

# MUZIKÁL AŽ ŽIJÍ DUCHOVÉ! OŽIJE NA DIVADLE

JAKO LEONTÝNKA SE V PREMIÉŘE PŘEDSTAVÍ HANA HOLIŠOVÁ STRANA 7



# metro

Čtvrtek, 21. dubna 2016

Č. 77, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)  
Svátek slaví: Alexandra

Min. 12°  
Max. 16°

Největší deník v ČR

# Kontrolní hlášení je oříšek, hrozí sankce

**Půl milionu plátců DPH.** Ti měsíční podávají hlášení potřetí, poprvé ho teď podává i 250 tisíc těch, co platí jednou za čtvrt roku. **Pokuty.** Hrozí za nedodržení povinností, úředníci jsou prý ale zatím shovívaví STRANA 4



## Olympijský oheň pro Rio dnes zažehnou krásné „kněžky“

V řecké Olympii bude dnes oficiálně zapálen olympijský oheň pro letní olympiádu v Rio de Janeiru. Včerejší zkoušky (na snímku) se zúčastnilo přes 2500 lidí. Po několikadenní cestě po Řecku bude pochodeň 27. dubna v Aténách předána organizátorům. Poslední člen štafety zapálí oheň na stadionu Maracanã 5. srpna. Olympijské hry v Rio potrvají do 21. srpna. Oheň zapaluje pomocí slunečních paprsků jedenáct Řekyň, kněžky byly nahrazeny herečkami. AP - THANASSIS STAVRAKIS

## Pohotovost na sportovištích

Sportovní akce jsou nyní více střežené. Platí to jak o fotbalovém mistrovství Evropy ve Francii, tak i o tenisovém turnaji ve Stromovce. STRANA 11

## Kvůli oleji hoří pralesy

Ekologové tlačí na firmy, aby daly stopku stále rozšířenějšímu palmovému oleji. Kvůli plantážím totiž mizí prales. STRANA 6

## Nový ranger přebrodí řeku

Nejprodávanější pick-up Ford Ranger dostal nové motory a prošel faceliftem. Jak se s ním jezdí? STRANA 10

INZERCE



# Autorům ulehčují také placení složenek

**V kolektivních správcích autorových děl máme stále zmatek.**

OSA, INTERGRAM, DILIA či OAZA. Za těmito zkratkami jmény, se skrývají kolektivní správci autorských práv. Tedy ti, kteří zastupují miliony tuzemských autorů, často na základě oprávnění uděleného ministerstvem kultury. Ačkoliv většina z nich působí v tuzemsku již desítky let, stále o nich veřejnost nemá příliš velké povědomí.

„Popsat činnost naší organizace nelze na ploše půlstrany, ale spíš na dvaceti stránkách,“ řekl deníku Metro Jiří Srstka, ředitel agentury DILIA, která se zabývá zastupováním autorů divadelních her, choreografie či dabingo-

vých režisérů. Ačkoliv fungování kolektivních správců umí podrobně popsat jen málokdo, podle předsedy představenstva Ochranného svazu autorského (OSA) Davida Strejčka se situace postupně zlepšuje. „Problém je v komoditě, se kterou obchodujeme,“ říká Strejček, podle kterého mají Češi stále problém pochopit podstatu duševního vlastnictví. „Nesmíme zapomenout, že v naší zemi dlouhá léta docházelo k pošlapávání autorských práv,“ dodává Strejček.

Kolektivní správa u nás, stejně jako ve světě, vznikla z prostého důvodu. Usnadnit uživateli uměleckých děl užívat díla za účelem zisku. „Je jen těžko myslitelné, aby si každý provozovatel uzavřel licenční smlouvy a vyplácel odměnu každému jednomu tvůrci, interpretovi nebo producentovi za možnost užívat každého jednotlivého

## V současnosti v Česku působí šest kolektivních správců

**O práva se nebojí ani zvukari.**

• **DILIA** – zastupuje autory děl literárních, dramatických, hudebně dramatických, choreografických a pantomimických, dále autory scénické hudby zvláště vytvořené pro užití v díle dramatickém, choreografickém a pantomimickém a dále dabingové režiséry.

• **OSA** – zastupuje hudební skladatele a textaře.

• **OOA-S** – zastupuje autory výtvarných děl, děl architektonických včetně děl urbanistických a výtvarné autory obrazo-

vé složky audiovizuálních děl, tedy kameramany, architektky, scénografy a ostatní výtvarníky audiovizuálních děl.

• **INTERGRAM** – zastupuje výkonné umělce, tedy hudebníky, zpěváky, tanečníky a výrobce zvukových a zvukové obrazových záznamů.

• **GESTOR** – zastupuje autory při opětovném prodeji originálu jejich výtvarného a uměleckého díla, zejména obrazů, kreseb, rytin, šperků či keramiky.

• **OAZA** – zastupuje zvukáře, tedy mistry zvuku.

díla,“ objasňuje problematiku kolektivní správy ředitel společnosti INTERGRAM Jan Simon. Kritizovanou funkci těchto organizací bývá často také nutnost se u nich evidovat. Běžná zákonná praxe je totiž v mnoha případech jed-

noduchá. Pokud se o své peníze nepřihlásíte, dostane je někdo jiný. „Pokud se autor díla nepřihlásí, OSA jeho honorář rozdělí mezi ostatní skladby, které byly odvysílány,“ dodává předseda představenstva OSA Strejček. **FILIP JAROŠEVSKÝ**



## Na Radosti

Zpěvačka Aneta Langerová pokračuje v turné ke svému albu Na Radosti. Dnes večer zahraje se svou kapelou a smyčcovým triem v Divadle F. Šrámka v Písku. **MAFRA**

INZERCE

25 DUBEN ŽENY NAD 170CM / VĚK 13-22 LET  
LIBEREC • 15 HOD MUŽI NAD 182CM / VĚK 15-23 LET  
OC FORUM MODERUJE ZUZANA STRÁSKÁ

Schwarzkopf  
Profesionální péče o Vaše vlasy.

Rowenta elite  
MODEL LOOK

FEMINITY

ARTDECO

FORUM  
LIBEREC

EVROPA 2

E.L.L.E.

JCDecaux

MAFRA

## Česká spořitelna. Jako první zpoplatní porno či hazard

Česká spořitelna připravuje od července zdražení některých poplatků. Například papírový výpis zasláný poštou bude nově stát 30 korun. Zcela novou položkou v ceníku bude poplatek za platbu kartou u obchodníků provozujících hazardní hry, sázení a loterii či na pornografických stránkách. Banka si za každou takovou transakci strhne 20 korun. „Tyto transakce jsou

totiž obecně rizikovější, protože těmto obchodníkům často chybí zabezpečení. Poplatek funguje i jako upozornění, na jakých stránkách klient platí,“ říká mluvčí banky Kristýna Havligerová. V Česku se jedná o novinku, ve světě však ne. Před časem totiž zavedla také Slovenská spořitelna, která patří do skupiny Erste stejně jako Česká spořitelna. **IDNES.cz**



## Bratislava: další z cílů RegioJetu?

Expanze soukromého železničního dopravce RegioJet pokračuje. Podle informací slovenského serveru SME.sk si firma zažádala o kapacitu pro jeden pár vlaků denně mezi Prahou a Bratislavou. Až do zveřejnění návrhu jízdního řádu v červnu to ale nechce komentovat ani SŽDC, správce kolejí v Česku, ani samotný dopravce, který bude podle svých slov změny představovat postupně. **MAFRA**

# Kosmetika? Ne, na jeřáb

**Devětadvacetiletá Markéta chodí, spíš leze, do práce nad paneláky.**

Pracuje ve výšce dvanáctipatrového domu. Do své „kanceláře“ ve výšce čtyřiceti metrů leze po žebříku. Markéta Skořepová má na ženu netradiční zaměstnání – je jeřábníci.

Vypadá jako počítačová hra. Sedí v křesle, má dva joysticky a další tlačítka, jenže pod sebou má stavební dělníky, kteří čekají na její přesnost. Vystudovaná kosmetička pracovala v továrně, ale to nebyla zrovna práce, která by jí vyhovovala.

„Švagr byl tehdy jeřábník a přemlouval mě. Zpočátku se mu to nevedlo, ale nakonec jsem si řekla, že to musím zkusit. Třeba už jen to, jestli vůbec dokážu na jeřáb

vylézt,“ vzpomíná na svůj začátek.

Zkoušky na jeřábníka udělala a teď téměř denně leze na železné kolosy, nyní v pražských Modřanech. Stupínky na žebříku ale ještě nikdy nepočítala. Určitě jich je dost, a proto se jí někdy ani dolů nechce. „Když je zima, jsem líná dolů lézt,“ říká. V létě nahoře bývá peklo. „Když byla loni ta velká horka, tak mě z jeřábu sundávali. Byla jsem dehydrovaná

## MŮJ JOB

a už jsem to nezvládala,“ vypráví o tom, jak jí museli chlapi slaňovat dolů. Stavby, na kterých Markéta pracovala, už ani nepočítá. „Práce je to úžasná, baví mě. Hlavně když vidím, že po mně něco zbuduje,“ usmívá se.

Práce má ale i svá úskalí. Jeřábník musí být na stavbě



Markéta Skořepová je na staveništi nejvyšší. 2x METRO a ARCHIV M.S.



mezi prvními a mezi posledními odchází. Volna moc není. „Ze země to vypadá jednoduše, na laně ale visí materiál, třeba se rozhoupe, ale vy jim ho musíte podat tak, aby ho krásně dostali,“ přibližuje svou práci. Někdy se stane, že jeřábů na stavbě doslova tančí více. Na takových

stavbách jsou koordinátoři jeřábů, kteří jednotlivé jeřábníky přesně dirigují.

„Jediné, z čeho mám strach, jsou bouřky. Kabina je sice bezpečně izolovaná, ale přece jen, když přijde rychlá letní průtrž, není nahoře zrovna nejlépe,“ dodává Skořepová. JOSEF ŠKVR

## Zprávy krátce

### Úřad odmítl zveřejnit platy

Ústecký magistrát odmítl zveřejnit výši odměn pro konkrétní vedoucí úředníky. O informaci jej požádal aktivista Lukáš Blažej, ale magistrát mu s odvoláním na ochranu osobních údajů poslal jen seznam částek bez jmen. Aktivistovi šlo přitom právě o zjištění, jak vysokou odměnu dostali konkrétní vedoucí odboru. Odvolal se proto ke krajskému úřadu, jenž mu vyhověl. Magistrát musí nyní informace poskytnout.

### Miliony pro lékaře

Přes 30 milionů korun uvolní Královéhradecký kraj na zajištění co nejlepší lékařské péče. Region se v posledních letech potýká s úbytkem lékařů různých oborů. Peníze půjdou na vyšší platy zdravotnického personálu v nemocnicích i na motivování budoucích lékařů. IDNES.cz

INZERCE

# Zlevnili jsme nejžádanější vozy!

**Akce měsíce**

Slevy až **100 000 Kč**

Vybírejte až z **8000** kvalitních vozů!

900 vozů Škoda Fabia

**Akční cena 79 999 Kč**

Běžná cena 112 999 Kč

Měsíčně od: 410 Kč

ŠKODA FABIA, 2010, 1.2i, 44 kW, nové v ČR, servisní knížka, klimatizace, ABS, centrální el. okna, el. zrcátka, palubní počítač, zamykání řadič páky a více.

200 vozů VW Golf

**Akční cena 124 999 Kč**

Běžná cena 149 999 Kč

Měsíčně od: 544 Kč

VW GOLF, 2009, 1.4i 16V, 59 kW, nové v ČR, 1. majitel, servisní knížka, klimatizace, tempomat, automatické denní svícení, ABS, ASR, ESP, el. okna, el. zrcátka, palubní počítač a více.

150 vozů Opel Astra

**Akční cena 179 999 Kč**

Běžná cena 229 999 Kč

Měsíčně od: 730 Kč

OPEL ASTRA COMBI, 2013, 1.7 CDTI, 81 kW, diesel, nové v ČR, servisní knížka, automatická klimatizace, tempomat, parkovací asistent, multifunkční volant, asistent rozjezdu do kopce a více.

Vyberte si vůz s výhodným financováním a nepřeplatíte ani korunu!

**Auto na splátky bez navýšení!**

## AAA AUTO

Volejte zdarma denně 8–21 hod.

**800 110 800**

www.aaaauto.cz

Akční cena platí při financování u vybraných produktů našich partnerů. Reprezentační příklad: Cena vozu 250 000 Kč. Akontace (podíl zákazníka na pořizovací ceně) 30%, tj. 75 000 Kč. Doba trvání úvěru 60 měsíců. RPSN 8,27%. Měsíční splátka 3 546 Kč. Celková výše spotřebitelského úvěru: 175 000 Kč (pořizovací cena minus podíl zákazníka na pořizovací ceně). Celková částka splatná spotřebitelem 212 760 Kč (splátka a počet splátek). Úroková sazba 7,97%. Podmínkou získání úvěru není sjednání pojištění. U výpočtu financování může být použit produkt poslední navýšenou splátkou až 35% ceny vozu. Vyšší hodnota RPSN mohou být důsledkem využití marketingových akcí dle výběru zákazníka, jak například sleva z ceny vozidla, výplata hotovosti a další akční benefity, kterými může zákazník čerpat dle vlastního výběru. Podmínky spotřebitelského úvěru se mohou u konkrétních vozů lišit. Akci koupě vozu na úvěr bez navýšení mohou využít všichni zákazníci, kteří pro koupi vozu využijí možnosti financování s našimi vybranými partnery s akontací od 50% a fixní dobou splátek 12 měsíců. Akce se vztahuje na vozy v kategorii http://www.aaaauto.cz/bez-navysemi/. Akci není možné kombinovat s jinými současně běžícími akcemi a slevami a není jí možné nárokovat zpětně. Akci je možné využít ve všech pobočkách autoportal AAA Auto International a.s. od 1. 3. 2016 až do odvolání. Reprezentační příklad: Cena auta před slevou: 200 000 Kč. Speciální sleva z ceny vozu v akci, úvěr bez navýšení: 57 200 Kč. Akontace: 100 000 Kč. Doba trvání úvěru: 12 měsíců. Měsíční splátka: 3 546 Kč. Celková výše spotřebitelského úvěru: 94 280 Kč. Celková částka splatná spotřebitelem: 99 996 Kč. Úroková sazba: 10,99%. RPSN: 11,63%. Konečná (celková) částka zaplacená zákazníkem za vůz na úvěr: 199 996 Kč. Podmínkou získání úvěru není sjednání pojištění. Společnost AAA Auto International a.s. vykonává zprostředkovatelskou činnost pro více větví. Nejedná se o závaznou nabídku ve smyslu § 1732 Občanského zákoníku.



## Sklepáci baví 45 let. I v novém dokumentu

„Měli jsme nulové ambice, chtěli jsme se bavit a chtěli jsme, aby ta radost přešla i na někoho dalšího,“ říká jeden ze zakladatelů Divadla Sklep architekt David Vávra k 45 letům působení souboru. Jejich hry na hranici trapnosti a jemné prudy ukazuje nový dokument Tajemství divadla Sklep aneb Manuál na záchranu světa. Film bude v kinech od 5. května. Na fotografii jsou zleva sklepáci Václav Marhoul, Markéta Tannerová, režisérka nového dokumentu Olga Dabrowská, František Fáňa Váša, Jiří Fero Burda, David Vávra a Milan Šteindler. ČTK

## Korupce. Ochrana lidí, kteří ji odvážně nahlásí

V Česku by v budoucnu mohl platit zákaz postihů zaměstnanců státu i firem, kteří díky své práci, postavení a interním informacím oznámí podezření na korupci. S ochranou takzvaných whistleblowerů počítá návrh, který připravil ministr pro lidská práva Jiří Dienstbier. Návrh paragrafů, které by měly podle plánu platit od roku 2018, by měl kabinet dostat do konce září. Podle materiálu by bylo potřeba „zranitelnou pozici“ oznamovatelů zlepšit, přispělo by to k potírání korupce-

ních praktik či ohrožení zdraví. Podle dřívějšího vyjádření Transparency International někteří Češi pohlížejí na oznamovatele jako na udavače, těm whistlebloweri ale nejsou. Podle průzkumu by 49 procent lidí od nahlášení korupce odradila právě obava z odvetných opatření. ČTK

**NOVĚ  
LOSUJEME  
2X DENNĚ**

# Hlášení musí odevzdat půl milionu plátců DPH

**Do pondělí musejí poslat lejstra. Pro některé je povinnost novinkou a mají z ní hrůzu.**

Zatímco někteří plátcí daně z přidané hodnoty odevzdávají tento měsíc kontrolní hlášení již potřetí, najdou se desítky tisíc těch, kteří martyriem kolem papírování absolvují poprvé. Do 25. dubna musejí toto lejstro odevzdat poprvé čtvrtletní plátcí. Finanční správa se tak musí připravit na půl milionu hlášení.

Podnikatelé i řada firem, kteří tyto dokumenty vyplňují poprvé, mají nové povinnosti v těchto dnech plnou hlavu. Ve vzduchu také navíc visí hrozba přísných sankcí za nedodržení některých povinností. Úředníci jsou však zatím shovívaví a některé pokuty neodělují (viz box).

Přesto je však třeba si dát při vyplňování dobrý pozor. Hlášení je novinkou letošního roku, a formulář je tak pro některé oříšek. Což dokazuje i to, že když se v únoru podávala hlášení poprvé, plátcí v nich chybovali. „Ve formuláři je třeba vyplnit buď ID datové schránky, nebo e-mail. Právě nevyplnění identifikace datové schránky nebo e-mailu v úvodní části formuláře patří mezi nejčas-

tější chyby,“ říká Blanka Štarmánová, daňová poradkyně společnosti TaxVision.

Chyby se však dělaly i jinde. „V podáních také často chybělo nebo bylo špatně vyplněno nebo bylo špatně vyplněno DIČ odběratele nebo dodavatele. V několika formulářích bylo také špatně vyplněné číslo finančního úřadu,“ říká Štarmánová.

Ti, kteří si nevěří nebo na formulář nemají čas, zadávají ho daňovým poradcům nebo účetním firmám. Těm se ale nové povinnosti vůbec nelíbí. Podle průzkumu Komory certifikovaných účetních pouze jedenáct procent účetních hodnotí kontrolní hlášení pozitivně. Zbytek z nich považuje hlášení za zbytečnou časovou zátěž, která se navíc promítne do zdražení jejich služeb.

První kontrolní hlášení podnikatelé odevzdávali k 25. únoru. Z 288 tisíc podnikatelů ho poslalo kolem 245 tisíc. U zhruba 45 tisíc podnikatelů, kteří v daném termínu hlášení nepodalí, zkoumá nyní Finanční správa důvody, proč k odevzdání formuláře nedošlo.

Podle ministerstva financí je pravděpodobné, že mezi plátcí, kteří kontrolní hlášení nepodalí, se skrývají i takzvaní bílí koně nebo jiné problémové subjekty.



**MAREK HYR**  
marek.hyr@metro.cz

### Funguje

# 3,8

O tolik miliard korun vzrostl za první čtvrtletí výběr DPH. Generální finanční ředitelství za tím vidí úspěch především kontrolních hlášení. Podle šéfa finančního ředitelství Martina Janečka je zvýšený výběr daně z přidané hodnoty zásluhou zavedených opatření proti daňovým únikům, zejména pak zmíněných kontrol. Celkově se na daní z přidané hodnoty za první čtvrtletí vybralo 72 miliard korun.

### Kdy se DPH platí?

Zdaňovacím obdobím je buď měsíc, nebo čtvrtletí.

- Při obratu do dvou milionů korun plátcí podávají příznání za čtvrtletí.
- Pokud je obrat vyšší než 10 milionů korun, pak je povinné měsíční příznání.
- S obratem mezi dvěma a deseti miliony si plátcé může vybrat, zda chce podávat čtvrtletní, nebo měsíční daňové příznání. Obrat se počítá za kalendářní rok.

### Nejmenší pokuty zatím nebudou. Ty velké ano

Přísné pokuty by se měly zmírnit. Nejdříve ale v polovině letošního roku.

- Sankcí za špatně nebo pozdě podané kontrolní hlášení je řada a maximální výše, které může pokuta dosáhnout, je dokonce půl milionu korun.
- Ministerstvo financí už na přelomu roku uznalo, že sankce jsou příliš přísné, a do 1. června připraví novelu, která by měla platit zhruba od poloviny letošního roku.
- Úředníci jsou k podnikatelům zatím benevolentní. Třeba nejvyšší pokuta **tisíc korun**, kterou mají zaplatit ti, kteří odevzdají kontrolní hlášení pozdě bez výzvy úřadu, nebudou

úředníci udělovat do doby, než dojde k úpravě zákona.

- Některé pokuty ale zůstaly. Například sankci **10 tisíc** korun musí plátcé zaplatit, pokud kontrolní hlášení podá v náhradní lhůtě poté, co jej vyzval finanční úřad.
- Pokuta **30 tisíc** korun vznikne, pokud plátcé DPH nepoda hlášení ani na základě výzvy finančního úřadu ke změně či doplnění údajů.
- Pokuta **50 tisíc** korun vznikne, pokud firma kontrolní hlášení nepoda ani v náhradní lhůtě.
- **Půlmilionová pokuta** hrozí tomu, kdo závažně ztěžuje nebo maří správu daní nepodáním kontrolního hlášení.

POŠLETE SVÉ KA  
V POLEDN



### Krátce

## Volby do krajů v půlce října

Krajské a senátní volby se budou konat 14. a 15. října 2016, oznámil prezident Miloš Zeman. Druhé kolo voleb do Senátu proběhne o týden později. Členové horní komory parlamentu se budou volit ve 27 obvodech. Prezident to uvedl včera v Jincích na závěr návštěvy Středočeského kraje. IDNES.cz

## Vlajka Tibetu. Cizinec nechce z Česka odejít

Cizinci, který údajně ukradl při návštěvě čínského prezidenta tibetskou vlajku, uložil soud vyhoštění z Česka na dobu pěti let. Muž s rozhodnutím nesouhlasí a podal odpor. Soud se tak bude muset jeho případem zabývat znovu. Policisté cizince zadrželi 28. března při potyčce příznivců a odpůrců čínského prezidenta v Praze. **ČTK**

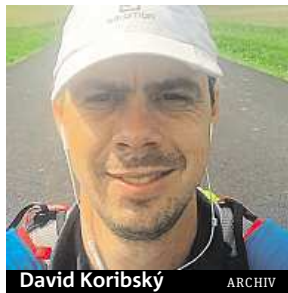
INZERCE

# Češi běželi v pekle



Petr Vabroušek

MAFRA



David Koribský

ARCHIV

Šest závodníků původem z Česka a Slovenska absolvovalo nejtěžší pouštní závod Marathon des Sables v Maroku. Závodní etapy měřily 34, 41,3, 37,5, 84,3 a 42,2 kilometru. Deník Metro položil dvěma z nich – triatlonistovi Petru Vabrouškovi ze Zlína a Davidu Koribskému z Olomouce – při cestě z ruzyňského letiště pár otázek.

### Co vás při závodu nejvíc překvapilo?

**Vabroušek:** Obtížnost písečných úseků jak v dunách, tak i těch na rovině. Problém je, že pokud člověk nemá váhu do 65 kilogramů, tak se písečné úseky nedají pořádně přeběhnout. Dokud jsme běželi po pevném podkladu, kamenitěm, skalnatěm nebo vrstva písku byla taková, že se od ní dalo odrazit, neměl jsem problém běžet se závodníky z první desítky. V okamžiku, když jsme naběhli do hlubokého písku, jsem se začal se svou vahou propadat takovým způsobem, že jsem měl problémy s chůzí tam, kde oni běželi. Jakýkoliv písečný úsek mě doslova zastavil. Tušil jsem, že s vlastní vahou 80 kilogramů a batohem 11 kilogramů bude problém. Další je obrovská dehydratace. Zatímco těm padesátikilovým klukům voda, která se tam přiděluje, i při tom rychlém běhu stačí a ještě jim zbude něco na polití, tak mně kolikrát vyšla jen tak tak, že jsem se dostal na další kontrolní bod. Byl jsem strašně dehydrovaný a začalo se to kumulovat. Do volného dne (to měli ti závodníci, kteří dvou denní etapu dokázali zvládnout za jeden den) i do té poslední etapy jsem se probudil celý opuchlý. Poslední etapa byl očištěc. Od prvního kroku jsem věděl, že hydratace nestačí. Protrápil jsem se na 67. místě a bohužel jsem vpadl z první dvacítky.

**Koribský:** Pro mě zásadní problém bylo horko. Ne úplně dobře zvládám vysoké teploty. Určitě horko bylo největ-

ším problémem, zvláště přes poledne, kdy bylo nejtepleji. Překvapila mě první etapa, která byla svou obtížností jednou z nejnáročnějších v historii závodu (13 kilometrů vysokých písečných dun v Erg Chebbi). Vedla v obrovských dunách a ve zbytku hrozným množstvím písku. Po prvním úseku na první kontrole jsem si naprosto vyčerpaný musel asi na pět minut lehnout, zavřít oči a odpočívat. Říkal, jsem si, že mám za sebou jen 15 kilometrů z celkových 257. Takže jsem se hrozil toho, co bude dál. První etapa byla nejtěžší, navíc jsme běželi s plným batohem.

### Co naopak bylo překvapivé spíše příjemně?

**Vabroušek:** Bylo to tak, jak jsem očekával. Závod se mi samozřejmě líbil, splnil to, co jsem očekával – podívat se na Saharu, vyzkoušet si etapový závod, zkusit si něco nového. Tohle všechno se splnilo vrchovatě. Jen jsem popravdě řečeno nevěděl, do čeho jdu. Boty jsem bohužel měl s hrubým vzorkem na bahno a na kameny a všichni ostatní top běžci měli oproti mně tak třetinový batoh.

**Koribský:** Příjemně mě překvapila organizace, na takovou spoustu lidí to štáb organizátorů má zmačknuté díky zkušenostem z minulých ročníků. Příjemně překvapila přátelská atmosféra mezi závodníky, všichni se navzájem podporovali, hecovali se jak v průběhu závodu, tak i v tábore. Bylo to velice příjemné. Kromě toho mě potěšilo, jak jsem dokázal z velkého kufříku o objemu 70 litrů naplnit asi 20litrový závodní batoh. Velice příjemně bylo i to, že nás bylo jenom pět: já, Petr Vabroušek, Daniel Palko (Slovensko), Lída Ford (Česka žijící v Londýně), Jozef Podolec (Slovák žijící v Ženevě). Na to, že jsme žili na ploše osmkrát tři metry, jsme neměli ani žádnou ponorku. Ve stanu vládla totální pohoda. **JOSEF ŠKVR**

## Dieta. Jak správně jíst a dobře hubnout?

Nevíte, jaký typ diety pro hubnutí zvolit? Má detoxikace nějaký význam? Měl bych si pro stanovení správně redukční diety nechat zpracovat analýzu genů? Je třeba se vyhýbat palmovému oleji? Dnešní doba nabízí nespočet protichůdných doporučení, jak se co nejlépe a nejzdravěji stravovat. Proč jich je tolik a kde je pravda? Přijďte si pro odpověď na zajímavou konferenci, která má za cíl pomoci vám zorientovat se ve změní názorů. V neděli 24. dubna

pořádá STOB v pražském IKEM konferenci, která zve k jednomu stolu zastánce různých názorů na témata z oblasti výživy a potravin a chce ve vzájemné diskusi poskytnout argumenty pro i proti.

Na programu bude řada populárních témat, jako je aspartam, geny a redukce váhy, detoxikace a palmový olej. Konference je určena nejen odborníkům, ale všem, kteří se zajímají o výživu. Více na [www.stob.cz](http://www.stob.cz) nebo na tel. 776 871 322. **MET**

### Zprávy krátce

#### Úspěch: narodil se první pratur

V přírodní rezervaci Milovic se včera narodilo první mládě pratura. Pratury byli v přírodě vyhubeni v 17. století a vědci je zpět- ně šlechtí od roku 2008. V Milovicích mají zvířata druhé a třetí generace, proces zpětného šlechtění potvrdí přibližně padesát let. Stádo nově šlechtě-

ných praturů v Milovicích je první ve střední a východní Evropě. **ČTK**



ČKY PRO VÝHRU  
E A VEČER



## Nehoda letadla. Pilot nepřežil

Při letecké havárii u Strakonice se včera zřítilo letadlo typu Cessna 150. Podle policie byl na palubě pouze pilot, který nehodu nepřežil. Malé letadlo se zřítilo poblíž obce Chrástovice. Přesné příčiny havárie zatím nejsou známy. Na místě zasahovaly všechny složky integrovaného záchranného systému. Podle mluvčí jihočeských hasičů Venduly Matějů stroj skončil po zřícení zcela zdemolovaný. **ČTK**



## Film vyvolal ohlas i šok

Finále v Plzni uvedlo v české předpremiéře slovenský film Agáva, který vyvolal na Slovensku velké kontroverze. Milostný příběh nešťastné lásky je z poválečného období před nástupem komunistické diktatury. Režisér filmu Ondrej Šulaj řekl, že kritici jeho film na Slovensku rozcupovali, jako „kdyby to už nepatřilo do kinematografie“. Ve filmu hrají Milan Kňažko, Milan Lasica a mladá talentovaná herečka Katarína Šafaříková. **ČTK**

# „Vinu neseme všichni“

Ze všech stran na nás útočí zprávy o palmovém oleji. Vše odstartovaly loňské ničivé požáry v Indonésii, kdy se producentům palmového oleje vymklo rutinní vypalování lesů kvůli sázení nových palmů z rukou. Ekologové nyní tlačí na velké firmy, aby olej, který je součástí mnoha výrobků, z procesu výroby vyřadily. „Oblaka toxického kouře ale dusí celou jihovýchodní Asii každoročně,“ říká Kateřina Holubová, která vede v české pobočce Greenpeace pralesní kampaň. Jako biologka studuje pralesní ekosystémy a nedokáže zůstat nečinná, když pralesy dál hoří.

## Jak se dívka z Česka stane ochránkyní pralesů?

Pralesy mě vždycky velmi zajímaly a stejně tak i příroda obecně a její ochrana. Při studiu ekologie jsem se proto přidala k pralesní kampani Greenpeace a zároveň jsem dvakrát vyjela do Indonésie a okolních států.

## Někteří Češi se nyní kvůli pralesům vyhýbají palmovému oleji. Co je na něm tak špatného?

Palmový olej je nyní nejběžnější rostlinný olej na světě. Produkuje se v obrovském množství hlavně v Indonésii a Malajsii, což má velmi negativní dopady na životní prostředí i místní obyvatele. Plantáže palmy olejné, z jejichž plodů se palmový olej lisuje, byly ve více než polovině případů vysázeny tam, kde předtím stály deštné pralesy. Vykáčením stromů to

ale nekončí. S palmovým olejem souvisí i kvanta hnojiv, chemikálií, obrovská spotřeba vody, eroze, znečištění půdy a řek, vymírání rostlin a živočichů, vybití divokých zvířat – orangutanů či slonů, protože jsou považováni za škůdce na plantážích, či násilné zabírání půdy místními komunitám.

## Lidé si s palmovým olejem spojují hlavně požáry...

Ano, zapálení pralesa je totiž jeden ze způsobů, jak se mohou firmy dostat k další půdě, na níž by předtím neměly nárok. Pro účely budování dalších plantáží navíc dlouhodobě dochází k odvodňování a vysušování rašeliníšť. Takové poškozování půdy zvyšuje riziko a rozsah požárů, které jsou na vysušené rašelině prakticky neuhastitelné. Oblaka toxického kouře každoročně dusí celou jihovýchodní Asii.

## Kdo je za to zodpovědný?

Stále vzrůstající poptávku po palmovém oleji jakožto po nejlevnějším a nejdostupnějším z rostlinných olejů spoluvytváří každý z nás. Palmový olej je totiž obsažen ve více než polovině balených výrobků v supermarketech: od sladkostí, krekřů a dalších průmyslově zpracovávaných potravin, přes kosmetiku a drogerii, až po krmiva pro zvířata. Je i v jídlu v restauracích a v biopalivech. Palmolejné společnosti a farmáři nesou velký díl viny za každoroční požáry, z nichž největší se odehrály loni na podzim.



**Citát**

**Poptávku po palmovém oleji jakožto nejlevnější variantě oleje spoluvytváří každý z nás.**

KATEŘINA HOLUBOVÁ, BIOLOŽKA

## Děsivé hektary

# 31

Tolik milionů hektarů deštných pralesů zmizelo jenom v Indonésii za posledních pětadvacet let.

## České firmy

Stopku palmovému oleji daly i některé české firmy.

- Odklon nabral výrobce pražených oříšků Alike. Teď praží na slunečnicovém oleji. Litř je ale o 10 korun dražší.
- On-line shop s potravinami Rohlik.cz má filtr, který nakupec vyřadí produkty obsahující palmový olej.
- Upouští od něj i Bidvest. Zmizel tak ze zmrzlin Prima.



Místo vykáčených pralesů palmové plantáže

GREENPEACE

Situaci zhoršuje i indonéská vláda a administrativa – všudypřítomná korupce a špatné zákony zabraňují efektivní ochraně pralesů.

## Co na to Češi?

Podle průzkumu Českého rozhlasu se palmovému oleji nyní při nakupování vyhýbá každý třetí Čech. Ačkoliv se za poslední dva roky většina korporací, které jej k výrobě svých produktů využívají, i jeho samotní producenti zavázali k dodržování pravidel na ochranu pralesů a životního prostředí, pralesy v Indonésii mizí stále alarmující rychlostí. Organizace Greenpeace nedávno prověřila čtrnáct velkých společností, které přijaly politiku stále alarmující rychlosti. Ačkoliv mnohé z nich dělají pokroky, stále žádná nemůže stoprocentně zaručit, že se kvůli ní pralesy nekacejí.

## Jak olej nahradit?

Je nereálné palmový olej z globálního trhu vyloučit úplně. Je zkrátka všude a poptávka stále stoupá. Země z oblasti mírného pásma Evropy či Severní Ameriky však mohou svou poptávku snížit. Můžeme se snažit upřednostňovat evropské oleje – slunečnicový, řepkový či olivový. Důležité je také komunikovat s výrobcem a žádat je, aby palmový olej nepoužívali nebo dohlédli na to, aby jejich olej splňoval přísnou certifikaci a nevznikal na úkor pralesa. A také je potřeba přehodnotit současnou masivní podporu biopaliv, protože je nesmyslné, abychom dováželi palmový olej a pálili ho v automobilech.



PETR HOLEČEK  
petr.holecek@metro.cz

INZERCE

## Malý reproduktor s velkým zvukem pro party i na konci světa

Lyžáky, zásoba teplých ponožek, svetry, zimní bunda a reproduktor JBL Flip 3. Takhle vypadá cestovní seznam těch, co si chtějí v zimě užít dovolenou nejen na sjezdovkách. Pořádnu party s přáteli si můžete užít i večer na chatě.

Může být něco horšího, než poslouchat svoji oblíbenou písničku na starém „chrastítku“? Ale kdo by si bral na každou dovolenou celý audiosystém. Pro ty, kteří jsou neustále v pohybu, existuje jedno geniální řešení. Přenosný reproduktor totiž hudbu miluje a bude svého majitele provázet na každém kroku. A to doslova. Model JBL Flip 3 se neztratí na freestylové lyžovačce, dobrodružné dovolené pod stanem ani v létě u bazénu. Hudbu lze přehrávat pohodlně bezdrátově a s mobilním zařízením se připojí pomocí Bluetooth. Být se o něj rozhodně není potřeba. Nejenže je vyroben z odolných materiálů, ale odolá i vlhkosti či pocákání vodou. Zařízení, z něhož hudbu

přijímá, může zůstat pěkně v suchu a v bezpečí, a o zábavu se reproduktor postará sám. Bezdrátový reproduktor doslova mate tělem. V relativně malém těle se skrývá hudební titán s basy, jimiž může konkurovat i mnohem větším kolegům. A právě nekompromisní zvuk je to, co na něm všichni tolik milují. Exceluje i v hlasitosti – pro ozvučení jedné místnosti totiž bohatě postačí nastavit výkon zvuku na 60 %. Na jedno nabití vydrží navíc až 8 hodin hraní, takže snese i delší večírek.

A kde se dá takhle skvělá vychytávka koupit? Bluetooth bezdrátový reproduktor v atraktivních barvách lze zakoupit v síti prodejen DATART nebo na [www.datart.cz](http://www.datart.cz).



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

# Představení Nefňuka bude mít premiéru na Nové scéně

**Hra je o postiženém klukovi, který se nevzdal svých snů. Hrají i členové skupiny The Tap Tap z Jedličkova ústavu.**

Nefňuka je nová hra, která bude mít premiéru v neděli na Nové scéně Národního divadla v Praze. Příběh vypráví o klukovi s těžkým postižením, který je odvážný a chytrý a díky tomu překoná spoustu překážek a zažije velká dobrodružství. V představení hrají a zpívají členové kapely The Tap Tap z Jedličkova ústavu.

S námětem na hru, vycházející z knihy Jesus Betz francouzských autorů Freda Bernarda a Françoise Roca, přišel kapelník The Tap Tap Šimon Ornest. „O knížce jsem se dozvěděl zhruba před pěti lety od herce a komika



Vozíky členů kapely budou využity pro pohyb dekorací a loutek.

ARCHIV TTT

Tondy Novotného. Vyprávěl mi, že podle této předlohy připravuje malé představení o klukovi, který se narodí bez rukou a nohou, prožije dobrodružství a najde velkou lásku,“ popisuje Ornest. „Vyprávěl mi pak příběh podrobněji s tím, že on hraje tátu, který

si pořád stěžuje a lamentuje, a na hlavní roli syna si připravuje loutku, se kterou hraje také on. Tento úsporný model se mi zalíbil a také nás hned společně napadlo, že by bylo zajímavé do představení zapojit The Tap Tap jako kapelu lidí s handicapem,“ přib

ližuje Ornest. Členové kapely se nakonec postarají nejenom o živý hudební doprovod, ale ztvární i dokonce některé drobnější i větší role.

Světový unikát činí z představení i nápad právě Šimona Ornesta, který realizoval tvárník Jan Augusta. „Jde o za-

## Finančně pomohli lidé

Kapela The Tap Tap vybrala na realizaci Nefňuky prostřednictvím crowdfundingového portálu Hithit více než jeden milion korun.

- Na podporu unikátního divadelního představení přispělo větší či menší částkou přes 700 lidí.

- Díky vybrané částce, která překročila původně plánovanou o více než 100 procent, vznikla i skladná cestovní varianta představení.

- Na Nové scéně bude osm repríz a poté se plánují cesty po republice i do zahraničí.

pojení elektrických vozíků členů skupiny do pohybu kulis a loutek. Využijeme tak jejich kompenzační pomůcky jako silné stroje, které jejich majitelé budou obsluhovat stejně, jako když se na nich v běžném životě pohybují.“ **METRO**

## Ať žijí duchové. Dětský film míří i na muzikálová pódia

Nový muzikál Ať žijí duchové, podle filmu s hudbou Zdeňka Svěráka a Jaroslava Uhlíře, se bude hrát už od zítřka v Kongresovém centru v Praze. Jeho vybavení umožňuje velkou scénu i dekorace. „Scéna je široká 25 metrů a portál vysoký 10,5 metru, což je na poměry českého divadla zcela nevídané,“ vysvětlil scénograf Daniel Dvořák. V hlavních rolích vystoupí Hana Holišová, Adéla Gondíková či Michal Suchánek. **MET**



H. Holišová COVOTAK PICTURES

INZERCE



Hledáme přesně Tebe!



Hledáš možnost výděлку, která baví, dobře a rychle funguje a umožňuje vysoké příjmy?

Nabízíme rozvržení práce dle vlastních možností, vysoký výdělek, zaškolení, bez vkladu vašich finančních prostředků.

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



**DNES**  
ZDARMA DÁREK KAŽDÝ DEN OBOUSTRANNÉ  
PLAKÁTY V MF DNES OD 25. 4. DO 29. 4.



**Sudoku**

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

**Napište svou bublinu**



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



**Počasí**

DNES	ZÍTRA	SOBOTA	NEDĚLE
Min. 12 Max. 16	Min. 11 Max. 15	Min. 7 Max. 11	Min. 3 Max. 7

**Stupeň zátěže pro dnešek: bio 1**

**Mírná zátěž:** Umožňuje běžný denní režim bez omezení, pouze s přihlédnutím k aktuálnímu zdravotnímu stavu.  
**Teplotní rekord:** 26,0 °C  
**Rok výskytu:** 1968

**Kvíz**

- Generál Franco byl autoritativní politik a nejvyšší představitel Španělska od roku 1939 do roku:  
 a) 1965  
 b) 1975  
 c) 1985
- Secesní budova na Václavském náměstí v Praze, postavená v roce 1906, je hotel:  
 a) Evropa  
 b) Koruna  
 c) Lucerna
- V USA má přezdívku Strnadí stát, státním stromem je borovice, metropolí Montgomery:  
 a) Alabama  
 b) Tennessee  
 c) Georgia
- Maltézský řád, velký křesťanský rytířský řád středověku, má v červeném poli kříž:  
 a) bílý  
 b) černý  
 c) zlatý
- Souborem drobných práz Amazonský proud knižně debutoval Vladislav Vančura roku:  
 a) 1903  
 b) 1923  
 c) 1943

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

**ČT1**

- 12:30 Sama doma
- 14:00 Doktorka Quiniová
- 14:45 Fotbalová odysea
- Povídka z cyklu Bakaláři
- 15:05 Kojak III
- 15:55 Tlustoch
- 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 **3 plus 1 s Miroslavem Donutilem**  
 Povídky Čelem proti zdi, Noční tramvaj a Expert spojuje téma Náhody. Hrají: M. Donutl, S. Stašová, V. Hybnerová, I. Chýlková, N. Konvalinková a další
- 21:15 Máte slovo s M. Jilkovou
- 22:14 Výsledky losování Šťastných 10
- 22:15 Gejzr
- 22:45 Taggart
- 01:00 AZ-kvíz
- 01:30 Objektiv
- 01:55 Toulavá kamera
- 02:25 Dobré ráno
- 04:55 13. komnata Václava Neckáře
- 05:20 Sváteční slovo děkana Cyrilometodějské fakulty UP Petra Tavela

**ČT2**

- 12:40 Chcete je?
- 12:45 Příběhy domů
- 13:05 Oceánští obři
- 14:00 Válka v poušti: Tobruk
- 14:50 Okřídlené bláznovství
- 15:45 Londýnské metro (3/3)
- 16:45 Cestující potraviny
- 17:35 Letecká záchranka: Hradec Králové
- 18:00 S gumánem na cestách II
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Tlapy, tlapy, zobáky
- 19:30 Nosorožec dvourohý
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



- 20:00 **Benátky, ostrovní klenot**  
 Romantické dostaveníčko na pobřeží Jaderského moře
- 21:00 Cestománie
- 21:30 Krajínou domova (1/8)
- 21:55 Intolerance
- 22:25 Rok dábla
- Komed. drama (ČR, 2001)
- 23:55 Sestřička Jackie IV (4)
- 00:20 Folklorika
- 00:50 Babylon
- 01:15 Zachráníme supy?
- 01:35 Divnopis
- 01:40 Putování za muzikou
- 02:10 Sudetský paradox
- 02:35 Defilé 1993-2005
- 03:20 Notes
- 04:05 Folklorika
- 04:30 Ochraně
- 04:55 Stroje - to je mojej!

**NOVA**

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:30 Tescoma s chutí
- 12:40 Sue Thomas: Agentka FBI (8)
- 13:45 Tělo jako důkaz III (8)
- 14:40 Dr. House II (15)
- 15:35 Ordinace v růžové zahradě 2 (505)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:30 Co na to Češi
- 18:25 Ulice (3019)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



- 20:20 **Ordinace v růžové zahradě 2 (650)**  
 Seriál (ČR, 2016). Běla a Hofman organizují tajnou svatbu. Marika svádí ředitele Hejduka. Hrají: Z. Adamovská, J. Kanyza, V. Zavřel, M. Stránský, P. Rychlý, A. Kerestešová, J. Žák, M. Zounar, L. Hejlik
- 21:25 Prásk!
- 22:10 Demolition Man  
 Akční komedie (USA, 1993)
- 00:15 Dr. House II (15)  
 Seriál (USA, 2005)
- 01:10 Tělo jako důkaz III (8)
- 01:55 DO-RE-MI
- 03:15 Co na to Češi
- 03:55 Ordinace v růžové zahradě 2 (505)
- 04:55 Novashopping

**PRIMA**

- 12:25 Policie Hamburg V (27)
- 13:25 Komisař Rex VIII (8)  
 Krimiseriál (N/Rak., 2003)
- 14:35 Castle na zabití VI (9)  
 Podoba není náhodná. Krimiseriál (USA, 2013)
- 15:35 Inga Lindströmová:  
 Hanna a její narozeniny  
 Romantický film (N, 2008)
- 17:30 Odpolední zprávy
- 17:50 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimi zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 TOP STAR



- 20:15 **Nemocnice Motol**  
 Ordinace bez růžových brýlí! Syrová realita FN Motol! Skuteční pacienti, opravdoví lékaři, odhalení i těch nejtěžších diagnóz, včetně unikátních záběrů z operačních sálů. Obrovské nasazení zdravotníků, nemocných i jejich blízkých, jejichž osudy jsou vzájemně navzády spojeny
- 21:30 Vylomeniny
- 22:05 Ano, šéfe!
- 23:20 Prostřeno!
- 00:20 Misto činu: Hannover (28)  
 Krimiseriál (N, 2007-2012)
- 02:05 Policie Hamburg V (27)  
 Krimiseriál (N, 2010)
- 02:50 Komisař Rex VIII (8)  
 Krimiseriál (N/Rak., 2003)

**PRIMA COOL**

- 12:55 Jmenuju se Earl IV (15)  
 Darnell odhalen 1/2. Komed. seriál (USA, 2009)
- 13:25 Simpsonovi V (2-5)  
 Teorie velkého třesku VII (12)  
 Následek zaváhání. Sitcom (USA, 2013)
- 15:55 Griffínovi VII (11)  
 Zahraj to znovu, Briane. Anim. seriál (USA, 2007)
- 16:25 Hvězdná brána III (13)
- 17:20 Bylo nebylo IV (16)
- 18:20 Simpsonovi V (6-9)



- 20:15 Autosalon
- 21:25 Teorie velkého třesku VII (13)  
 Sitcom (USA, 2013)
- 22:00 Půlnoční jízda  
 Thriller (USA, 1990)
- 23:55 Poslední chlap na Zemi (4)  
 Sitcom (USA, 2015)
- 00:25 Vegas (17)  
 Krimiseriál (USA, 2013)
- 01:15 Ospalá díra II (5)  
 Myster. seriál (USA, 2015)
- 01:55 Vegas (17)  
 Krimiseriál (USA, 2013)
- 02:40 American Horror Story: Freak Show (9)  
 Horor. seriál (USA, 2014)
- 03:25 Ospalá díra II (5)  
 Myster. seriál (USA, 2015)
- 04:05 American Horror Story: Freak Show (9)

**ŌČKO**

- 06:00 Ranní fresh
- 07:00 Get out!
- 07:05 Ranní fresh
- 09:00 Zpátečka
- 10:00 Ōčko hity
- 12:00 Ōčko news
- 12:05 Ōčko hity
- 13:30 Get out!
- 13:35 Ōčko hity
- 14:00 Ōčko news
- 14:05 Ōčko hity
- 15:00 Get out!
- 15:05 Ōčko hity
- 15:50 G2 Band Academy
- 16:00 Ōčko news



- 16:05 **Ōčko chart**  
 Hitparáda diváků Ōčka
- 18:00 Digital Love  
 Dance, house music, clubbing a DJs
- 18:30 Ōčko hity  
 Ktipy nonstop
- 19:00 Ōčko news  
 Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neuteče
- 19:05 Moje desítka  
 Top 10 klipů podle diváků Ōčka
- 20:00 CZ & SK  
 České a slovenské ktipy
- 21:00 Zpátečka  
 Nej hity a pořady na Ōčku před x lety
- 21:45 Limuzína  
 Talk show s Mírou Hejdou
- 22:00 Ōčko flirt



## Sloupek

IVA  
MÁLKOVÁ

ZAKLADATELKA KURZŮ HUBNUTÍ STOB

VÝZNAMNÉ  
DNY

Sotva jsme si stačili odpočinout od novoročního hubnutí, už tu máme hubnutí do plavek. Mnozí z vás mají za sebou bezlepkovou dietu (co by za to celiaci dali, kdyby si mohli vybrat z široké palety potravin) nebo i syrovou stravu... Doplňte si sami desítky diet, co jste za život vystřídali s pocitem, že tentokrát je to to pravé. Baví vás to ještě? Denně vás díky „obezigen-nímu“ prostředí napadají desítky negativních myšlenek ve

## Citát

**Naučte se být sami sobě pánem a rozhodněte sami, jakou cestou půjdete.**

nejedná svobodně a ani si to neuvědomuje. Naučte se být sami sobě pánem a rozhodněte si sami, jakou cestou půjdete. Zvolte si jeden z nevhodných návyků, na kterém chcete pracovat (další nechte na později), a odnaučování se tomuto návyku rozdělte ještě do několika dílčích kroků. Osvědčuje se seřadit si návyky, které chcete postupně měnit, podle obtížnosti změny, a začít pracovat na tom, jehož změna je nejsnáze dosažitelná. Můžete se třeba zapojit do splnění cíle, který si dali členové STOB klubu k dalšímu významnému datu. 21. května se slaví Evropský den obezity. Díky počítadlu kroků může každý přispět k tomu, aby se obešla zeměkoule. Vytvářejte si pomocí malých změn tvořivě nový jídelníček a zkuste přijít na chuť nejrůznějším druhům pohybu. Svět nezměníte, ale můžete změnit sebe, abyste si v každé životní etapě užívali života co nejvíce.

## Dopisy a vzkazy

Poděkování  
nálezci za  
vrácení telefonu

Dobrý den, v úterý 19. dubna jsem byl kolem 16. hodiny v Metropoli Zličín a při rovnání zboží do batohu jsem si telefon odložil na lavičku. V ruchu nákupního centra jsem rychle sbalil batoh a v klidu odešel. Chybějícího telefonu jsem si nevšiml, až v metru ve stanici Lužiny mi to docvaklo. Otočil jsem se zpátky a doufal, že telefon seženu. Na lavičce už pochopitelně nebyl, ale měla jej ostraha obchodního centra. Telefon prý odevzdala mladá slečna, která měla nohu v sádre. Tyto informace jsem chtěl znát. Pokud tedy tato šikovná slečna (paní) čte deník Metro, ať se mi ozve na mailovou adresu [mudr.fox@seznam.cz](mailto:mudr.fox@seznam.cz) nebo na telefonní číslo 607 420 421. Chtěl bych jí moc poděkovat a poskytnout finanční odměnu za nálezná a vlastně i bolestně. Jsem ochoten také poradit při léčení. Mnohokrát děkuji za pomoc.

MUDR. FOX, PRAHA 5

[dopisy@metro.cz](mailto:dopisy@metro.cz),  
[www.facebook.com/denikmetro](http://www.facebook.com/denikmetro)

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

## Výrok dne



„Je to obstrukce bez jakéhokoli deklarovaného smyslu.“

JÍŘÍ DIENSTBIER

MINISTR BEZ PORTFEJE

Dienstbier reagoval na předkládání mnoha návrhů na úpravu schůze od poslanců ODS a TOP 09. Blokovali tím prý Sněmovnu.

## Slovo dne

## NEGACE

(ze sloupku Ivy Málkové na této straně)

Popření, odmítání něčeho; zápor; výrok, který má nutně opačnou hodnotu než výrok výchozí

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



## INZERCE

## HOROSKOP na čtvrtek 21. 4.



## Jasnovidná Eleanor

Věštění bez pomocných prostředků!  
**Odpoví na vše!**

Volejte na **906 70 30 35** nebo se ptejte prostřednictvím **SMS** ve tvaru **53XUP** a svůj dotaz na **904 30 55**



Beran 21/3–20/4

I když i dnes budete muset vyřizovat nějaké pracovní záležitosti, ostatně zač byste jinak brali plat, najdete si čas na sebe.



Byk 21/4–21/5

Někdo to s vámi myslí v zaměstnání natolik dobře, že si nebudete téměř jisti, co si o tom všem vlastně myslíte.



Blíženci 22/5–21/6

Padla, nepadla, vám to stejně nedá, a pokud bude někdo z kolegů potřebovat, na holičkách ho tedy rozhodně nenecháte.



Rak 22/6–22/7

Dnes si dáte záležet na přípravách a pracovní záležitosti u vás rozhodně budou alespoň po pracovní dobu na prvním místě.



Lev 23/7–22/8

I kdyby se vám dnes přihodilo, že budete muset v práci zůstat déle, rozhodně si nenecháte svou jarní náladu zcela vzít.



Panna 23/8–22/9

S vámi to bude při dnešku těžké, protože pokud budete muset pracovat, stejně už budete myšlenkami u svého drahého či drahé.



Váhy 23/9–23/10

Budete nadávat na státní činitele, že je svátek jenom na prvního máje, vy byste ho potřebovali ideálně už od dnešního dne.



Štír 24/10–22/11

Budete mít spoustu kariérních plánů, ale ne všechny se vám podaří díky pracovní záprahu naplnit dokonale. Zítřka je také den.



Střelec 23/11–21/12

Práce bude dnes vaše zkouška ohněm, protože si kdosi z kolegů usmyslí, že vám bude značně šlapat na paty, ale nedáte se.



Kozoroh 22/12–20/1

Dnes si o práci nenechávejte jenom zdát, na to máte jiné dny, ale raději se vrhněte na různé resty, které už dlouho hoří.



Vodňář 21/1–20/2

Budete pracovně odhodláni téměř ke všemu, ale jenom do té doby, než to dostanete příkazem, pak se vám již moc nechce.



Ryby 21/2–20/3

Nejvíce vás nadchne, když si budete moci dnešek zapsat do kalendáře jako den, kdy jste se dostali k tomu, co vás baví.

## Řešení sudoku

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

## Anketa Už máte odevzdané kontrolní hlášení DPH?

Miroslav  
Rubeš

Ano, mám, nerad to nechávám na poslední chvíli.

Petr  
Vilgus

Já nedám nikomu nic, sám mám přeci málo.

Šimon  
Tokar

Pokud je to povinné, tak jsem to odevzdal.

## Komiks

Miluje  
Tebe nebo jí?

Zeptejte se kartářky!

Pošlete **SMS** ve tvaru **99EPP**a svou otázku na číslo **904 30 46**

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

## Zprávy krátce

Jan Černý vítězem  
Valašské rally

Návrat na zkušební polygon Tatry v Kopřivnici, kam zavítala 35. Valašská rally, nejlépe zvládl Jan Černý. První podnik sezony vyhrál. „Jsem z tohoto nadšený. Na Valašku jsme přijeli hlavně testovat před blížící se Rally Šumava, a tak jsme od prvních kilometrů zkoušeli jet v ostrém tempu,“ řekl.

Věrnostní karty  
jsou oblíbené

Podle průzkumu společnosti Shell, který provedla se STEM/MARK, jsou věrnostní programy mezi zákazníky v Česku stále velmi oblíbené. Češi průměrně vlastní čtyři karty k různým podobným programům. Nejčastěji kartu obchodních řetězců, jedna třetina dotazovaných

i v oblasti čerpacích stanic. Dvě třetiny oceňují dárky za věrnost. Ty ostatně nabízí i Shell, který představil nový katalog.

Gumball 3000  
navštíví Prahu

Piloti formule 1 a hvězdy showbyznysu přivezou do Prahy stovku legendárních aut. Praha se totiž 4. května stane čtvrtou zastávkou letošního ročníku Gumball 3000. Za volant usedne třeba i herec David Hasselhoff (na fotce). Auta budou parkovat před hotelem Hilton, příjezd se čeká v 19 hodin. **HOP**

Nový ranger.  
Velký brodivec  
do nepohody

Nejprodávanejší pick-up dostal nové motory, kouli na táhnutí 3,5tunového přívěsu, je výš od země a jeho kukuč prošel faceliftem. Ford Ranger je pořád to příjemné obrovské auto, se kterým se nemusíte bát ani uprostřed řeky. Což jsme si vyzkoušeli na offroadové dráze letňanského letiště. Čtrnáct metráků vážící pick-up dokáže brodit vodou do osmdesáti centimetrů. Na fotkách si můžete prohlédnout oranžovou luxusní verzi Wildtrak. S tímto autem se nemusíte stydět jet do Stavovského divadla a v noci se pak vrátit domů klidně po poli. Je to také skvělé auto pro pánskou jízdu, vždyť hluboká schránka ve středové konzole pojme až šest plechovek piva. A do schránky na palubce se vejde i šestnáctipalcový notebook.

Paletu vznětových motorů tvoří 2.2 TDCi ve variantách 96 a 118 kW (dosud 92 nebo 110 kW) a pětivalcový 3.2 TDCi 147 kW. Všechny modely jsou osazeny přídatnou elektronickou převodovkou, která umožňuje řidiči kdykoli za jízdy do rychlosti 120 km/h přepínat mezi režimy 4x2 a 4x4. A v záloze je ještě redukovaný převod. Při průchodu náročným terénem pomáhá i elektronická závěra zadního diferenciálu, na přání je možno mít i klasickou mechanickou uzávěrku.

Akční ceny do konce června startují na 595 199 Kč.



PETR  
HOLEČEK  
petr.holecek@metro.cz



Zvládne hloubku až 80 centimetrů.

FORD - ZDENĚK SLUKA

Mitsubishi. Další  
kauza s podvody

Automobilka Mitsubishi Motors z Japonska našla důkazy, že její zaměstnanci podváděli u některých modelů při testech, které mají zjistit spotřebu paliva. Manipulace se týká asi 625 tisíc vozů, jsou mezi nimi hlavně modely, které pro Mitsubishi dodával konkurenční Nissan Motor. Ten na nesrovnalosti přišel, na-

psala agentura AP. Šéf automobilky Tecuro Aikawa se omluvil všem zákazníkům. Firma pozastavila výrobu a prodej modelů, kterých se to týká. Jsou to modely eK a eK Space a Dayz Rook, tedy vozy s obsahem motoru do 660 kubických centimetrů, které jsou oblíbené hlavně díky nízké spotřebě. **ČTK**

INZERCE



TÝDENÍK **TÉMA** UŽ ZÍTRA

JEN  
25 Kč

SVĚT OČIMA  
KARLA IV.

- O čem se v učebnicích dějepisu nepíše
- Temná přiznání největšího Čecha
- Únos piráty, atentáty, intriky
- Jeho vztah k ženám a sexuální sny

# Vyšší bezpečnost v Praze i v Paříži

**Tenisový turnaj ve Stromovce přijal řadu bezpečnostních opatření. Ve Francii prodloužili výjimečný stav kvůli fotbalovému ME.**



Citát

**Moc se těším a doufám, že nás přijde podpořit co nejvíce lidí a bude úžasná atmosféra.**

BARBORA STRÝCOVÁ, ČESKÁ TENISTKA

větší tašku než na notebook,“ upozornila Slaninková.

Náročnější je i systém dopravy. Pořadatelé apelují, aby diváci nejezdili auty, jelikož se k areálu vůbec nedostanou. „Rovinka před Spartou bude uzavřena. Zdarma bude jezdit kyvadlová doprava z metra Holešovice,“ uvedla.

Na bezpečnost při sportovních akcích myslí po zkušenostech z loňského listopadu také ve Francii.

## Hvězdy ve Stromovce

Na turnaji J&T Banka Prague Open se představí řada známých tenistek.

- Z českých hráček určitě nastoupí Lucie Hradecká, Barbora Strýcová, Lucie Šafářová a Karolína Plíšková.
- Poslední dvě jmenované se včera střetly v 1. kole turnaje ve Stuttgartu a dál postoupila po výhře 7:6, 4:6, 7:5 Plíšková. Ta nyní narazí na Ivanovicovou.

Tamní vláda navrhla prodloužit výjimečný stav zavedený loni po pařížských teroristických útocích o další dva měsíce, tedy do 26. července. Francouzský premiér Manuel Valls to zdůvodnil právě fotbalovým mistrovstvím Evropy. To pořádá Francie od 10. června do 10. července. „Stojíme-li před tak velkou událostí, musíme zajistit bezpečnost,“ prohlásil Valls ve francouzském rozhlasu. **PUR a ČTK**

## Hokej. Puky z Valašska zamíří na MS do Ruska

Hokejisté budou hrát na mistrovství světa v Rusku s pukem vyrobeným v rodinné firmě Gufex z Kateřin na Valašsku. Společnost jich do Ruska posílá dva tisíce, 1100 puků jde do Moskvy a zbylých 900 do Petrohradu.

Podle jednatelky Gufexu Kateřiny Zubičkové je to pro firmu spíše otázka prestiže, protože roční produkce je kolem milionu puků. První významnou akcí, na které hokejisté hráli s pukem Gufex, byly olympijské hry v Naganu v roce 1998. O rok později se stala firma oficiálním dodavatelem puků na všechna MS.



Puk pro MS v Rusku ČTK

Gufex si zakládá na tom, že jeho puky jsou úspěšné proto, že díky svému složení jen málo špiní reklamy a nerozbíjí plexisklo ani při rychlosti 180 kilometrů v hodině. **ČTK**

## Zprávy krátce

### Hejduk v Síni slávy

Bývalý hokejový útočník Milan Hejduk byl tři roky po skončení aktivní kariéry uveden do sportovní Síni slávy Colorada. Čtyřicetiletý olympijský vítěz z Nagana a vítěz Stanley Cupu z roku 2001 působil v NHL jen v dresu Avalanche, kde se stal i nejlepším střelcem soutěže.

### Fanzóna pro ME ve Žlutých lázních

Oficiální fanouškovská zóna pro fotbalové ME bude ve Žlutých lázních. Fanoušci se od 10. června mohou těšit na velkoplošné projekce i další program. Přípravu budou také doprovázet soutěže, hudební vystoupení a setkání s internacionály. **ČTK**



## Maratonští favorité už jsou v Londýně

Šestice favoritů nedělního Londýnského maratonu včera pózovala před jednou z dominant britské metropole – Tower Bridge. Zleva jsou na snímku Kenensia Bekele z Etiopie, Ghirmay Ghebreslassie z Eritrie a čtyři Keňané Eliud Kipchoge, Dennis Kimetto, Stanley Biwott a Wilson Kipsang. Kipchoge obhájí loňské prvenství. **AP**

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

### Práce - nabídka

• Přijmu obchodního zástupce. Osobní auto + čistý trestní rejstřík podmínkou. 15-25.000 Kč. [www.knihynovotna.cz](http://www.knihynovotna.cz), tel. 737436427 - Českobudějovicko -

• Nabízíme až 30000 Kč jako kompenzaci za čas strávený v klinických studiích. Jsou to studie s generickými léky. Známé léčivé látky z ověřeným bezpečnostním profilem. Testuje se krevní hladina léku. Jste zdravý, nekuřáček, neuziváte žádné léky, jste občan ČR a je Vám 18 - 55 let? Informujte se na [www.quinta.cz/nabidka-studii-38](http://www.quinta.cz/nabidka-studii-38), tel.: 242454429 nebo přijďte na Den otevřených dveří 26.4. a 27.4. vždy ve 14.00 a 17.00 na Pražská 1486/18c, Praha 10.

### Finance - nabídka

• ANO, PŮJČKA NA COKOLIV!  
Potřebujete peníze opravdu rychle? Nabízíme nebankovní půjčku pro zaměstnance, zaměstnance pracovních agentur, podnikatele, ženy na mateřské pro důchodce. Možnost odkladu splátek nebo předčasného splacení. Zavolejte na tel.: 777 758 405 nebo bližší informace a online formulář na [www.ano-pujcky.cz](http://www.ano-pujcky.cz).

### Služby - nabídka

**VÝKUP ZLATA!**  
za nejlepší cenu hotově  
nejvýhodnější půjčky na zlato  
[www.avarrio.cz](http://www.avarrio.cz)  
Soukenická 8, Praha 1  
**737 858 585**

### Intimní

E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, tech. zajišťuje Materna, jen pro starší 18let, 15sms/50Kč vč DPH; [Tmin90KčvčDPH](http://Tmin90KčvčDPH), [www.ema.cz](http://www.ema.cz), [www.platmobilem.cz](http://www.platmobilem.cz)

• Vzrušuje tě mazlení se starší, zkušenou ženou? T.: 774 700 564!

• Staň se milencem vdané ženské! Dostaneš to, co doma nemáš! **Bez závazků! Diskrétně!** Pošli svou SMS ve tvaru 25RXX a text na 909 15 50

• Hambata Milena 47. Poškádli mou prdelku rákoskou! Vzrušuje mě to! **RADŠI IHNED!** Cinkni mi 909 90 99 25 nebo napiš SMS na 909 15 40 s kódem 42SRM a tvůj text!

• Vášnivá prsatka Lenička 25. Chceš si nezávazně pohrát a pobavit se? Mám nejen chuť, ale i čas :-)! Zavolej mi 909 801 801 kód FDS53



• Fešná vdova Barbora 58. Sexu se nevzdám jen proto, že jsem zůstala sama! Chci muže s velkým „M“! Ozvi se mi 909 80 50 40 nebo pošli SMS na 909 15 45 s kódem 29LX a tvůj text!

# Vlhkost ve zdech? To je zlé... Pomůže vám ATG



## Máte vlhké zdi?

- 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?
- Jsou vaše horizontální izolace nefunkční?



## Metoda **ATG**

**Speciálně vyvinutá metoda  
nízkotlaké injektáže**

**Exkluzivní injektážní emulze  
SuperCapillar100® vyvinutá a  
vyráběná v Německu**

**Suché zdivo jednou provždy**

**Neohrožuje statiku zdiva**

**Aplikace zvenku nebo z místnosti**

**Pevná cena bez skrytých  
vícenákladů**

# ATG

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

✓ 25 let zkušeností se sanací zdiva

✓ analýza škody zdarma

✓ odborné poradenství  
a prohlídka zdarma

✓ nezávazný, předběžný odhad  
nákladů zdarma

**pracujeme  
na celém území  
Čech a Moravy**

**Made in Germany**