v Evropě konkurenci a najdete ho na takzvaném Muzejním ostrově (Museumsinsel).

Žij, cestuj. Uživej!

Komfortně vlakem do významných evropských metropolí.

PRAHA–VÍDEŇ
od 386 Kč

Jízdenky nakupujte nejvýhodněji v našem e-shopu.

www.cd.cz

ČD České dráhy
Národní doprava

MIRONET
COMPUTERS
Největší IT e-shop v ČR

herní hody pokračují

UBISOFT

od 699,-

hry Ubisoft v akci
TC Ghost Recon: Wildlands / akční / CZ titulky
Just Dance 2017 (Unlimited) / taneční / angličtina

www.mironet.cz

Je tu nálož nových her

Herní hody pokračují i po Velikonočích! Co pro vás máme nového?

Velikonoce jsou pro hráče jedno z nejnáročnějších období celého roku. Odevšud na ně útočí ohromné jarní slevy, které svádějí k okamžitému nákupu. Odolat všem znamená projít zkouškou trpělivosti i pevné vůle.

Ani po velikonočních svátcích ovšem vir slev nepolevuje a například vybrané hry jednoho z největších světových producentů Ubisoftu teď můžete hrát i o více než polovinu levněji. Proto jsme zmapovali situaci, abychom pro vás vybrali dvě, které by rozhodně neměly chybět na vašem harddisku.

Milovníky hutné akce posadí hluboko do křesla další díl oblíbené „clancyovky“ s podtitulem Ghost Recon: Wildlands. Za nepřátelskou

linií jihoamerické Bolívie ovládané aliancí drogového kartelu Santa Blanca a zkorumpované vlády vás čeká nesnadný úkol. Jakožto člen elitního amerického komanda Ghosts se pokusíte potlačit v zemi bezpráví a vyvolat převrat. Hru si v nádherné grafice, s českými titulky a za akční cenu vychutnáte na PC, PS4 nebo Xbox One.

Druhý náš tip je ze zcela jiného soudku. Just Dance 2017 vás pozve do první taneční ligy a perfektně se

hodí jak na party s přáteli, tak třeba pro sólové taneční hodiny.

V základní verzi hry se spolu s komunitou 118 milionů hráčů po celém světě protančíte 40 světovými hity včetně písní od PSY, Major Lazer nebo třeba Justina Biebera. Rozšířené vydání Just Dance 2017 Unlimited pak nabídne celoroční pravidelné updaty a přístup k dalším více než 200 písním. Hru za akční cenu pořídíte na PS3, PS4, Xbox 360 a Xbox One.



SSD. Enormně zrychlí i deset let staré počítače

Máte doma starší notebook či stolní počítač, na jehož výkonu se zub času podepsal více, než by se vám líbilo?

Ani deset let staré stroje však ještě nepatří do starého železa. Stačí jim jen doprát omlazovací kúru, která pomalu a hlučně chroupající hlemýžď promění doslova ve svižnou, téměř nehluknou raketu. Tou zázračnou medicínou jsou takzvané SSD disky, které nahrazují klasické pevné disky. SSD neobsahují žádné pohyblivé části, díky čemuž

jsou méně náchylné k nárazům a nevydávají žádný hluk ani v plné zátěži. Co je však nejzásadnější – oproti klasickým pevným diskům jsou několikanásobně rychlejší. Operační systém z nich načtete za pár sekund, běžné kancelářské aplikace „naskočí“ během mrknutí oka. Pokud již nechcete půlku života strávit čekáním, vsadte i vy na omlazující sérum v podobě SSD.

V případě, že výměna disku není ve vašich silách nebo

si na ni jen nevěříte a raději byste váš počítač svěřili do péče špičkově vyškolených techniků, neváhejte využít unikátní akční nabídky největšího IT e-shopu v ČR – Mironetu. Tam vám až do 30. května vymění váš starý pevný disk za 120GB, 240GB, nebo dokonce 480GB SSD disk včetně přenesení veškerých dat, otestování a kompletní kontroly.

Nezapomenete šanci až desetkrát zrychlit váš notebook nebo stolní počítač!

Alergici a pyl. Důležitá je diagnóza

Po dlouhé zimě je celkem přirozené těšit se na jaro. Přesto ale existuje skupina lidí, kteří se těší s jistými obavami, protože zároveň vědí, že jim dá jaro pěkně zabrat. Ano, řeč je o pylových alergiích.

Časté kýchání, vodnatá rýma, ucpaný nos, svědění a slzení očí. To vše jsou příznaky pylové alergie. Pokud patříte mezi ty, kteří těmito příznaky – ať už všemi nebo jen některými – trpí, můžete je přisuzovat alergii, aniž byste navštívili lékaře.

MUDr. Gabriel Pallay z lékaře Dr. Max ale poznamenává: „Neexistuje léčba bez diagnózy. Je především potřeba se ujistit, že jde skutečně o alergii a ne například o závažné onemocnění, příznaky mohou být velmi podobné. Navštívit lékaře, případně se poradit s lékárníkem, je tedy zcela zásadní.“

Pylová sezona trvá od jara až do podzimu, každému období dominuje jiný alergen a jejich hladiny ve vzduchu se střídají, proto je dobré sledovat v případech potíží pylová zpravodajství.

Alergie je navíc zrádná v tom, že se může objevit kdykoli během života a můžeme být citliví téměř na cokoli.

A jestliže člověk trpí už jedním problémem, neznamená to, že se další alergie nemožno přidávat nebo se ještě různé křížit, upozorňuje doktor Pallay.

Co to vlastně alergie je?

Jako alergii lze označit nepřiměřenou reakci imunitního systému na složky okolního prostředí, které u většiny lidí nevyvolávají nic, ale u predisponovaných jedinců můžou vzbudit imunitní reakci doprovázenou řadou různých symptomů. Vznik alergie je podmíněn dědičností a vlivy prostředí. Podíl má často psychická zátěž a chronický stres, proto se někdy alergie řadí také mezi psychosomatická onemocnění.

Jaké jsou rizikové faktory alergie?

Během posledních dvaceti let výskyt alergických onemocnění vzrůstá. Na rozvoji alergií se významně podílí

i dědičnost. Proto je rodinná anamnéza jedním ze základních vyšetření při podezření na alergii.

Co je to zkřížená alergie?

Většina osob trpící pylovou alergií je citlivá na několik druhů pylu a může také reagovat na některé potraviny. Tato reakce se nazývá „zkřížená alergie“. Typická je zkřížená alergie mezi pylem břízy a jablkem.

Jaká je obvyklá léčba u alergie?

V první řadě spočívá v podávání léků proti alergii a vyvazování se kontaktem s alergenem. Účinné mohou být i různé nosní spreje, zkuste Flixonase, který koupíte například v našich lékárnách. Obsahuje účinnou látku, která pomáhá blokovat nikoli jen jeden, nýbrž hned šest hlavních spouštěčů. Díky tomu dokáže tlumit jak nosní příznaky alergické rýmy (ucpaný nos, kýchání, vodnatá rýma), tak i oční příznaky (svědění a slzení očí), a to po dobu 24 hodin.



Životní styl

Jak upravit životní styl při alergii na pyl?

- Za slunných a větrných dní omezit pobyt venku, vhodnější doba je po dešti, kdy se v ovzduší alergenů nachází výrazně méně.
- Nevětrat v poledne, je to doba, kdy je v ovzduší největší koncentrace pylů.
- Často si mýt vlasy, zachycuje se v nich spousta alergenů.
- Dbát na čistotu oblečení, povlečení i peřin.
- Po příchodu domů byste se měli převléknout do jiného oblečení. Pyl ulpívá i na látkách a zbytečně by vás dráždil i doma. Pomůže i sprcha, která vás zbaví pylových zrněk na pokožce.
- Omezit v domácnosti vybavení, ve kterém se pylu či jiné alergenů mohou zachytit (třeba koberce).
- Dostatek kvalitního spánku.

Principy, díky kterým budou zaměstnanci spokojeni

Pracovní prostředí. Kvůli němu nejčastěji lidé odchází ze zaměstnání.

Vztahy a celkově to, jak se osoba v práci cítí, jsou hlavní motivací, proč tam zůstává. Podívejte se na principy, které vám odevzdají ti nejlepší.

Neberte skvělé výsledky jako standard. Někteří chválí maximálně ve chvílích, kdy se povede něco velmi výjimečného, a standardní dobrá práce bývá přehlížena. Citlivější lidé to můžou brát jako ignorování své osoby, i když to tak možná vůbec není. „Přetáhnout takto demotivovaného pracovníka už pro

konkurenci nemusí být těžké,“ říká Lucie Spáčilová ze společnosti Performia.

Dejte svým lidem výzvu. Spousta lidí pro svou motivaci potřebuje jakousi výzvu. Pokud takového člověka budete držet dlouhou dobu na pozici, kterou už má perfektně zvládnutou a v níž nebude mít nic nového a neznámého, opět riskujete.

„Pokud se takovému zaměstnanci dostane do cesty opravdová výzva, nic ho podle našich zkušeností ve vaší firmě neudrží. Dokonce ani dobrý plat nebo fajn šéf,“ doplňuje Spáčilová, trenérka seminářů o výběru a hodnocení zaměstnanců.

Nejdříve práce a pak zábrava. Třetinu dne trávíme v práci. Kolegové se tak většinou stávají našimi přáteli. Pokud

má tým možnost se setkávat i mimo pracovní dobu, vznikají veselé zážitky a přátelství, které fungují jako neviditelný tmel. Díky němu nebudete mít zaměstnanec pocit, že jinde to bude lepší.

Tři slova jako krédo každého manažera. Spravedlnost, otevřenost a komunikace – to jsou věci, kterými by se každý manažer měl řídit. Manažer musí často řešit problémy, o kterých běžný zaměstnanec nemusí mít ani tušení. Pokud ale musí udělat nějaký nepopulární krok, který snadno může vést k odchodu zaměstnanců, vyplatí se mu upřímná a dostatečná komunikace se všemi zaměstnanci, kterých se to může týkat, i když třeba jen vzdáleně. Není potřeba probírat úplně všechny detaily, ale aspoň

zásadní věci, které k tomuto rozhodnutí vedly. A také spravedlnost je zásadní.

„Snažte se udržet zaměstnance v dobrých a zdravých výměnách. Nikdy nezneužívejte jejich ochoty pracovat, ale ani nepřeplácejte. Vytvořte prostor, aby si mohli svou odměnu zasloužit. Budete

pak spokojeni oba – zaměstnavatel i zaměstnanec,“ radí Spáčilová.

Pokud se vám podaří tyto čtyři principy plně zavést do běžné praxe, snížíte překvapivé odchody na minimum. A je možné, že pro úspěšné lidi budete mnohem zajímavější. **LAM**

Seminář

Tajemství úspěšného týmu odhalí Marten Runow, mezinárodně uznávaný lektor ze Švédska, který má již více než 30 let zkušeností v oblasti personalistiky a budování týmů.

• Věděli jste, že už na pohovoru je možné dobře rozpoznat potenciál člověka, kterého máte před sebou?
A pro vedoucí, manažery, personalisty nebo začínající podnikatele ukáže i další principy budování týmu.

• Seminář se bude konat 3. května od 9 do 13 hodin v Praze na Václavském náměstí 833/31.

• Více na www.performia.cz

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

RECEPČNÍ S AJ/NJ

INFORMACE O PRACOVNÍM MÍSTĚ:

Vedení evidence všech osob vstupujících do objektu přes recepci
Vyřizování základních administrativních úkonů
Komunikace s návštěvníky

POŽADUJEME:

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

NABÍZÍME:

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

VHODNĚ PRO ABSOLVENTY.

Kontakt: Volejte zdarma tel.: 800 108 111
nabor@abasco.cz

FINANČNĚ ATRAKTIVNÍ PRÁCE V BEZPEČNOSTNÍ SLUŽBĚ

Nabízíme:

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

Nabízené pozice:

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

VOLEJTE ZDARMA 800 108 111

Email: nabor@abasco.cz

mediální skupina **mafra**



Pro posílení našeho úspěšného týmu hledáme:

kolegu / kolegyni na pozici

Account manager pro Reality.iDNES.cz

Dostanete na starosti: prodej inzerce na Reality.iDNES.cz, akvizici nových klientů a péči o ty stávající.

Kancelář budete mít v Praze – Malešicích.

Náš tým postrádá Vás – šikovného a motivovaného obchodníka, který ví, že peníze jsou v této branži až na prvním místě ☺

Máme pro Vás nejen zajímavou a samostatnou pracovní pozici v mediální oblasti, motivující odměňovací systém a zajímavé klienty, ale i super kolektiv a příjemné benefity vč. relax zóny a občerstvení na pracovišti.

Kontaktní osoba: Iva Uhlíková, HR oddělení
iva.uhlikova@mafra.cz, 734 517 060

Máte pocit, že jsme pro sebe ti praví?
Pokud ano, neváhejte a dejte nám o sobě vědět prostřednictvím Vašeho životopisu a začnete s námi utvářet vzhled našich novin!



INZERCE

OPTAGLIO s.r.o.

Naše společnost má nové výrobní prostory blízko Prahy. Pokud máte dobré vysokoškolské technické vzdělání a chcete dělat kariéru v mezinárodní společnosti, kontaktujte nás.

- vedoucí výrobního procesu
- finanční ředitel
- projektový manažer
- obchodně technický manažer
- výrobní technologové v různých oblastech (chemie, fyzika, matematika, polygrafie atd.)
- patentový zástupce
- grafici s VŠ technického směru
- facility manažer
- novinář technického zaměření s výborným AJ
- účetní, administrátorky, asistentky s VŠ, operátory strojního zařízení a další různé pozice
- absolventy vysokých škol technického směru

Další informace na www.optaglio.cz/kariera

NÁSTUPNÍ ZÁKLADNÍ PLAT 50 000 AŽ 100 000 Kč

Problémy okolo drog

Bývalý fotbalista Plzně Vaněk si měl objednávat extázi, současný záložník Kopic půjčil dealerovi větší obnos.

Oba hráči měli svědčit u soudu s drogovým dealerem Vítězslavem Meišnerem. Vaněk od něj měl podle Radiožurnálu získávat omamné látky, Kopic půjčil loni na jaře Meišnerovi půl milionu korun.

Hráč ruské Ufy Vaněk se včera k soudu nedostavil, Kopic zatím předvolán nebyl, ovšem Meišnerův advokát na jeho výslechu trvá.

O co přesně loni šlo? Vaněk se do kauzy zapletl v květnu, den před utkáním své Plzně s Mladou Boleslaví. Svému kamarádovi Meišnerovi volal, aby mu sehnal „prášek“.

„Volající (Vaněk) odpovídá, že jde na diskotéku a zkusí prášek, na což volaný (Meišner) odpovídá, aby mu volající napsal, jaké to bylo, a upozorňuje ho, aby byl opatrný a dal si jenom půlku. Volající

říká, že prý je to dobré najednou s kokešem, na což volaný odpovídá, že ne, že když dá na to ten bílej, že ho to naopak zabrzdí, že mu to zabrzdí nájezd, má si nechat dvě hodiny pauzu,“ píše se v obžalobě.

Kopic loni na jaře půjčil Meišnerovi půl milionu korun, přestože se tou dobou znali pouhý měsíc. Nač, po tom údajně nepátral.

Pro vedení Plzně jsou informace nové. „O skutečnostech, které uvádějí média, jsme v době Vaňkova působení v týmu neměli sebemenší informace,“ oznámila Plzeň v prohlášení a doplnila: „Chtěli bychom se distancovat a vymezit proti užívání jakýchkoli zakázaných látek a prostředků.“

Bývalý hráč pokeru Meišner prodal nejméně osm tisíc tablet extáze. Při zatčení měl u sebe téměř půl kilogramu kokainu. Druhý obžalovaný Patrik Barančík obchodoval s šesti tisíci pilulkami extáze.

U Vaňka to není první prohřešek. Byl společníkem Davida Limberského, když řídil v roce 2015 opilý. Vaněk i Kopic jsou navíc členy širšího kádru reprezentace. **IDNES.cz**

Zprávy krátce

Postupují Real a Atlético

Prvními semifinálními fotbalové Ligy mistrů se stali hráči Atlético Madrid. Ve druhém čtvrtfinále se prodlužovalo, Real nacel Bayern převálcoval.

Trest pro Orla

Fotbalová komise rozhodčí zastavila na dva zápasy delegaci sudímu Pavlu Orlovi za to, že chybně nařídil penaltu v zápase Plzně proti Slovácku (2:0).

Páník zůstává

Trenér Bohumil Páník i celý realizační tým fotbalistů Zlína zůstávají i po deseti zápasech bez vítězství ve svých funkcích. Rozhodlo o tom věrejší mimořádné zasedání vedení klubu. **ČTK**

Číslo dne

88

Ve věku 88 let včera zemřel po nemoci někdejší útočník a pak i obránce Augustin Bubník, mistr světa z roku 1949 a člen Sině slávy českého hokeje.

INZERCE

MISCH MASCH
MUSIC CLUB & LOUNGE

STŘEDA 19.4.2017 WILD WEDNESDAY MIO VANILLA BAILEYS 29,- FINLANDIA 1L 1390,-	ČTVRTEK 20.4.2017 OLD TIME DISCO HOVORKA FRYC / POČTA FORMÁNEK SVÁTEK A DALŠÍ	PÁTEK 21.4.2017 CIRCUS NIGHT BIG JAY BEEKER ROVERTO	SOBOTA 22.4.2017 CIRCUS NIGHT HRUŠHA VANILLA WOLKREN SPECIÁLNÍ VÝZDOBA PODNIKU A TEMATICKÝ OBLEČENÍ PERSONÁL
---	--	---	--

VELETRŽNÍ 61, PRAHA 7 // WWW.MISCHMASCH.CZ



Kometa je krok od titulu

Hokejisté Brna vyhráli ve třetím finále extraligy nad mistrovským Libercem 3:0, v sérii vedou stejným poměrem na zápasy a jediný úspěch je dělí od titulu. Útok na první zlato po 51 letech mohou dovršit už dnes. Kometa rozhodla trefami obránce Jozefa Kováčka a útočníka Marka Kvapila v rozmezí 32 vteřin ve 13. minutě. V 59. minutě při power play pojistil vítězství Martin Zaťovič. **ČTK**

INZERCE

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

Práce - nabídka

• Za noční/denní doplňování zboží nabízíme až 109 Kč/h, zálohy druhý den. Praha a okolí. Volejte 222534534 www.credittech.cz

• Za práci ve skladu nabízíme až 125 Kč/h. nebo 140 Kč/h s VZV. Směny dle vašich potřeb. Možnost záloh. Volejte 222534534 www.credittech.cz

• Máte zájem si přivydělat? Nabízíme až 109 Kč/h za práci v úseku pečiva a pultového prodeje. Zálohy druhý den. Volejte 222534534 www.credittech.cz

• BRIGÁDY - zálohy až 50% vyplácíme druhý den. Pokladní, pultový prodej, práce ve skladu, administrativní. Volejte 222534534 www.credittech.cz

• VÍKENDOVÁ BRIGÁDA - práce na pokladně - prodejny po celé Praze, školení zajištěno, zálohy druhý den. Volejte: 222534534 www.credittech.cz

• Etiketování - 105 Kč/hod. Možnost záloh, dlouhodobá spolupráce, trisměnný provoz. Pro více informací volejte 222534534 www.credittech.cz

Byty - poptávka

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

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

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

Koupím jakýkoliv byt v Praze jako investici pro děti.

Právní vady exekuce nejsou překážkou. Záloha a platba ihned. V bytě můžete dále bydlet. RK nevolat. **721 256 822**

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

Zavolejte, rád vám poradím: 777 060 126

- Expresní výkup nemovitostí
 - Vyplátím dlužné nájmy, exekuce, zástavy
 - Půjčím na privatizaci včetně realizace
 - Zjistím náhradní byty
- Volejte: 776 36 36 36**

VOSYKA
20 let zkušeností, osobní přístup

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

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

Finance - nabídka

• Půjčky! Oddlužíme Vaši nemovitost! Vyplatíme Vaše dluhy, exekuce, zástavy! Nízká měsíční splátka až na 15 let! Vše vyřídíme do 48 hodin! Tel 737352730

Nemovitosti - poptávka

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

Koupím ihned rod. dům, chalupu, byt v Praze a okolí.

Na stavu nem. nezáleží. Platba v hotovosti. Právní vady, dluhy a exekuce nevadí. RK nevolat. **728 384 509**

Pronájmy - nabídka

• Městská část Praha 7 bude otvírat novou budovu polikliniky na třídě Milady Horákové. Hledáme provozovatele odběrového pracoviště. Zájemci o přihlášení do soutěže na pronájem na dobu určitou 7 let získají více informací na tel.: 220144232 nebo na www.praha7.cz

Starožitnosti

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

• Sběratel koupí staré perské koberce, obrazy a starožitný nábytek, porcelán, sklo a staré pohledy. Tel.: 602218721

• Koupím velkou knižnici pozůstatost. Knihy, příp. i starožitný a retro nábytek vhodný do styl. čítárny-knihovny, křesla, stůl, lampu, aj. T: 603478873

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.

• Melostav s. r. o. nabízí renovace parket. Broušení a lakování 150 - 450 Kč/m². Malování pokojů a další. 775600886, oleksandr88@seznam.cz

vertikální žaluzie, sleva 30%
ŽALUZIE, ROLETY
SÍŤE PROTI HMYZU
staré žaluzie na protičučet
sleva 15%
261 26 38 47
261 26 04 16
777 03 80 01
www.gato.cz
z ceny zakázky na plastová a eurookna
sleva 50%
261 26 38 47
261 26 04 16
777 03 80 01
www.gato.cz
z ceny zakázky na plastová a eurookna

Zdraví - nabídka

• Alternativní medicína.cz, Zapper-centrum.cz - Praha 6, Svatovítská 18, tel. 606909540. Pomáháme na cestě ke zdraví. Revoluční v-lečení-nemoci.cz

Byty - nabídka

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

Intimní



• **KOZÍČKY! Velké, obří... chceš pár snímeků?** Písní SMS ve tvaru 19SET a text na 909 15 50

• Můj vlhký klín čeká na tebe! Martina 6. Brnkni na 909 90 99 25 nebo mi napiš SMS na 909 15 40 s kódem 25AHN a tvůj text!

• Finančně zajištěná Blanka (58)! Chci ještě jednoho vášnivého milence! Bohatě se ti odměním! T: 909 801 801 kód BPT88



• Jsem stále hodně zaměstnaná a zaneprázdněná, ale čas utíká a já chci zažít noci plné divokého sexu! Vlasta 53. Zavolej mi na 909 80 50 40 nebo mi napiš SMS na 909 15 45 s kódem 92ZPA a tvůj text!

FRANTIŠKOLÁZEŇSKÁ LÉČEBNÁ KÚRA **BONUS** SE SLEVOU AŽ 40 % A BONUSOVÝMI SLUŽBAMI NAVÍC!

POUZE PRO KLIENTY ČESKÝCH PARTNERSKÝCH POJIŠŤOVEN



14 DENNÍ LÉČEBNÝ POBYT ZAHRNUJE:

- garantovanou kvalitu Františkolázeňské léčebné kúry
- 18 léčebných procedur týdně předepsaných lékařem dle aktuálního zdravotního stavu
- vstupní a výstupní lékařské vyšetření
- ubytování ve vybraném lázeňském hotelu
- plnou penzi (snídaně, oběd a večeře)

BONUSOVÉ SLUŽBY NAVÍC!



nebo



nebo



NEOMEZENÝ VSTUP DO AQUAFORA

po dobu lázeňského pobytu¹⁾

VLAKEM I. TŘÍDOU

tam i zpět za 299 Kč²⁾

14x NÁPOJ

k obědu či k večeři³⁾

¹⁾ Aquaforum - největší a nejkrásnější akvapark českých lázní. ²⁾ Vlaková jízdenka je platná odkudkoliv z České republiky až do Františkových Lázní a je platná na jakýkoliv vlakový spoj Českých drah včetně Pendolina, na které je nutné si zakoupit místenku. Poukázku na přepravu je možné si objednat pouze u společnosti Lázně Františkovy Lázně a.s. v rámci pobytu Bonus, jízdenka vám bude zaslána po zaplacení zálohy (800 Kč). ³⁾ Vybírat si můžete z nealkoholických nápojů, vína či piva.

LÁZEŇSKÝ HOTEL	BĚŽNÁ CENA	CENA SE SLEVOU*	NÁSTUPNÍ TERMÍNY (vždy neděle)
2* lázeňský hotel bez příslušenství - Otava **	až 20 020 Kč	14 490 Kč	28.05. - 11.06.2017
2* lázeňský hotel Jesenius ** (pokoje s WC)	až 20 720 Kč	14 990 Kč	11.06. - 25.06.2017
2* lázeňské hotely s příslušenstvím - Royal ***, Radbuza **, Jesenius **	až 29 400 Kč	16 990 Kč	25.06. - 09.07.2017
3* lázeňské hotely - Dr. Adler ***, Goethe ***, Metropol ***, Luisa ***, Otava ** (s příslušenstvím)	až 31 780 Kč	19 990 Kč	09.07. - 23.07.2017
lázeňské hotely - Savoy ****, Belvedere ***	až 33 740 Kč	23 490 Kč	23.07. - 06.08.2017
lázeňský hotel Pawlik **** - budova B	až 40 040 Kč	26 490 Kč	06.08. - 20.08.2017
lázeňský hotel Pawlik **** - budova A	až 40 740 Kč	27 490 Kč	20.08. - 03.09.2017
Doplatek za jednolůžkový pokoj na celý pobyt		2 100 Kč	

*Uvedená cena se vztahuje na osobu ve dvoulůžkovém pokoji bez rozdílu kategorie vyjma kategorií Superior a Apartmá, které je možné rezervovat za příplatek. V ceně je započítána sleva pro klienty partnerských zdravotních pojišťoven (VZP, OZP, ČPZP, ZPŠ, ZPMV, RBP, VOZP), při příjezdu na pobyt je potřeba předložit kartu zdravotní pojišťovny. Pobyt začíná v den příjezdu obědem a končí snídaní v den odjezdu. Lázeňský poplatek 15 Kč na osobu a den není zahrnut v ceně pobytu. Kapacita omezena, změny vyhrazeny.

Nástupní termíny platí pro všechny uvedené lázeňské hotely. Změna termínu na poptávku.



INFORMACE A REZERVACE

Tel.: 359 604 504

info@frantiskovylazne.cz

www.frantiskovylazne.cz

Při rezervaci uveďte prosím kód: METRO

