

Online objednáte, ihned vyzvednete



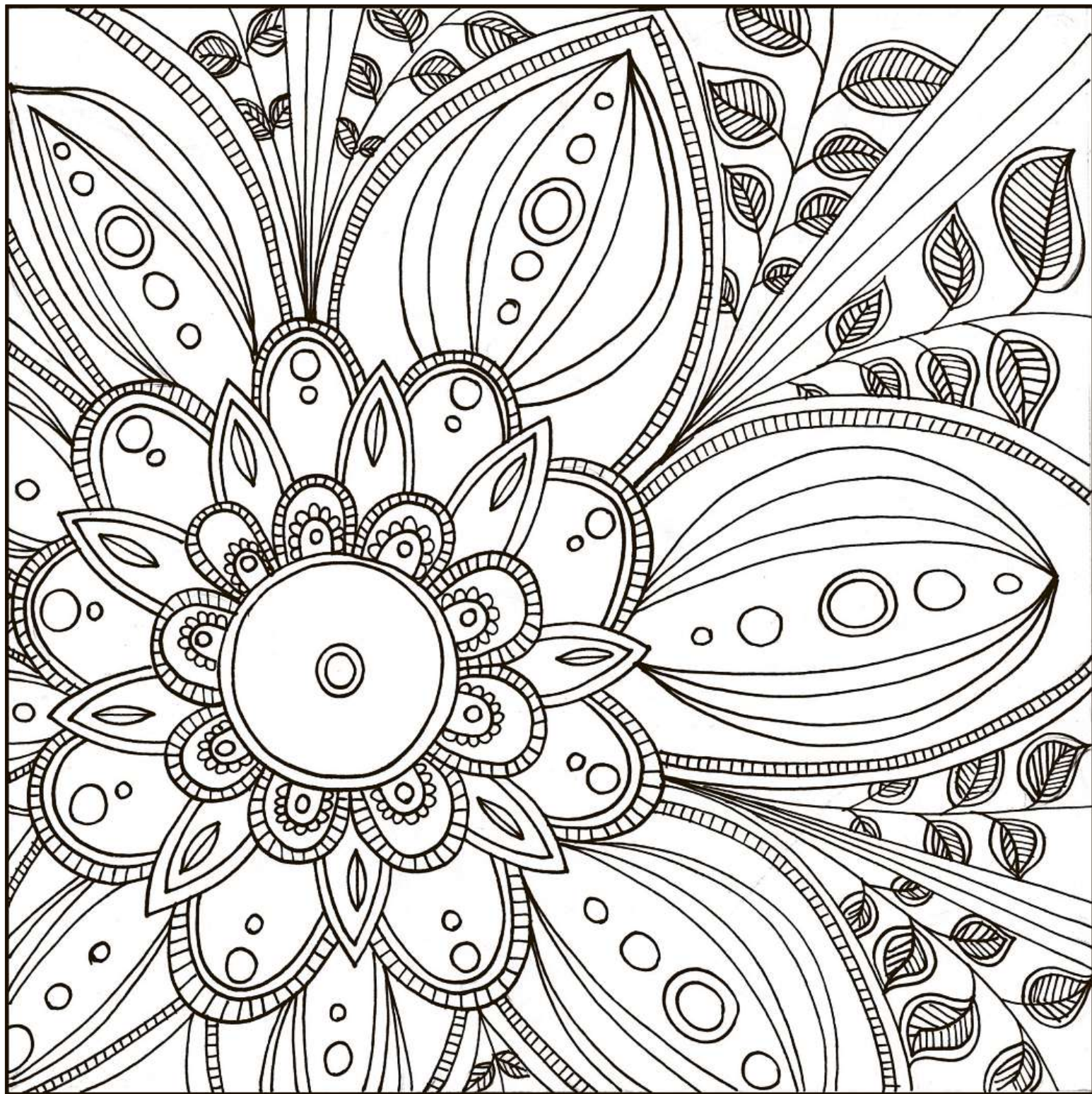
Na všech 38
pobočkách



 **alza.cz**

Více informací na alza.cz/nejpohodlnejsi-nakupy

Vybarvujte s Metrem



Antistresové omalovánky pro dospělé z nakladatelství Grada vám poskytnou hodiny zábavy a odreagování. Ponořte se do světa barev a vyzkoušejte účinky zábavy, kterou jsme milovali jako děti a která nás dodnes dokáže do dětství přenést.

FOTBALISTÉ JSOU ZPĚT, TRÉNUJÍ BEZ KONTAKTU

PROFESIONÁLOVÉ DODRŽUJÍ ROZESTUPY I HYGIENICKÁ OPATŘENÍ STRANA 9



metro

Úterý, 21. dubna 2020

Č. 76, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Alexandra

mojemetro | denikmetro

OSVČ dostanou denně pět set i po 30. dubnu

Příspěvek. Živnostníci a podnikatelé postižení opatřeními kvůli šíření koronaviru by peníze měli dostávat do 8. června. **Zákony.** Prezident podepsal novely o přijímačkách na VŠ nebo o cestovních kancelářích STRANA 2



Na brněnský Zelný trh se vrátili prodejci, zatím pouze se sazenicemi

Také na brněnský Zelný trh se včera vrátili prodejci. Zatím pouze ti, kteří nabízejí vlastní produkty, tedy sazenice květin, bylinek a zeleniny, a sadbu. Stánků bylo zhruba deset a zájem lidí velký. Někde se tvořily fronty. „Prodejci ovoce a zeleniny se mají vrátit na tržiště později, přesný termín zatím stanovený není,“ řekla mluvčí radnice Brna-střed Kateřina Dobešová. Otevření farmářských trhů je součástí plánované první vlny uvolňování opatření proti šíření koronaviru. Stánky jsou dál od sebe, pro návštěvníky jsou k dispozici jednorázové rukavice a dezinfekce. Ochutnávky jsou zrušené.

MAFRA



OSVČ budou mít nárok na pomoc. Každý den 500 korun

Podpora bude živnostníkům vyplácena do 8. června.

Ministři kývli na prodloužení státní pomoci osobám samostatně výdělečně činným. Včera to oznámila ministryně financí Alena Schillerová. Budou mít nárok na pětistovku denně až do 8. června, na kdy je naplánovaná poslední fáze otevírání obchodů a služeb, které vláda zakázala kvůli koronaviru. Do konce dubna stát vyplácí OSVČ kompenzační bonus 25 tisíc korun. „Malá eseróčka bez zaměstnanců jsou jedním z posledních podnikatelských segmentů, který ještě nebyl cíleně podpořen. Ve středu předložíme na vládu stejnou podporu jako pro OSVČ, to znamená 500 korun za den, počínaje 12. březnem,“ oznámil vicepremiér a ministr průmyslu a obchodu i dopravy Karel Havlíček. Vláda kývla i na návrh na zvýšení plateb za státní pojištění, tedy za děti, důchodce, ženy na mateřské či nezaměstnané, a to o 500 ko-

run. Češi také čekají na zprávy ohledně cestování do zahraničí. „Zákaz na rok a více už bych, stejně jako někteří ústavní právníci, osobně považoval v současné situaci za nepřiměřený,“ uvedl šéf české diplomacie Tomáš Petříček. Vláda se bude postupným uvolňováním cest do zahraničí zabývat zítra. **IDNES.cz a ČTK**

INZERCE

Nové zákony

Prezident republiky Miloš Zeman podepsal novely zákonů, které umožní:

- Přijímací zkoušky na vysoké školy se budou moci konat nejdříve patnáct dnů po znovuootevření škol.
- Cestovní kanceláře mohou odložit vrácení peněz za zrušené zájezdy. Klientům budou smět vydávat poukazy.

Ty je s ohledem na epidemii koronaviru mohou uspořádat také na dálku.

Číslo dne

300

Vláda schválila kvůli dopadům pandemie koronaviru další zvýšení letošního schodku státního rozpočtu na 300 miliard korun. Před pandemií byl schodek naplánován na 40 miliard korun. Státní dluh by měl ke konci roku stoupnout na 1,9 bilionu korun z loňských 1,64 bilionu.

Večírek. Lidem hrozí pokuty

Policisté vyjízďeli v neděli večer do jedné z obcí u Luhačovic na Zlínsku, kde si několik lidí udělalo na zahradě hostince večírek. Podle policie porušili nařízení o zákazu volného pohybu osob, ve správním řízení jim proto hrozí několikatisícová pokuta. Na zahradě policisté zastihli tři mladé muže ve věku 24, 25 a 27 let, přičemž ani jeden z nich nebyl místní a nebyli v žádném příbuzenském vztahu. V přítomnosti policistů měli podle nich všichni tři nasazené roušky. **ČTK**

Mynářova zabijačka

Známy případ ohledně porušení celostátní karantény je ten z Osvětiman na Zlínsku.

- Přestože v Česku platí celostátní karanténa, v hospodě prezidentova kancléře Vratislava Mynáře v Osvětimanech na Zlínsku proběhla v pátek zabijačka. Podle serveru Blesk Zprávy, který na událost upozornil jako první, se akce kromě Mynáře účastnil jeho švagr, starosta obce Aleš Pfeffer (za SPOZ), řezník a další dva až tři lidé. Krajskou hygienickou stanicí o zabijačce nikdo předem neinformoval.

- Mynář uvedl, že prase bylo nemocné a poslo by. Podle něj všichni přítomní prošli rychlostestem. Ministr zdravotnictví Adam Vojtěch uvedl, že je to nestandardní postup a případem se zabývá policie.

- Prase nemocné nebylo, bylo hladové, zastal se prezident Miloš Zeman Mynáře.

STÁLE TU JSME PRO VÁS

#spolecnetozvladneme

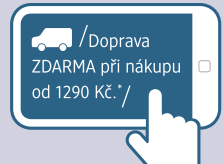
Inovativní technologie dodá vašim vlasům intenzivní zářivé barvy. Pečující složení působí proti lámavosti vlasů. Šetrná barva na vlasy spolehlivě kryje šediny. Neobsahuje amoniak, etanolamin a silikony. Ideální pro domácí aplikaci.



Balea Colornique Intensive Color Creme barva na vlasy 1 ks, více druhů

129 Kč

www.dm.cz
www.facebook.com/dm.cesko
instagram.com/dm_cesko



* Platí pro nákupy zákazníků zaregistrovaných a současně přihlášených v online shopu dm.cz.

Číslo dne

1311

V Česku bylo provedeno 172 123 testů na COVID-19. Čechů tímto novým koronavirem onemocnělo 6787. Uzdravilo se 1311 a 188 lidí v souvislosti s infekcí zemřelo (údaje jsou platné k uzavěrce tohoto vydání deníku Metro).

Krátce

Škodovka začne zase vyrábět

Jeden z tahounů české ekonomiky Škoda Auto ve svých fabrikách příští týden opět spouští svou výrobu. Vše ale bude podléhat přísným hygienickým pravidlům – na bráně změřit teplotu, přes ústa roušky a všude, kde jen to bude možné, použít dezinfekci. Největší český zaměstnavatel po více než měsíční odstávce začne znovu vyrábět automobily. Už tento týden ale půjdou do práce tisíce zaměstnanců na pří-

pravné práce nutné k oživení výroby. Od včerejška jsou otevřeny i autobazary a autosalony.

Hobbymarkety. Další omezení?

Náměstkyně ministra zdravotnictví Romana Prymolu zarazil nápor lidí, který zažívají hobbymarkety od chvíle, kdy byly o Velikonočních zrušeny. Tak velkou koncentraci lidí označil za riziko. V televizi Prima varoval, že se pravidla pro ně zřejmě zpřísní. **IDNES.cz**



Zákazník si zkouší v Auto Jarov v Praze nové auto. **ČTK**

Dřevák

Brněnský dopravní podnik se letos po 14 letech od kompletní renovace pustil do velké opravy nejužitečnějšího historického tramvajového vozu číslo 107, kterému se přezdívá Dřevák. Zaměstnanci dílen musejí opravit brzdy, převodovky, elektrickou část, vůz získá nový lak i dřevěné opláštění. Práce mají být dokončeny ještě na jaře, ale kdy se jím cestující zase svezou na pravidelné historické lince H4, zatím není zřejmé. ČTK



Je tam bomba. Dostal trest, už poněkolkáté

Za loňské nahlášení bomby na ruzyňském letišti a pražském hlavním nádraží si Libor Tošovský odpyká tři roky vězení. Rozhodl o tom pražský městský soud, který mu zároveň uložil povinnost podrobit se protialkoholnímu ústavnímu léčení. Rozsudek je pravomocný. ČTK

Chtěl milion eur

Tošovský poslal v září 2019 policii vzkaz, že dal bombu na pražské hlavní nádraží a že požaduje milion eur.

- K odeslání zprávy použil svůj mobil a vlastní e-mailovou adresu. E-mail dorazil v noci, policisté si ho přečetli až druhý den dopoledne. Žádný nástražný systém nenalezli. Druhý skutek spáchal 20. října, tentokrát hrozil bombou na pražském letišti. Muži přitížilo to, že za stejný trestný čin už byl v minulosti odsouzen.

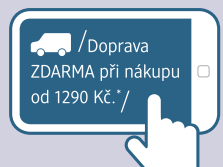
INZERCE

STÁLE TU JSME PRO VÁS

#spolecnetozvladneme

Pomáhají zachovávat intenzivní barvu a lesk barvených vlasů. Komplex vitamínů B3 a B5 vyživuje vlasy a zanechává je pružné. Díky použití balzámu lze vlasy snadněji rozčesat.

www.dm.cz
www.facebook.com/dm.cesko
instagram.com/dm_cesko



Balea šampon nebo balzám pro barvené a tónované vlasy 300 ml

19⁹⁰ Kč

6,63 Kč za 100 ml

* Platí pro nákupy zákazníků zaregistrovaných a současně přihlášených v online shopu dm.cz.

Krátce

Bude teplo

Víkend příliš mnoho vyhlížených srážek nenabídl a situace se nezlepší ani v nejbližších dnech. Právě naopak, do Česka totiž od severovýchodu proudí suchý vzduch a do pátku bude slunečně počasí beze srážek. Oteplovat se bude postupně až k víkendovým 23 stupňům. IDNES.cz

Je vidět až na stovky kilometrů vzdálené Alpy

Vzduch se vyčistil a umožnil výhled na Alpy. Z Šumavy je vidět 230 kilometrů vzdálený Großglockner, který je nejvyšší horou Rakouska a leží jen 40 km od hranic s Itálií. V Česku lze Alpy pozorovat nejčastěji v zimě, málokdy na jaře. Právě v dubnu přitom bývají ze Šumavy takto dobře vidět jen jednou za pár let. MET

Nejfrekventovanější ulice se ztiší. Opraví brněnské Veverčí

Provoz se omezí na několik měsíců.

Stoleté potrubí kanalizace a vodovodu na ulici Veverčí je v havarijním stavu. Na jedné z nejfrekventovanějších ulic Brna, na Veverčí, začínají opravy. Neúnosná situace panuje především v úseku od Žerotínova potrubí v úseku od Žerotínova náměstí po Slovákova uli-

ci v jízdním pruhu směrem z centra. V lednu zde došlo k přerušení dodávek pitné vody kvůli havárii potrubí třikrát. Vodovodní řád pochází z roku 1929. V havarijním stavu je i kanalizační stoka, která se zde nachází od roku 1910. Z toho důvodu provedou voduři sanaci této kanalizace v úseku mezi ulicemi Smetanova a Sokolská, kde stoka leží pod tramvajovou tratí a kde je její stav nejkr-

tičtější. Vodaři během rekonstrukce opraví přes 270 metrů kanalizační stoky. Po dobu oprav v úseku Žerotínovo náměstí – Slovákova zajistí náhradní zásobování vodou provizorní vodovod vedený po povrchu.

Kvůli opravám dojde k omezení provozu jak pro automobily a tramvaje, tak i pro trolejbusy. Práce za 27 milionů by měly skončit na konci srpna. RADEK BABIČKA



Ulice Veverčí

RADEK BABIČKA

Disney. Lidem neplatí

Americká mediální a filmová společnost Walt Disney přestane tento týden platit asi polovinu svých zaměstnanců, což je zhruba 100 tisíc lidí. Chce tak měsíčně ušetřit až půl miliardy dolarů (asi 12,5 miliardy korun).

Chybný krok se dotkne zejména pracovníků zábavních parků a hotelů v Evropě a v USA, které jsou kvůli koronaviru už zhruba pět týdnů zavřené.

Firma, která v loňském čtvrtém čtvrtletí vytvořila čistý zisk přes miliardu dolarů, podle Financial Times riskuje poškození pověsti, protože šetří více než její konkurenti



Disneyland PROFIMEDIA.CZ

NBCUniversal a Warner Media. Její zaměstnanci tak budou závislí na státní podpoře, tedy penězích daňových poplatníků. Ta by se v příštích měsících mohla vyšplhat až na stovky milionů dolarů. Walt Disney přitom zatím ne-

zrušil bonusy vedoucím pracovníkům a neohlásil ani, že ruší dividendy, na jejichž výplatu by v červenci mělo jít 1,5 miliardy dolarů.

Zábavní parky se loni podílely na provozním zisku firmy zhruba sedmi miliardami dolarů, a tvořily téměř jeho polovinu. Firma už vyzvala jejich zaměstnance, aby si zažádali o státní podporu.

V lepší pozici než pracovníci v USA je zhruba 17 tisíc zaměstnanců v zábavním parku v Paříži, kteří budou moci na neplacené dovolené díky francouzským zákonům čerpat až čtyřiaosmdesát procent čistě mzdy. **ČTK**



Britský bulvár má smůlu!

Veškerou spolupráci se čtveřicí britských bulvárních médií přerušili britský princ Harry s manželkou Meghan. V dopise listům The Sun, Daily Mail, Daily Express a Daily Mirror oznámili, že jim kvůli jejich překrouceným, nepravdivým a útočným článkům nebudou poskytovat žádné informace ani fotografie.

AP

Bavorsko. Roušky jsou už povinností

Největší německá spolková země Bavorsko od příštího týdne zavede povinné nošení roušek v obchodech a v MHD. Oznámil to včera regionální premiér Markus Söder v bavorském zemském sněmu. Možné bude si zakrýt nos a ústa také šálou. Německá kancléřka Angela Merkelová včera zároveň kritizovala časté úvahy o větším uvolňování restrikcí, obává se totiž zvratu dosud příznivého trendu koronavirové nákazy. Povinné nošení roušek kvůli nemoci COVID-19 včera v prostředcích MHD a v obchodech zavedlo také Sasko, které stejně jako Bavorsko sousedí s Českem. To je v Evropě průkopníkem tohoto opatření. Češi povinné nosí roušky mimo domov od 19. března. Povinné nošení roušek nebo šátků přes ústa a nos v MHD už minulý týden ohlásila spolková země Meklenbursko – Přední Pomořansko na severovýchodě Německa. Opatření tam bude platit od příštího pondělí. **ČTK**

INZERCE

STÁLE TU JSME PRO VÁS

#spolecnetozvladneme

Značka 

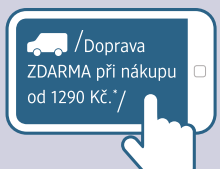
Díky obsahu kofeinu a koenzymu Q10 působí proti dědičnému vypadávání vlasů. Posiluje oslabené vlasové kořínky, vlasy jsou tak silnější a hustší.



Balea MEN
šampon
s kofeinem
250 ml

39⁹⁰ Kč
15,96 Kč za 100 ml

www.dm.cz
www.facebook.com/dm.cesko
[instagram.com/dm_cesko](https://www.instagram.com/dm_cesko)



* Platí pro nákupy zákazníků zaregistrovaných a současně přihlášených v online shopu dm.cz.

Krátce

Nepokoje v ulicích Paříže

Francouzská policie se v noci na včerejšek už podruhé střetla s obyvateli chudého pařížského předměstí Villeneuve-La-Garenne, kteří do ulic vyšli navzdory omezení pohybu přijatému v boji proti koronaviru. První pouliční nepokoje vypukly severně od centra francouzské metropole už v sobotu večer. Roznětkou byla dopravní nehoda s účastí policie.

Osamělý střelec zabijel v Kanadě

Jedenapadesátiletý Gabriel Wortman na severu kanadské provincie Nové Skotsko zabil během 12 hodin nejméně 16 lidí, včetně policistky. Podezřelý je mrtvý, zemřel patrně při přestřelce s policií. Není jasné, s jakým motivem střelec vraždil. Podle úřadů se však s největší pravděpodobností na čin připravil předem.

Majitele dieselů odškodnili

Na 200 tisíc majitelů aut s naftovým motorem přijalo odškodné, na kterém se německá automobilka Volkswagen už v únoru dohodla s německým svazem VZBV. Právě ten asi 260 tisíc vlastníků dieselů ve sporu o podvodné měření emisí zastupoval. Firma na odškodném vyplatí 620 milionů eur (asi 16,9 miliardy korun). **ČTK**

Číslo dne

60

Tolik let uplynulo od otevření metropole státu Brazílie. Mís-to Rio de Janeiro se jím stala Brasília. Na jejím vytvoření se významnou měrou podílel tehdejší brazilský prezident s českými kořeny Juscelino Kubitschek de Oliveira. Jeho předkové se počátkem 19. století přistěhovali do země z jižních Čech. Kubitschek zemřel na následky autonehody v srpnu 1976. Spekulovalo se, že se stal obětí atentátu.

Svatby i on-line

Koronavirus mění staleté zvyky a rituály. Včetně tradičních sňatků.

Guvernér amerického státu New York Andrew Cuomo umožnil tamním párům svatby přes internet. Obyvatelé nejhůře zasaženého státu USA si nyní mohou zažádat o povolení k sňatku a nechat

se seždat on-line. Zatímco někteří lidé na sociálních sítích vstřícný krok uvítali, jiní zpochybňovali zájem o takový obřad, když se ho nemůže zúčastnit rodina a přátelé. Podle dalších by měl guvernér dát přednost palčivějším tématům.

New York není prvním místem na světě, které k podobnému kroku přistoupilo. On-line svatbu povolily i Spojené arabské emiráty, tamní ministerstvo spravedlnosti

k tomu účelu zřídilo speciální webovou stránku, kam mohou nedočkavé páry nahrát potřebné dokumenty.

O povolení k sňatku si on-line mohou zažádat i obyvatelé dalšího amerického státu, středozápadního Colorado.

Město New York včera dopoledne hlásilo přes 14 400 obětí. Stát kvůli pandemii koronaviru prodloužil omezení volného pohybu lidí až do 15. května. **ČTK a MET**

Sudoku

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

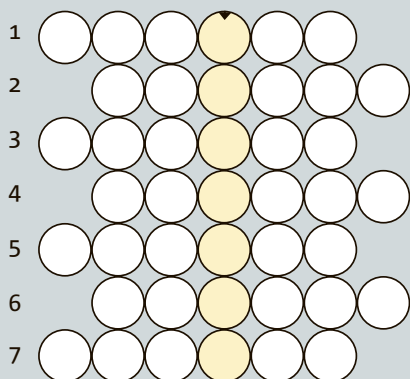
Napište svou bublinu



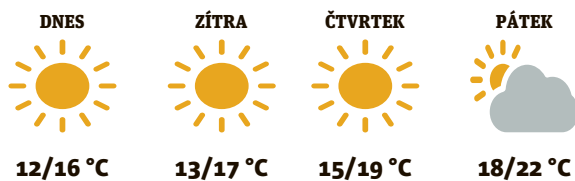
Luštěnka

Slova na vyluštění začínají na stejné písmeno.

1. lodžie
2. malý blok
3. autor básní
4. opak „daleko“
5. básník Petr ?
6. žluté ovoce (mn. č.)
7. pohádkový němý princ



Počasí



Teplotní rekordy: ↓ -2,4 °C (1861) ↑ 26,0 °C (1968)



NAPADÁ VÁS VTIPNÝ POPISEK?
Napište bublinu a reagujte na sloupek na: www.facebook.com/denikmetro
FOTO: 2x AP

TV tipy

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>16.00 To je vražda, napsala III</p> <p>16.50 Menu pro Ěmu</p> <p>17.15 AZ-kvíz</p> <p>17.40 Černé ovce</p> <p>18.00 Události v regionech</p> <p>18.25 Kde domov můj?</p> <p>19.00 Události</p> <p>19.56 Branky, body, vteřiny</p> <p>20.10 Vyprávěj</p> <p>21.00 Polední žár</p> <p>Detektivka (ČR, 1997)</p> <p>22.25 Případy detektivky Murdocha XII</p> <p>23.10 Vim, že jsi vrah...</p> <p>Krimifilm (ČR, 1971)</p> <p>00.50 AZ-kvíz</p> <p>01.25 Krásné živé památky</p> <p>01.50 Pod pokličkou</p> <p>02.15 Dobré ráno</p>	<p>15.50 Válečné stroje</p> <p>16.35 Japonské slavnosti: Božský oheň aneb létající kočky</p> <p>17.25 Vídeň. Říše, dynastie a sen (3/3)</p> <p>18.15 Putování s párou (9/10)</p> <p>18.45 Večerníček</p> <p>18.55 Zatopené osudy (4)</p> <p>19.15 Cesty víry</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Velká vlastenecká válka</p> <p>20.55 Národní parky Ugandy</p> <p>21.50 Hitlerovi narkomani</p> <p>22.45 Dicte – kriminální reportážka III (6/10)</p> <p>23.30 Zpravodajství, nebo život</p>	<p>16.00 Dr. House IV (13)</p> <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.25 Co na to Češi</p> <p>18.20 Comeback</p> <p>18.55 Comeback</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Ulice v karanténě</p> <p>21.05 Víkend</p> <p>22.05 Smrtonosná zbraň II (7)</p> <p>22.55 Dr. House IV (13)</p> <p>23.45 Můj přítel Monk (11)</p> <p>00.40 Můj přítel Monk II (1)</p> <p>01.20 Krok za krokem (4)</p> <p>01.40 Smrtonosná zbraň II (7)</p> <p>03.05 Co na to Češi</p> <p>03.45 Ordinace v růžové zahradě 2 (683)</p>	<p>16.30 Odpolední zprávy</p> <p>16.45 Policie v akci</p> <p>17.40 Prostřeno!</p> <p>18.55 Velké zprávy</p> <p>19.40 Divošky</p> <p>19.55 TOP STAR</p> <p>20.15 Slunečná (26)</p> <p>Zoufalé činy. Seriál (ČR, 2020)</p> <p>21.35 7 pádů Honzy Dědka</p> <p>22.50 Polda (6)</p> <p>Fotbal nemá logiku. Detektivní seriál (ČR, 2016)</p> <p>00.05 Policie v akci</p> <p>01.00 Policie v akci</p> <p>01.50 Walker, Texas Ranger VI (5)</p> <p>02.40 Jake a Tlustoch V (8)</p> <p>03.25 Prostřeno!</p> <p>04.50 Pohoda u krbu</p>	<p>13.00 Óčko news</p> <p>13.05 Óčko hity</p> <p>14.00 Óčko news</p> <p>14.05 Óčko trendy</p> <p>14.30 Zažeh nudu s Óčkem</p> <p>14.35 Óčko trendy</p> <p>15.00 Top 3 YouTube Chart</p> <p>15.10 Óčko trendy</p> <p>15.30 Óčko news</p> <p>15.35 Můj Mixxxer</p> <p>17.30 Smartmania</p> <p>17.45 Óčko hity</p> <p>18.00 Zažeh nudu s Óčkem</p> <p>18.05 Óčko hity</p> <p>19.00 Óčko news</p> <p>19.05 Moje desítka</p> <p>20.00 Óčko hity</p> <p>21.00 CZ & SK</p> <p>22.00 Óčko flirt</p>



JAKUB KOHÁK

BEZMOZOLNATÝ



Sloupek

LEGO MOZOLY

Býval znamením těžké manuální práce. Pyšnit se jím mohly takřka všechny dělnické profese, ale i některá další odvětví lidské činnosti, jako například tenisté, skokani o tyči, vzpěrači, veslaři, kanoisté... Můj kamarád olympijský medailista v jízdě na divoké vodě, kanoista Vavřinec Hradílek, je měl na dlaních takové, že připomínaly další, zakrnělý prst! Já sám jsem mohl být skvostným, světovým kytaristou, ovšem už po první lekcí jsem tuto myšlenku zavrhl, protože jsem je neměl a jejich vytvoření by zcela znetvořilo mé šlechtické ruce. Mozoly, otlaky, zrohovatělá kůže... to jsou úkazy, na které zde poukazuji.

Můj dědeček, vášnivý zahrádkář, je měl na rukou též a já na něj, jako malý kluk, fascinovaně sahal a nechápal, jak mohou vzniknout.

Citát

Jsou jedinci, kteří se mozoly pyšnit mohou. Těmi nejmladšími jsou moji synové!

Současní lidé je mají maximálně na prstech, kterými mačkají své telefony, ale jsou samozřejmě ještě jedinci, kteří se jimi pyšnit mohou. Těmi nejmladšími jsou moji synové! Ne tedy, že bych je nutil dřít

na políčku či rubat rudu. Ani od tenisové rakety, oštěpu, hokeyjky, vesla, pádla či ráhna to nemají. Dokonce ani od koštěte ne! Moji kluci si sami na nohou vytvořili tak zvané „lego mozoly“. Oba jsou nadšenými staviteli, a jak při práci s kostičkami sedí na zemi a nohy mají složeny pod sebou, vytvořil se jim na vnějším nártu hrbolek. Pátrali jsme se ženou, co by to mohlo být, a skutečně je to od drsné lego práce. A je to logické! Anglicky se noha řekne „leg“, takže je na vznik otlaků a mozoliva na nohou poukazováno už v samotném názvu. Nyní, v těchto koronadnech, kdy jsme nuceni zůstat doma, dorostly jejich mozoly olbřímích rozměrů! A já jsem na kluky hrdý! Aspoň někdo v naší rodině má mozoly!

Anketa

f Co nakupujete na farmářských trzích?



Daniel Šebek
Zajímavou zeleninu.
Třeba červenou mrkev.

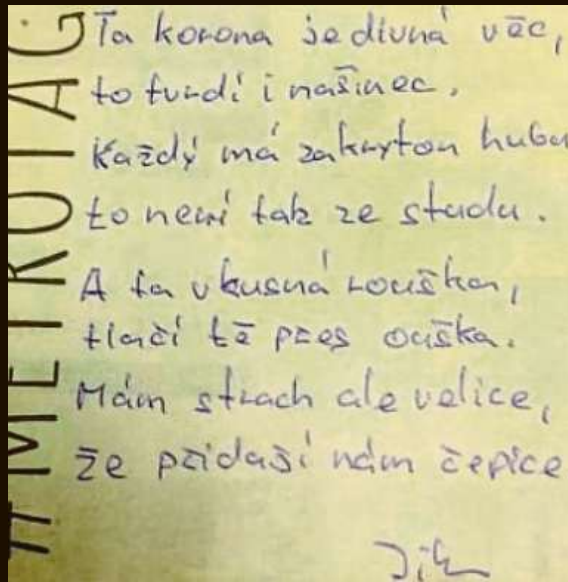


Vladimír Chochola
Škvarkovou pomazánku,
jitrnice.



Marek Mahdal
Řemeslná piva
a domácí pálenky
všeho druhu.

@mojemetro



Rýmy, které nám od **@jirkaspurny** připluly, prozrazují nevšední básnické střevo. Jirko, vy rýmaři, nepocházíte snad z Rýmařova, tak jako jeden z redaktorů Metra? :) Ale vážně. Rýmovačky ve stylu věc-našinec, velice-čepice jsou prima. A dvojice hubu-studu a rouška-ouška můžou aspirovat na koronavirovou literární cenu!

#METROTAG

Tohle je místo na váš vzkaz pro ostatní čtenáře deníku Metro. Pište, kreslete, zpřijemněte někomu den. Výtvar vyfoťte a sdílejte na vašem Instagramu, tagujte #METROTAG. Otiskneme ho v novinách!

Dopisy a vzkazy

Zvěd, doktor věd

Je mi 86 let, proto Instagram nemám, a tak slovní hříčku mailem posílám: Byl jeden mladík zvědavý, proto měl přezdívku Zvěd. Také byl stále hladový, a tak vše, co bylo k jídlu, sněd'. Když dospěl do osmnácti let, z rodného hnízda se zved', do světa šel studovat, jiné lidi poznávat. Když se vrátil zpět, byl z něj doktor věd.

EVA TREJBALOVÁ

Blahobyt i nouze

Mám za to, že plošné rozdávání peněz ze státního rozpočtu by mělo být jen první pomocí v nouzi, a to krátkodobou a hlavně nezneužitelnou těmi, co se pandemií jen zaštiťují. Podnikatelské prostředí bych nechal pročistit přirozenou cestou od těch naříkajících a žadonicích. Kapitalismus, bohužel, není jen o blahobytu.

A. NEPALA

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

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

Řešení sudoku

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

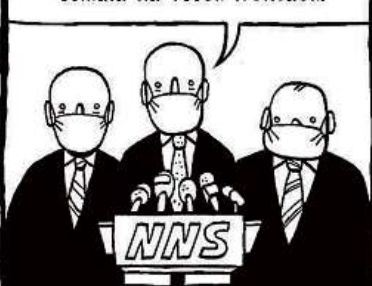
Řešení luštěnky

KONÍRNA

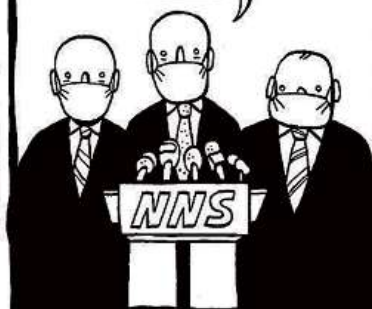
Komiks

Stripoff..... NNS

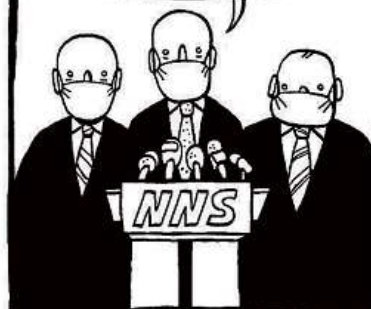
Situace kolem pandemie ukazuje, že liberální demokracie selhala na všech frontách.



Proto volte naši novou stranu, ...



... a my zavedeme jediný funkční politický systém.



Koronární virokracii.



honza-smolik.com

CO NEJVÍCE POMÁHÁ NAŠÍ IMUNITĚ?

S jarem přichází správný čas na očistu organismu, kterou máme spojenou především s hubnutím a přípravou na léto. Očista organismu posílí naši imunitu. A imunita je schopnost organismu bránit se antigenům a nežádoucím vlivům pocházejícím jak z vnějšího, tak vnitřního prostředí. Antigeny jsou zejména buňky patogenních organismů, viry, paraziti nebo nádorové buňky. Imunita spouští imunitní odpověď našeho organismu vůči těmto nežádoucím uskupením. Jak kvalitní imunitu máme, záleží z velké části na každém z nás. Jak jste na tom vy?

TEXT A FOTO: CLINEX

Jak silnou máme imunitu? Přirozená imunita je první linií obrany vůči infekci a neustále hlídá každodenní napadání těla patogeny. Funguje jako antivirový program ve vašem PC, který má uložené vzorce chování škodlivých programů, a jakmile se něco objeví, antivir vetřelce zničí. Naše imunita funguje stejně. Buňky fagocyty stále hlídají, a pokud rozpoznají nebezpečí, antigen zlikvidují. Kromě dostatečného příjmu vitaminů a minerálních látek můžeme pro imunitní systém udělat mnohem víc. Otuzování, sauna, sport, doplnění zásadních živin, které imunitu prokazatelně zvyšují. Například selen, kterého nemá česká populace dostatek a jenž výrazně ovlivňuje imunitní systém. Nebo extrakt z ořešáku, který se aktuálně jeví jako nejdokonalejší prostředek k očistě

střevního traktu od usídlených parazitů. Kurkumin má zase výrazné antioxidační účinky a bojuje proti volným radikálům v těle. Dokáže zneškodnit některé bakteriální i virové patogeny.



IMUNITA Z LÉKÁRNY?

Naše babičky si imunitu zvyšovaly nejen půstem, ale dělaly i různé odvary a tinktury. My už si naštěstí můžeme zajít do lékárny a žádat adekvátní kombinaci. Aktuálně můžeme žádat účinnou komplexní směs extraktů Wurm-Ex. Obsahuje nejen všechny zmíněné účinné látky, ale také jod a piperin, který znásobuje účinky kurkuminu. Působí v celém těle a širokospektrálně. Navíc jodu podle výzkumů přijímá průměrný Evropan dlouhodobě dvakrát méně, než by měl, což imunitu velmi oslabuje. Více na Wurm-ex.cz

NEPROPÁSŇETE OMEZENOU AKCI A MAXIMALIZUJTE IMUNITU!

Snížená imunita stojí za mnoha vleklými zdravotními problémy. Tělo je náchylné k jakékoli nákaze. Wurm-Ex imunitu maximalizuje a kromě možného nežádoucího úbytku tělesné hmotnosti nemá nežádoucí účinky. Při zadání slova AKCE do formuláře na stránkách výrobce lze do vyprodání přípravek získat o 100 Kč levněji. „Wurm-Ex se užívá pouze 10 dnů, avšak způsobuje nekontrolovatelný úbytek váhy. V žádném případě nepřekračujte doporučené dávkování, nejedná se o přípravek na hubnutí,“ varuje Antiparazitikum.cz. ■

Wurm-Ex®
by **clineX**



- ✓ Ořešák královský
- ✓ Kurkumin
- ✓ Piperin
- ✓ Selen
- ✓ Jód

**VÝHODNÉ
BALENÍ**
2x Wurm-Ex Plasma
+ 2 dvojbalení Wurm-Ex



Doplněk stravy **Wurm-Ex přispívá k přirozené obraně těla** před externími agenty, k normální funkci střevního traktu a k udržení normálního stavu sliznic.

Doporučené dávkování: 1 tobolka večer před jídlem po dobu 10 dnů, při tělesné hmotnosti nad 70 kg 2 tobolky

Wurm-ex Plasma pro děti 5 ml/den. Detoxikace a odčervení se doporučuje provádět 2x ročně.

Nežádoucí účinky: Způsobuje úbytek váhy. Nepřekračujte doporučené denní dávkování.

Nezávislá studie na www.antiparazitikum.cz

Žádejte ve své lékárně nebo získajte slevu při zadání slevového kódu **AKCE** na www.wurm-ex.cz

World Environment Day

On World Environment Day people from countries all around the world come together to take action to defend our planet. People celebrate World Environment Day (WED) by planting trees, cleaning up local beaches, organising meetings, joining online protests.

How it first started

The United Nations (UN) named 5 June as international World Environment Day in 1972. The idea was to draw attention to the many problems that are facing our environment. They wanted to include as many people, organisations and governments, as possible. They wanted to show that positive change is possible when people work together to fight for a common cause.

The first WED was celebrated in 1974 in the city of Spokane in the USA. Since 1974 the WED has been hosted by 34 different cities around the world. But that doesn't mean that all the celebrations take place in the host country. Every year people from all over the world take part in different events to draw attention to the main issue.

The issues

Each year the celebrations focus on a particular problem. Over the last ten years key issues have included wildlife, forests and plastic waste. Each issue



has a slogan. Past slogans include 'Think. Eat. Save.', which asked people to think about the issue of food waste, and 'Raise your voice, not the sea level', to focus on the effect that global warming is having on small island nations around the world. In a recent campaign the hashtag #WildforLife became a symbol for the fight against illegal trading in plants and animals.

What you can do

You can find organisations and events in your area or online and share information about the cause and the events on social media or form a local action group and organise an event in your community. Whatever you do, you won't be alone. Millions of people all around the world will be joining the celebrations and fighting for a better future for our planet.

ACTIVITIES

1. Vocabulary

Match the definitions (a–h) with the vocabulary (1–8).

vocabulary	definition
1. island nations	a. to organise an event
2. global warming	b. a phrase that is used to promote something
3. illegal trading	c. people who live in the same town or neighbourhood
4. local community	d. countries that are made up of one or more islands
5. to focus on	e. buying and selling animals that are in danger or protected
6. to host	f. the fact that temperatures are getting hotter around the world
7. a cause	g. to pay attention to
8. a slogan	h. something that you believe in and are ready to fight for

2. Matching

Match the information (a–e) with the section titles (1–5).

Section titles	Information
1. The issues	a. When the decision was made about the date for this special day
2. What you can do	b. What was so special about the exhibition that was held in the USA
3. How it first started	c. The names of cities and countries that have helped organise the day
4. The hosts	d. The problems and good causes that people have tried to draw attention to
5. The first WED	e. Examples of the kind of thing people do to fight for the environment

DISCUSSION

What do you think are the main problems that are facing the environment at the moment? What can we do to help?

ANSWERS

ACTIVITY 1

1. d; 2. f; 3. e; 4. c; 5. g; 6. a; 7. h; 8. b

ACTIVITY 2

1. d; 2. e; 3. a; 4. c; 5. b

Návrat na trávníky. Jen přihrávky nebo střelba

Fotbalisté Slovácka začnou společně trénovat později, šest týdnů stačí.

Většina profesionálních fotbalistů v Česku se po více než měsíci včera v omezené míře ve skupinách maximálně po osmi vrátila do tréninku, který přerušila pandemie nového typu koronaviru. K úvodní společné přípravě po více než měsíci individuálního programu v domácích podmínkách se sešli i hráči Plzně, Sparty či mistrovské Slavie. Sigma Olomouc a Baník Ostrava se zapojí až dnes a Slovácko až za týden. „K přípravě na obnovený start ligy nám stačí šest týdnů. To je doba obvyklá pro zimní přípravu, v létě bývá ještě o týden kratší,“ řekl kouč Slovácka Martin Svědík.

Trenéři týmů 1. a 2. ligy včera hráčům naordinovali přihrávkovou či střelckou cvičení a řada z nich kádry rozdělila

podle jednotlivých postů. Některé týmy využily jen jedno tréninkové hřiště a skupiny se na něm postupně střídají, jiné mají větší areály a současně se připravují na více oddělených plochách.

Sparta v rozlehlém tréninkovém centru na Strahově rozmístila osmičlenné skupiny na tři hřiště. Také Bohemians 1905 se v Uhřetěvsi připravují najednou – jednu skupinu tvoří brankáři a další tři pak sedm až osm hráčů do pole. Naopak v Teplicích se tři skupiny střídají na jednom hřišti v Dubí tak, že se navzájem vůbec nepotkají. Před tréninkem navíc týmový lékař hráčům jednotlivě změnil teplotu. Také ligový nováček z Českých Budějovic rozdělil tým na tři části – nejprve trénovaly souběžně na dvou plochách dvě skupiny a poté na jednom hřišti třetí.

Z vládního plánu dalšího uvolňování restrikcí vyplývá, že se přerušena sezona bude moci znovu rozběhnout nejdříve 8. června. **ČTK**



Trénink Příbrami vedl nový hlavní trenér Pavel Horváth. ČTK

Žádné sprchování, na trénink musí fotbalisté jet sami

Týmy na tréninku musejí dodržovat hygienická opatření.

- Hráči se musejí vyvarovat soubojových a kontaktních cvičení, musejí mít nejméně dvoumetrové rozestupy,

nesmějí se ve společných prostorách sprchovat a na trénink smějí cestovat jen individuálně.

- Klub navíc musí zajistit dezinfekci tréninkových pomůcek.

Krátce

Skeptický názor

Konání olympijských her v Tokiu v náhradním termínu v příštím roce považuje za nereálné další odborník na zdravotní problematiku. Japonský virolog Kentaro Iwata míní, že základním předpokladem je mít nákazu COVID-19 pod kontrolou. V jeho zemi to možné podle něj bude, ve světě ale ne.

Učí španělštinu

Argentinský fotbalový útočník Sergio Agüero z Manchesteru City změnil profesi, na nějaký čas je učitelem. Podobně jako se čeští profesionální sportovci zapojili do projektu UčíTelka a vedou tělocvik, fotbalový reprezentant v rámci vzdělávacího pořadu BBC na dálku dává dětem lekce španělštiny.

Závodí virtuálně

Také tovární tým Škoda Motorsport se ve vynucené závodní pauze rozhodl vstoupit do světa virtuálních soutěží. **ČTK**

Vojna. Nahlásil se i s fanoušky

Fotbalista Tottenhamu Son Hung-min nastoupil během pandemie nového koronaviru na povinnou vojenskou službu v rodné Koreji. Sedmadvacetiletý ofenzivní hráč a reprezentant začal třítýdenní intenzivní výcvik s námořní péchotou na ostrově Čedžu. Na místo dorazilo asi 80 příznivců a 20 novinářů a fotografů, kteří chtěli fotbalistův výcvik zachytit. **ČTK**

INZERCE

Seznámení

- Dobře situovaný Němec, 38 let, hledá ženu pro trvalý vztah a lásku pro život, k založení rodiny. Jen ty mi chybíš. T. 736126955.

metro

UŽ ZÍTRA
VYCHÁZÍ VÁŠ MAGAZÍN METRO!

JACOB
ERFTEMEIJER

Stal se novou posilou kriminálky Specialisté a přiznává, že ho natáčení zpočátku dost válcovalo. Jeho drsnácký kapitán se v partě vyšetřovatelů už zabydlel a televizní národ se učí vyslovit Jacobovo krkolomné příjmení.



metro

Kde nás najdete, se dozvíte na www.metro.cz/distribuce



„Povinné očkování? Já ne“

Pokud by se rozběhla sezona s povinným očkováním pro tenisty, pravděpodobně by na turnajích chyběla světová jednička Novak Djoković. Hvězdný Srb, který vybojoval 17 grandslamových titulů a letos neprohrál jediný zápas, totiž odmítá vakcíny. Ta proti novému typu koronaviru nicméně zatím není k dispozici. „Jsem proti očkování a nechtěl bych, aby mě k tomu někdo nutil, abych mohl cestovat,“ řekl Djoković v chatu na Facebooku s dalšími srbskými sportovci. „Pokud to bude povinné, budu se muset rozhodnout. Zda názor přehodnotím? Nevím.“ **AP**

Číslo dne

2.

Veronika Voráčková skončila druhá v anketě o nejlepší mladou basketbalistku Evropské ligy. Hráčku USK Praha v hlasování trenérů, médií a fanoušků porazila jen 18letá Iliana Rupertová z Bourges.

1

Čeští plavci začnou trénovat ve venkovním bazénu v Podolí. Hygienici ho uznali za venkovní sportoviště. V dráze bude moci být jeden plavec.

Vyberte si svůj způsob dopravy:

- Bezkontaktní AlzaBoxy
- Vyzvednutí na pobočce
- Doručení až domů



Prádlo jemnější než pohazení

Silan

SILAN Sensitive 2 775 ml (111 praní)

Aviváž pro zjemnění a osvěžení prádla
Jemná vůně, šetrná i alergické pokožce
Pomáhá usnadňovat žehlení
Dermatologicky schváleno



od 3 kusů
119,-/ks

obj. kód: AVI111

Vytřete špině zrak

-17 %

LEIFHEIT

Vždy o nápad lepší

Leifheit REGULUS Aqua PowerVac

Týčkový aku vysavač s funkcí vytírání
Vysoké zachycení špíny s čistícím válcem
Omyvatelný filtr, nízká hlučnost, bezkabelový
Li-Ion baterie a nabíjecí základna



7 799,-
6 499,-

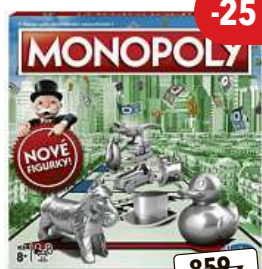
obj. kód: LEIFTV148

Kupte si klidně celé město

Hasbro

Monopoly nové CZ

Světově známá společenská hra
Vhodná pro děti už od 8 let
Zábava pro 2 až 6 hráčů
Parádní nové figurky



859,-
639,-

obj. kód: HRAjd0119

Mňaumózní lahoda

-22 %

felix



Felix fantastic (2x 24, 100 g) – výběr v želé

Kapsičky pro kočky, kousky v lahodném želé
Mix chutí: jehněčí, hovězí, králičí a kuřecí
Zdroj omega 6 mastné kyseliny, vitamínů E a D
Pro malé i velké kočky s normální aktivitou

458,-
359,-

obj. kód: KRMRk0284S

Nadupaný herní king

LG

27" LG 27GL83A-B

LCD monitor s Quad HD rozlišením
Obnovovací frekvence 144 Hz, HDR 10
99% sRGB, kompatibilní s G-Sync®
Nastavení výšky i úhlu, 90° natočení



11 490,-
9 990,-

obj. kód: WK060a1h9i5a

Staňte se mistrem grilu

-30 %

Cattara
touch the freedom



Cattara ROYAL

Gril na dřevěné uhlí s odkládací plochou
Rošt na uhlí s nastavitelnou výškou 9-21 cm
Vyklápěcí víko se zabudovaným teploměrem
Kolečka pro snadnou manipulaci

3 990,-
2 790,-

obj. kód: Cattara006

Bezpečné a spolehlivé náupy na  alza.cz

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

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 15. 4. 2020 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na www.alza.cz/reklama. Aktuální ceny najdete vždy na www.alza.cz.