

# MISTROVSKÉ TELEVIZE



Lepší zážitek  
než na stadionu

DVB-T2/C/S2

HbbTV

Full HD Smart televize  
**SAMSUNG UE43J5672**

Rozlišení 1920×1080 • čtyřjádrový  
procesor • LAN • 3× HDMI • 2× USB port 2.0  
• DVB-T2/C/S2 • integrovaná Wi-Fi

362931

**10 990 Kč**



Notebook  
**LENOVO IdeaPad Z50-75**

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

**Lenovo**

405881

**13 999 Kč**

**HALÓ, TADY IMPULSOVI  
VÁM ZMĚNÍ LÉTO!**

CHATAHITI

Líbí se vám představa, že letos v létě už  
nebudete zase jen na chatě opékat buřty,  
ale budete třeba na Tahiti popíjet koktejly?  
Změníme vám prázdniny! Není na co čekat,  
každý den pro vás v Haló, tady Impulsovi  
máme letní prémie. Auto, bazén, vířivku,  
opravdu exkluzivní zájezd  
**a 30. června jeden milión korun!**



# VÝHRA NAD TURKY JE NADĚJÍ NA POSTUP

ČESKÉ FOTBALISTY ČEKÁ ROZHODUJÍCÍ ZÁPAS VE SKUPINĚ STRANA 21

# metro



**PRAHA**

Úterý, 21. června 2016

Č. 120, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)  
Svátek slavi: Alois



Min. 21°  
Max. 25°

Nejčtenější noviny v Praze



# Denně u nás přibývá 150 nových diabetiků

**Cukrovka.** Ze začátku nebolí, přesto tato nemoc zabíjí. **Léčba.** Pouze brání komplikacím a prodlužuje život pacienta. **Pomoc.** Ke zlepšení úspěšnosti léčby má příští rok přispět Národní diabetologický registr STRANA 6



## Radnice italských velkoměst Říma a Turína povedou ženy

Italská vládní Demokratická strana premiéra Mattea Renziho utrpěla v neděli drtivou porážku ve druhém kole místních voleb. Prohrála kromě jiného v Římě a Turíně, kde radnice povedou kandidátky Hnutí pěti hvězd. Po sečtení všech hlasů v Římě zvítězila ziskem 67 procent hlasů 37letá právnička Virginia Raggiová (na snímku), která se stane první ženou v čele římské radnice. Její stranická kolegyně Chiara Appendinová překvapila v Turíně ziskem téměř 55 procent hlasů. AP

## Jedna SMS a přivezou vám cokoliv

Donášková firma dokáže sehnat i pět let vyprodaný parfém. A to za průměrnou dobu 47 minut od zaslání požadavku. Navíc za takto koupené zboží nezaplatíte víc, než je běžné. STRANA 3

## Jde o nátlak?

Policejní prezident Tomáš Tuhý odmítl tvrzení ostravské expozitury Útvaru pro odhalování organizovaného zločinu (ÚOOZ), že je podezřelý z úniku informací při objasňování hospodářské trestné činnosti. Postup pokládá za nebyvalý účelový nátlak končícího šéfa ÚOOZ Roberta Šlachty a jeho příznivců. STRANA 7

## Na parkovišti bude piknik

Léto na Malostranském náměstí zahájí 1. července akce pro děti. V poslední červnový den z tohoto místa totiž zmizí auta. Podle primátorky Adriany Krnáčové je zvaný každý, kdo z Prahy o prázdninách neprchne. STRANA 2

# Na parkovišti bude letní piknik

**Léto na Malostranském náměstí zahájí akce pro děti.**

„1. července uděláme piknik pro děti jako příklad akce, které jsou na náměstí vítány,“ slibuje primátorka Adriana Krnáčová. Zvaný je podle ní každý, kdo o prázdninách neprchne z Prahy. „Čas nás tlačí, musíme jednat rychle,“ potvrzuje její náměstkyně pro územní rozvoj Petra Kolínská. Letní provoz na Malostranském náměstí, odkud 30. června zmizí parkoviště, dostává konkrétní obrysy. Rada města dnes schválí materiál, který určí, jak bude náměstí fungovat. Jasně už je, že magistrát pro náměstí určí koordinátora, který bude mít jeho využití na starosti.

Včera odpoledne se v Malostranské besedě sešlo deset



**Citát**

**Obyvatelé Malé Strany volají především po zklidnění prostoru, osazení laviček a chtějí více zeleně.**

ADRIANA KRNÁČOVÁ, PRIMÁTORKA

místních spolků, ale i zástupci Matematicko-fyzikální fakulty Univerzity Karlovy nebo Malostranáků. Na neformálním setkání s primátorkou a radnicí Prahy 1 se řešilo, co do budoucna s námě-

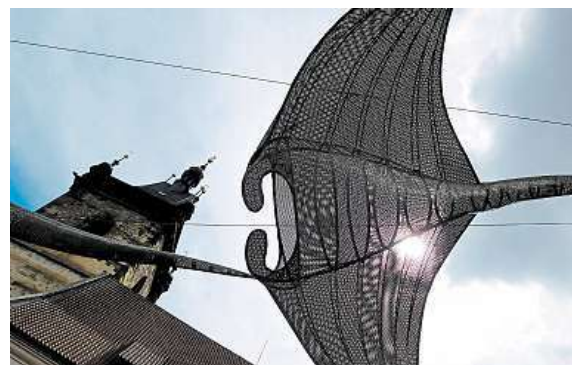
tím. Hned první den začne z náměstí mizet dopravní značení, osamělý platan doplní další vzrostlé stromy. Na náměstí je přivezou zasazené v květináčích. Stín mají zajistit i bílé slunečníky, sedět se bude u stolků na židličkách, které Pražané znají z Hořejšího nábřeží nebo piazzetty Národního divadla. Svě místo by na náměstí měla mít i pojízdná kavárna nebo klavír. Hoto-vo má být zhruba za dva týdny, v polovině července.

Už teď je jasné, že na náměstí nebude divadlo ani koncerty. Jednak si je nepřejí místní a hlavně náměstím projíždí v obou směrech sedmdesát osm tramvají za hodinu. „Neumím si představit, že by se koncert nebo divadlo přerušovalo kvůli každé dvaadvacitce,“ potvrzuje Krnáčová.



**ROBERT OPPELT**

robert.oppelt@metro.cz



## Sochařský festival v centru

Až do konce září můžete narazit v metropoli na různorodé objekty v rámci festivalu Sculpture Line. Například Andělé moře z oceli připomínající rejnoky od Michala Trpáčka plavou u Novoměstské radnice na Karlově náměstí a bronzové koně Michala Gabriela klušou po piazzetě Národního divadla.

2X JARMILA KOSTKANOVÁ



INZERCE

**24%\*** garantovaný roční výnos

**TeleTrade**  
expert na finanční trhy

**Investujte moderním způsobem**

- Investice v každém okamžiku pod kontrolou
- Zdarma odborná školení
- Bonus až 50 % na vloženu částku investora
- Podléháme doзору ČNB

Karlovo náměstí 2097/10, Praha 2, Obchodní centrum Atrium  
+20 222 317 632  
\*Pravidla a podmínky 24% bonusu na [www.teletrade-dj.cz](http://www.teletrade-dj.cz)

**XIII. SOUTĚŽNÍ PŘEHLEDKA ROBOTŮ**

# ROBOTICKÝ DEN

**26. 6. 2016**

**KONGRESOVÉ CENTRUM PRAHA**

**→ ROBOTICKYDEN.CZ**

ORGANIZÁTOŘI

MATEMATICKO-FYZIKÁLNÍ  
FAKULTA  
Univerzity Karlovy

matfyz

Robonika

HLAVNÍ PARTNER

KONGRESOVÉ CENTRUM  
PRAHA

PARTNERI

HOBBYROBOT

DIAMETRAL

Valeo

REALPAD

Dozorní podnik  
Investiční skupina

PROLOGUS  
Kancelář pro PR a marketing

MEDIÁLNÍ PARTNER

# Pět let vyprodaný parfém i slimáci

**Donáškové firmy přivezou cokoliv.**

Tisíc startovních čísel pro běžecký závod, sedmdesát velikonocních zajičků, živá zvířata nebo pět let vyprodaný parfém.

To je jen několik příkladů z dlouhého výčtu věcí, které za půl roku své existence dovezla na základě esemeskové či facebookové objednávky donášková firma Dodo. Inspirační pro její založení se stala služba Magic, která funguje v USA.

„Stačí poslat SMS v rámci běžného tarifu a za průměrnou dobu čtyřiceti sedmi minut vám dovezeme cokoliv,“ řekl deníku Metro Denisa Dlabová, mluvčí firmy.

Zboží zde nestojí více, než je běžné. Služba totiž dokáže získat lepší ceny od obchodníků, a tak zákazníkovi neučtuje zbytečné poplatky. Vozí navíc non-stop, takže není výjimkou ani dovoz sexuálních pomůcek a v nočních hodinách rychle obcerstvení a alkohol. „Nedávno jsme vezli kilo čokoládové zmrzliny jako dar slečně od pána, který se zasekl v hospodě s kama-

rády, nebo tři živé slimáky či rybičky. Omezuje nás jen to, co kurýr unese,“ dodává Dlabová, podle které je jediná podmínka – musí jít o zboží v mezích zákona.

Jídlo, květiny nebo třeba léky vám za několik desítek korun ve dne v noci přiveze také firma Nočníkurýr.cz, na alkohol i nealko je tu zase doavážka portálu party 24.cz. Výhradně na jídlo se zaměřuje Dámejídlo.cz nebo Rozvozejídla.cz.



**FILIP JAROŠEVSKÝ**  
dopisy@metro.cz

## Zprávy krátce

### Piráti ve volbách: více zapojení lidí do dění v politice

Zapojit občany do rozhodování, usnadnit přístup k informacím a zajistit kvalitní veřejné služby – to slibuje Česká pirátská strana v programu pro říjnové krajské volby, který včera zveřejnila. „Rádi bychom pomohli vytvořit kraje bez klientelismu a korupce, které s penězi nakládají efektivně a vycházejí vstříc aktivním občanům,“ uvedl předseda strany Ivan Bartoš (na snímku). Piráti se proto chtějí zasadit o to, aby byly zveřejňová-

ny „veškeré zásadní informace z krajů“. **ČTK**

### Architekti na jedné lodi

Ve středu 29. června se na lodi (A)void v těsné blízkosti Železničního mostu na Výtoni konají ozvěny nominálního večera České ceny za architekturu. Akce začne od 16 hodin a na programu budou debaty o architektuře, výstava diplomových prací nebo různé projekce 63 děl, která do užšího výběru nominovala prestižní mezinárodní porota. Vítězové budou vyhlášeni v listopadu na slavnostním galavečeru v holešovickém prostoru Jatka78. **MAP**



## Herecké hvězdy míří s komediemi pod otevřené nebe

Letní scéna pražského Divadla Ungelt otevře své brány na Novém Světě na Hradčanech 4. července. Hlavním titulem bude rodinná tragikomédie Mezi úterým a pátkem, v níž se objeví například Regina Rázlová. Přehlídka pod širým nebem, která se koná podvanácté, nabídne 52 představení. Budou rovněž uvedeny muzikál Touha jménem Einodis nebo anglická komedie Pan Halpern a pan Johnson. Pod otevřeným nebem budou hrát oblíbené herečky jako Jitka Čvančarová a Simona Stašová, zpěvačka Marta Kubišová (na snímku zleva), dále Petra Nesvačilová nebo Petr Kostka. **ČTK**

## Píšeš? Zemřeš! Zkuste psát SMS při řízení

Nevěnování se řízení je podle policistů nejčastější příčinou dopravních nehod. Lidé dnes mnohem častěji než kdy dřív při jízdě v autě esemeskují, telefonují, píšou zprávy na sociální síte nebo nastavují navigaci. Jak je takové jednání za volantem nebezpečné, má ukázat dnešní akce, kterou pořádá ministerstvo dopravy společně s Besipem. Ti, kteří během odpoledne dorazí před OC Arkády na Praze 4, si budou moct vyzkoušet jízdu zručnosti, která bude zkomplikována psaním esemesek nebo nastavováním navigace. Nevěnování se řízení způsobilo za loňský rok přes patnáct tisíc nehod, při kterých zahynulo téměř 90 osob. **MAH**

## Jatka78. Tentokrát otevřeno pro děti

Pokud máte rádi nový cirkus a chcete umění artistů přiblížit i svým dětem, máte jedinečnou šanci. Holešovický prostor pro nové umění Jatka78 se dnes otvírá i dětem. Akrobatky z Cirku La Putyka a jejich divadelní hosté si pro děti i letos na začátek léta přichystali odpolední přípravu na prázdninové rošťárny plnou cirkusových a hudebních workshopů, divadelních představení a legrace. Jediné dětské odpoledne nese název Ukončete nástup, dveře se otvírají. Děti si budou moct vyzkoušet skákání na

trampolíně, závěsnou akrobacii či divoké bubenické rytmy. Cirkusová dílna začíná v 16 hodin, půl hodiny po zahájení dětského dne.

Pokud nechcete mít z dítěte malého artistu, nevádí. Pro děti jsou připravena také tři divadelní představení – dvakrát Loutkové varieté (Malé divadélko), Zajíček a velká mrkvová záhada (Divadlo 100 opic) a O perníkové chaloupce (Klaunské divadlo Jenička a Mařenky) – prodej štěstíček, soutěže a mnoho dalšího. Jednotné vstupné je 200 korun. **ROBERT OPPELT**

### Program:

Dětský den začíná v 15.30

- 15.40 Loutkové varieté
- 16.30 Zajíček a velká mrkvová záhada
- 17.30 O perníkové chaloupce
- 18.15 Loutkové varieté



**Rostě Novák**

**MARKÉTA ŠEDIVÁ**



Den otevřených dveří na velvyslanectví je 23. června. MAFRA

## Lobkovický palác. Němci otevřou brány

Jen jeden den v roce se otevírají pro veřejnost brány německého velvyslanectví ve Vlašské ulici pod Petřínem. Lobkovický palác ale není jen barokní památkou, je to místo, kde se psaly moderní německé dějiny. Návštěvníci dostanou šanci se podívat na bal-

kon, z něhož Hans-Dietrich Genscher před 27 lety pouhými dvanácti slovy změnil život tisícům uprchlíků z NDR. Událost připomíná i slavný Kráječjí trabant Davida Černého v zahradě. Pestrý program pro děti i dospělé začíná ve čtvrtek ve 14.30. **ROW**

### Tipy na dnešní den

#### HUDBA

Nový vítr na české hardcorové scéně, kapela Kovadlina v čele s frontmanem Banánem pokrčí dnes na pontonu na Střeleckém ostrově svou desku Životy těch druhých. Vystoupí také sprátelené kapely Remek, Ficken Leben a Círguz. Vstup zdarma.

#### FOTBAL

Na doby, kdy se hrála československá fotbalová liga, si mohou přijít vzpomínat fanoušci do vršovického Dolíčku. Bohemians 1905 pozvali ŠK Slovan Bratislava. Začátek utkání je v 18.30. Dětský den s Klokánem začíná už ve 14 hodin. **MET**

# Detektiv: Nejsme žádné kartářky

Opatřuje informace a důkazy pro soudní či správní řízení, zajišťuje kriminální posudky či vám prolustruje vašeho zaměstnance, partnera nebo třeba podezřelého nájemníka. Tak vypadá práce soukromého detektiva, jakéhosi Phila Marlowa dneška, Jiřího Kameníka. Ten se v kriminální oblasti pohybuje desítky let a ví o detektivní profesi doslova vše. Bývá totiž nazýván otcem zakladatelem soukromých detektivních agentur v tuzemsku. „Vždycky nakonec řešíme nevěru. Ať už to jsou zaměstnanci vůči zaměstnancům, společníci vůči společníkům nebo jde nevěrné paničky,“ říká soukromý detektiv Kameník.



Jiří Kameník METRO

Je jste pro stát hrozbou, licenci vám nevydá.

### Co patří mezi nejčastější věci, které řešíte?

Základem je nevěra v různých podobách. Rozumný člověk by měl chtít vědět, jak na tom je, a na základě toho musí zaujmout určité stanovisko. Od toho tady tahle služba je. Zažil jsem mnoho případů, kdy lidé i po odhalení nevěry zůstali spolu a vše bylo v pořádku. Detektiv tu není od toho, aby kohokoliv soudil. Jsou ale bohužel i případy, kdy se klient dozví to, co nechce slyšet.

### Stalo se vám někdy, že kli-

### ent nechtěl za dokončenou práci zaplatit?

Bohužel několikrát ano. Ačkoliv je zákazník v podstatě náš pánbůh, nejsme kartářky, abychom vždycky řekli to, co chce slyšet. Lidé přicházejí s různými požadavky a různé pak reagují při konfrontaci s pravdou. Většina se ale nakonec umoudří, protože nechtějí své soukromé záležitosti tahat na veřejnost a po soudech. Z naší strany je všechna práce doložitelná a hlavně smluvně stvrzená.

### Přijdu do vaší kanceláře s tím, že mě podvádí partnerka. Jaký je postup?

Nejdřív si vás nechám legitimovat a vyzpovídám vás. To je úplný základ. Pak nasadíme sledování. Není to ale jako ve filmech, třeba čtrnáct dní v kuse. To byste se nedoplátil a vaše partnerka by mohla pojímat podezření. Lepší je střídat sledování den, dva, pak dát pauzu a zase znovu. Základem jsou odchylky od běžné rutiny. Pokud partnerka tvrdí, že jde na dvě hodiny do fitka a pak na víno s kamarádkami, zatímco v reálu má fitko za půl hodiny za sebou a míří úplně jinam, pravděpodobně je něco špatně. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

### Co musím udělat pro to, abych se stal soukromým detektivem?

To je jednoduché. Koupíte si licenci. Jde vlastně o koncesovanou živnost, o kterou si zažádáte. Stát vám ji ale pochopitelně nemusí schválit, a to ani tehdy, pokud splníte všechny podmínky.

### Co patří mezi takové podmínky?

Říká se tomu určitá spolehlivost. Stručně řečeno, musíte být spolehlivý pro stát. Jakmi-

INZERCE

**SOUTĚŽ** PRO ČTENÁŘE DENÍKU METRO

**VYHRAJTE**

DÁRKOVÝ BALÍČEK K FILMU DEN NEZÁVISLOSTI: NOVÝ ÚTOK!

**SOUTĚŽNÍ OTÁZKA**

Kdo je režisérem filmu?

a) Roland Emmerich b) Markus Förderer c) Jeff Goldblum

**Instrukce k soutěži:**

Své odpovědi zaslějte do dnešní půlnoci na adresu vyhraj@metro.cz ve tvaru JMÉNO, PŘIJMENÍ, ADRESA, TELEFON, SPRÁVNÁ ODPOVĚD (A, B, nebo C), do předmětu e-mailu uveďte DEN NEZÁVISLOSTI. Pět soutěžících se správnou odpovědí vyhrává balíček k filmu Den nezávislosti. Výherce bude kontaktován e-mailem do 3 pracovních dnů. Více informací o pravidlech soutěže a vyzvednutí cen najdete na [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

**metro**

MOJE MĚSTO, MOJE METRO

**AKČNÍ LETNÍ PŮJČKA**

Volejte zdarma 800 225 255

**PROFI CREDIT**  
Proficial Group

**UNIVERZITA**

Univerzita Jana Amose Komenského Praha

Poznejte nás osobně,  
jsme UJAK.



Dny otevřených dveří

Navštivte nás na dnech otevřených dveří 21. a 22. června!

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

## Metropolitní léto. Bude plné osobností

Divadlo Studio DVA letos připravilo v rámci již 13. ročníku tradiční divadelní přehlídky na Letní scéně Vyšehrad, ale i do domovského divadla na Václavském náměstí rekordních 88 představení.

Od čtvrtka do 31. srpna programovou nabídku obohatí světová premiéra letní komedie Patrika Hartla 4 sestry, v hlavních rolích s Ivanou Chýlkovou, Annou Šiškovou, Janou Strykovou, Bereníkou Kohoutovou a Romanem Štubrňákem.

Již pošesté jsou připravena i hudební setkání pod širým nebem.

Na domovské scéně na Václavském náměstí se mimo jiné uskuteční i třetí ročník Léta slovenských hvězd.

Na Letní scéně se kromě nového titulu mohou návštěvníci vypravit také na osm hitů z repertoáru divadla. Podrobný program a informace naleznete na [www.studiodva.cz](http://www.studiodva.cz). **MET**

# Připravte se na dovolenou!

Kupony platí pouze od 21. 6. do 26. 6. 2016



**FOKUS<sup>®</sup>**  
OPTIK

**Kupon na:**

## 1+1 Zdarma na kompletní dioptrické brýle!

Sleva platí od 21. 6. do 26. 6. 2016 ve všech pobočkách FOKUS optik, včetně Outletu FAOC Štěrboholy, Praha. Zdarma jsou vždy kompletní dioptrické brýle v nižší nebo stejné hodnotě. Kompletní dioptrické brýle = obruba + skla. Nevyčerpanou hodnotu dražší brýlové zakázky nelze směnit za peníze ani jiné zboží. Kupon nelze kombinovat s jinou slevou či akcí.



**FOKUS<sup>®</sup>**  
OPTIK

**Kupon na:**

## 1+1 Zdarma na všechny sluneční brýle

Sleva platí od 21. 6. do 26. 6. 2016 ve všech pobočkách FOKUS optik, včetně Outletu FAOC Štěrboholy, Praha. Zdarma jsou vždy sluneční brýle v nižší nebo stejné hodnotě. Nevyčerpanou hodnotu dražších slunečních brýlí nelze směnit za peníze ani jiné zboží. Kupon nelze kombinovat s jinou slevou či akcí.



**FOKUS<sup>®</sup>**  
OPTIK

**Kupon na:**

## 2+1 Zdarma na veškeré kontaktní čočky SWITCH

Sleva platí od 21. 6. do 26. 6. 2016 ve všech pobočkách FOKUS optik, včetně Outletu FAOC Štěrboholy, Praha. Sleva platí na všechny kontaktní čočky SWITCH. Zdarma je vždy nejlevnější balení, rozdílné dioptrie možné. Kupon nelze kombinovat s jinou slevou či akcí.



**FOKUS<sup>®</sup>**  
OPTIK

**Kupon na:**

## Velký roztok TOP Care 360 ml nebo SWITCH Plus 380 ml + malý cestovní roztok Top Care 50 ml zdarma

Sleva platí od 21. 6. do 26. 6. 2016 ve všech pobočkách FOKUS optik, včetně Outletu FAOC Štěrboholy, Praha. Zdarma malý roztok 50 ml. Kupon nelze kombinovat s jinou slevou či akcí.

# Cukrovka zabíjí tisíce Čechů ročně

**Každý den je zjištěno sto padesát nových diabetiků.**

Přezdívá se jí tichý zabiják. Ze začátku cukrovka nebolí, přesto tato nemoc zabíjí. Ročně je v Česku diagnostikována na 30 tisícům pacientům a už dávno neplatí, že se týká jen starších lidí. Podle Světové zdravotnické organizace přibývá zejména nemocných mužů. Dnešní mladí více sedí u počítačů a méně sportují. Více lidí má dnes o nějaké to kilo navíc.

„Toto onemocnění je v současné době nevyčísitelné. Cílem léčby je proto bránit vzniku komplikací diabetu, a umožnit tak zkvalitnění a prodloužení života pacientů,“ říká pro deník Metro uznávaný diabetolog Milan Kvapil. Pomoci s léčbou této

## Počet diabetiků stále roste

V Česku postihuje cukrovka osm procent populace.

- Za posledních 20 let narostl počet diabetiků o 68 procent.
- V roce 2012 zemřelo na zdravotní komplikace spojené s cukrovkou 23 300 lidí.
- Roční náklady na jednoho diabetika druhého typu jsou 25 858 korun. Více než 60 procent se vydá za jeho hospitali-

zaci. Podle ministerstva zdravotnictví jsou celkové roční náklady spojené s cukrovkou 38 miliard korun.

- Více než 100 tisíc diabetiků má postižený zrak. Stovky pacientů i oslepnou. Více než 10 tisíc Čechů s cukrovkou je po amputaci dolní končetiny.
- Diabetici mají pětkrát častěji srdeční infarkt než běžná populace.

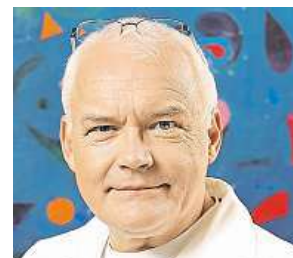
základné nemoci má od příštího roku i Národní diabetologický registr. „Nyní víme, že nejvíce pacientů s komplikacemi diabetu je na severu Čech. Nevíme ale, co je to za pacienty, jak se léčí, kolik je jim let a co dostávají za léky,“ říká Kvapil.

Ve zlepšení úspěšnosti léčby věří i Ladislav Dušek, ředitel Ústavu zdravotnických in-

formací a statistiky. „Nová data nám pomohou sledovat dostupnost léčby v regionech, umožní nám předpovědět, kolik péče a kde bude za několik let třeba. Systém se na diabetické pacienty může lépe připravit, posílit dostupnost v místech, kde chybí,“ říká Dušek. Statistiky, které má stát nyní k dispozici, podle něj nestačí. **MAREK HÝŘ**

## Nebolí. Nemoc nemá příznaky

Diabetolog Milan Kvapil po registru pacientů s cukrovkou volá už dlouho. Podle něj může zlepšit úspěšnost léčby.



Milan Kvapil

MHW

### Čím to je, že roste počet lidí s cukrovkou?

Lidé žijí jinak než v minulosti. Dříve tvrdě fyzicky pracovali a netrpěli nedostatkem pohybu. Obezita byla příznakem blahobytu a byla spíše výjimkou. Dnes lidé většinu pracovního času tráví pasivně v kancelářích. Jedí více tučná a sladká jídla, pijí hodně sladkých nápojů a také se zvyšuje faktor stresu v životě.

### Jsou někteří lidé cukrovkou ohroženi více?

Kromě těch, kteří mají nějaké to kilo navíc, jsou to ti, jejichž blízcí příbuzní už cukrovkou trpí. Nechat si pravidelně kontrolovat hladinu krevního cukru by měli i lidé se zvýšeným krevním tlakem či ti, kteří jsou léčeni pro dnu. Cukrovkou jsou více ohroženi i milovníci i uzenin, paštik či hamburgerů.

### V Česku se s cukrovkou léčí 900 tisíc lidí a dalších 250 tisíc o své nemoci neví. Jak je to možné?

Na začátku nemá diabetes druhého typu žádné příznaky. Pokud se nezměří glykémie, tak pacient o nemoci neví.

### Opavdu nemá cukrovka pozorovatelné příznaky?

Když nemoc postoupí, tak nějaké příznaky má. Lidé mají například často žízeň a musejí hodně pít. S tím souvisí časté močení. Lidé s cukrovkou bývají unavení. Ale příznaků je více. **MAH**

INZERCE

# VZHŮRU DO

# HYUNDAI CZECH FAN PARKU



**10.6.2016 – 10.7.2016**

**Žluté lázně Praha**

Oficiální UEFA EURO 2016 Fanzona

**VSTUP ZDARMA**

Otevřeno každý hrací den



**DNES**



**Hisense**





# Boj v policii pokračuje

Šlachta a Tuhý proti sobě.

Policejní prezident Tomáš Tuhý se včera ohradil proti nařčení, že může za „brutální“ únik informací z hospodářských kauz. Reagoval tak na slova Jiřího Komárka z ostravské expozitury Útvaru odhalování organizovaného zločinu (ÚOOZ) a také na žádost odcházejícího ředitele útvaru Roberta Šlachty, aby se tím zabýval bezpečnostní výbor Poslanecké sněmovny. Šlachta, který od policie odchází kvůli reformě, tvrdí, že dochází k propojení policistů a kriminálního prostředí.

Komárek České televizi řekl, že výbor chce seznámit s důkazy, které podle něj svědčí o tom, že policie se nereorganizuje kvůli zkvalitnění práce, ale aby byl odstaven šéf ÚOOZ Robert Šlachta. Ne-

chce se prý obrátit na Generální inspekci bezpečnostních sborů (GIBS), protože z její strany zaznamenal pokusy o průnik do spisu.

„Požádám v příštím týdnu, aby mně a mému řediteli bylo umožněno slyšení před bezpečnostním výborem Sněmovny,“ řekl Komárek. Důkazy, které by mohl předložit, jsou podle něj extrémně závažné. Tuhý je podle něj podezřelý z úniku informací v kauze, kde jde o stamiliony.

Komárek, který se kvůli reorganizaci policie též rozhodl pro odchod z funkce, říká, že se do spisu pokusili proniknout funkcionáři GIBS u kauzy s krycím názvem Vídkun (více v boxu). V jejím rámci ÚOOZ zasahoval loni v říjnu v Olomouckém kraji. V případě jde o ovlivňování některých trestních kauz a úniky informací z trestních spisů. Obvinění v něm byli dva vysoce postavení policisté. **DNES.cz**

## Kauza Vídkun

Jde v ní o ovlivňování některých trestních kauz a praxe i úniky informací z trestních spisů, které negativně ovlivňovaly úspěšné vyšetření.

- Celá kauza vyplavala na povrch v říjnu minulého roku. Přestože obvinění čelí dva vysoce postavení policisté, kauzu vyšetřuje ÚOOZ, nikoliv GIBS.
- Stíhán v kauze je olomoucký hejtman Jiří Rozbořil (ČSSD). Podle policistů se snažil ovlivnit vyšetřování týkající se výstavby jezdeckého areálu. Společně s ním je obviněn z účasti na zneužití pravomoci úřední osoby vlivný podnikatel Ivan Kyselý, tehdejší šéf odboru olomoucké hospodářské kriminality Radek Petrůj a bývalý náměstek olomouckého policejního ředitele Karel Kadlec, který je obviněn z přijetí úplatku. Všichni čtyři muži jsou již stíháni na svobodu.
- Spekuluje se, že kvůli reorganizaci policie – tedy po sloučení dvou elitních policejních útvarů – dojde k pozastavení vyšetřování různých kauz. A ty by se mohly týkat lidí blízkých ČSSD.

## Zprávy krátce

### Generál Pavel kritizuje Česko

Aliance zvyšuje výdaje na obranu pomaleji, než by bylo třeba. A Česká republika obzvláště. Na své první oficiální návštěvě Česka to uvedl šéf Vojenského výboru NATO Petr Pavel. Uvedl rovněž, že Aliance nyní neuvažuje o tom, že

by kvůli ruské agresi posílala své síly v Pobaltí.

### Koťata venku

Bílá tygřata Shankar a Maia začala prozkoumávat svůj výběh v liberecké zoo. Podle ošetřovatelů je fascinuje vodopád. Lidé je tak konečně mohou vidět venku. **DNES.cz**



### Školáci u experimentu

Chomutovský skanzen Stará Ves přibližuje školákům chemii pomocí milíře. Žáci spolu s odborníky staví tradiční zařízení na výrobu dřevěného uhlí a dělají chemické pokusy, které jim pomáhají pochopit, jak se železo a jiné materiály zpracovávaly v minulosti. **ČTK**

INZERCE

peugeotemotionday.cz

**NASTARTUJTE SVÉ EMOCE ZA VOLANTEM VOZŮ PEUGEOT**

PEUGEOT EMOTION DAY  
4. 5. – 26. 6. 2016

PEUGEOT doporučuje TOTAL PEUGEOT FINANCE

Spotřeba a emise CO<sub>2</sub> pro model 308 GTI v kombinovaném provozu: 6,0 l/100 km, 139 g/km. Foto je ilustrativní.

Přijďte na roadshow Peugeot Emotion Day, která se koná po celé České republice od 4. 5. do 26. 6. Vždy od středy do neděle pro vás bude připravená modelová řada Peugeot. V premiéře uvidíte nové SUV 2008 avyzkoušíte si například sportovní 308 GTI, rodinné vozy 5008 a 308 SW, crossover 3008 či model 508 RXH s dieselovým motorem a další vozy Peugeot. Navíc se můžete těšit na pikantní obchodní nabídku a příjemnou atmosféru se zábavným programem pro děti a soutěžení o zajímavé ceny včetně skútru Peugeot. Více na [peugeotemotionday.cz](http://peugeotemotionday.cz).

MOTION &amp; EMOTION

PEUGEOT

24. června 11–19 h  
ALBERT ČESTLICE, Obchodní 111

25.–26. června 11–19 h  
IKEA ZLIČÍN, Praha, Skandinávská 15a

Dallmayr  
CAFE & BAR

Nikon

ROSANA  
PŘIRODNÍ PRAMĚNITÁ VODA

PEUGEOT  
FINANCE

PEUGEOT  
SCOOTERS

cewe  
BEST IN PRINT

TOTAL  
COMMITTED TO BETTER ENERGY



## Princ William dnes slaví 34. narozeniny

Princ William, vévoda z Cambridge, dnes zažije narozeninovou party. Oslaví své čtyřatřicáté narozeniny. Dvojnásobný tatínek a budoucí hlava Velké Británie sice nebude mít takovou oslavu jako jeho babička, ale snad to bude stát taky za to. William je nejstarší syn Charlese, prince z Walesu, a jeho první manželky princezny Diany. Jde o druhého dědice v pořadí na britský trůn a trůny některých členských států Commonwealthu. Princ William je rytířem Podvazkového řádu a vzděláním magistr umění.

PROFIMEDIA.CZ

# Na útěku bylo 65,3 milionu lidí

**Poprvé v historii překročil počet uprchlíků desítky číslo 60 milionů.**

Na světě bylo loni na útěku z domovů 65,3 milionu lidí. Podle informací Úřadu vysokého komisaře OSN pro uprchlíky (UNHCR) jde o rekordní číslo, protože poprvé počet uprchlíků přesáhl 60 milionů. Oproti roku 2014 jde o zvýšení o téměř deset procent. Na útěku je jeden člověk ze 113.

Zatímco v letech 1996 až 2011 byl počet uprchlíků relativně stabilní, od začátku syrské války v roce 2011 každoročně narůstá. Loni jich bylo 59,5 milionu, tedy vůbec nejvíce od druhé světové války.

„Žijeme v nestálém světě válek a konfliktů a je logické, že se lidé chtějí dostat do bezpečnějšího světa,“ řekl vysoký komisař pro uprchlíky Filippo Grandi, který zprávu

v Ženevě zveřejnil u příležitosti Světového dne uprchlíků. Generální tajemník Norské rady pro uprchlíky (NRC) Jan Egeland, jehož úřad se na zprávě podílel, považuje uprchlíky za oběti všeobecného ochromení vlád, které odmitají převzít odpovědnost.

Podle statistik uprchlo 21,3 milionu osob ze svých zemí a 40,8 milionu lidí se přesunulo do bezpečnějších míst ve svých státech. Zbýlých 3,2 milionu osob jsou lidé, kteří požádali o azyl v rozvinutých zemích.

OSN jako uprchlíky registruje 21,3 milionu osob, z toho 16,1 milionu spadá pod UNHCR a 5,2 milionu Palestinců pak pod specializovanou agenturu OSN.

Nejvíce běženců pochází ze Sýrie, Afghánistánu, Burundi a Jižního Súdánu a polovina z nich jsou děti. Vůbec nejvíce uprchlíků přijímá Afrika. Bylo jich 4,41 milionu. Evropa přijala 4,39 milionu lidí, což byl oproti předchozímu roku nárůst o 43 procent. **ČTK**

### Zprávy krátce

#### Žádné psí maso!

Bojovníci za práva zvířat stupňují svou kampaň před letošním ročníkem festivalu psiho masa, který začíná dnes v jihočínském městě Jü-lin. Aktivisté shromáždili petici s 11 miliony podpisů za zrušení akce. V Číně je ročně na maso zabito kolem deseti milionů psů, konzumace psiho masa je ale v této zemi čím dál méně obvyklá, píše zpravodajský server CNN. Tradice požívání psiho masa je stará 500 let.

#### Rychlé změny

Pokud se ve čtvrtek Britové v referendu rozhodnou zůstat v EU, očekává Londýn rychlé prosazení změn ve fungování Evropské unie, které v únoru s ostatními šéfy států a vlád dojednal britský premiér David Cameron. Včera to před jednáním se svými kolegy z ostatních zemí osmadvacítky řekl britský ministr zahraničí Philip Hammond. Možný brexit (odchod z EU) je nyní ve Velké Británii tématem číslo jedna. **ČTK**

#### Chorvatsko. Parlament byl rozpuštěn

Chorvatský parlament se včera podle očekávání rozpustil, aby po čtvrtěčném pádu vlády umožnil konání předčasných voleb. Mimořádné parlamentní volby by se mohly konat zřejmě už v září. Minulý čtvrtek poslanci odhlasovali odvolání bezpartijního premiéra Tihomira Oreškoviče, což automaticky znamenalo i pád jeho vlády. O konci kabinetu poslanci rozhodli drtivým poměrem hlasů 125 ku 15. Už v pátek vyzvala parlament k rozpuštění i prezidentka. **ČTK**

## Ekoletoun. Je na cestě

Švýcarský letoun na solární pohon Solar Impulse 2 včera vyrazil z New Yorku do španělské Seville. Po přeletu nad Evropou čeká stroj poslední etapa do Abú Zabí, kde loni v březnu svou cestu kolem světa zahájil. Na svém povrchu má 17 248 fotovoltaických článků, které s pomocí lithiových baterií dodávají energii čtyřem motorům. Rozpětí křídel je 72 metrů, což je více, než má Boeing 747. Solární stroj ale váží jen 2,3 tuny, tedy asi jako větší osobní automobil. **HOŘ**



Letoun Solar Impulse 2. Obrovský, ale lehký.

PROFIMEDIA.CZ



#### Nová dobíjecí stanice

Studio Peugeot Design Lab navrhlo pro společnost Driveco univerzální dobíjecí stanici na solární energii určenou pro elektromobily. Design systému Parasol (v překladu slunečnick) spojuje ekologii a technologii s dřevěnou kostrou, která je osazena fotovoltaickými panely. Ty poskytují ochranný stín pro nabíjecí se vozy. **PEUGEOT**

**25**  
let s vámi  
DŮVĚRA ZAVAZUJE

**DATART**



Nejlepší výkon  
zastřihování  
**Méně  
nepořádku**



Kombinovaná chladnička  
**GORENJE RK 6192 LW**

Spotřeba el. energie 232 kWh/rok  
• objem chladničky 227 l / mrazničky  
95 l • hlučnost 40 dB • mrazicí  
výkon 4,5 kg/24 hod. • technologie  
FrostLess • DynamiCooling • systém  
AdaptCool



**A++**

367389

**11 990 Kč**

měsíčně od **604 Kč**



Zastříhovač vousů s odsáváním  
**PHILIPS BT7210/15**

407849

Integrovaný systém vysávání  
• 75 min provozu při nabíjení 1 hod.  
• 3 zastříhovací nástavce • 20 nastavení  
déłky stříhu • indikátor stavu baterie

**2 099 Kč**

měsíčně od **106 Kč**

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

# Rodině je nejlépe pohromadě!



4K Ultra HD Smart televize  
**LG 58UF8307**

Rozlišení 3840x2160 • frekvence 1600 Hz • DVB-T2/C/S2 • Wi-Fi • DLNA • PVR • 3x HDMI • 3x USB • přehrávání multimedií z USB disků • CI slot • Netflix • OS WebOS 2.0



+ **DÁREK**  
2x megapack  
Krušovice 12

409349

**24 990 Kč**

měsíčně od **1 259 Kč**



HD ready televize  
**ORAVA LT-1013**

Rozlišení 1366x768 • frekvence 100 Hz • DVB-T/C • 3x HDMI • 1x USB • Scart • možnost nahrávání na HDD

373628

**6 666 Kč**

měsíčně od **336 Kč**



Full HD Smart televize  
**SONY KDL-55W808C**

Rozlišení 1920x1080 • frekvence Motionflow XR 1000 Hz • aktivní 3D • DVB-T/T2/C • Wi-Fi • 4x HDMI • 3x USB • Scart • Android

366648

**Sleva 2 000 Kč**

Původní cena ~~24 990 Kč~~

**22 990 Kč**

měsíčně od **1 159 Kč**



Full HD Smart televize  
**PANASONIC TX-32CS600E**

Rozlišení 1920x1080 • frekvence 100 Hz • DVB-T/T2/C • 2x HDMI • USB • Scart • CI slot • DLNA • HbbTV

362573

**Sleva 1 111 Kč**

Původní cena ~~8 888 Kč~~

**7 777 Kč**

měsíčně od **392 Kč**



Doživotní  
bezplatná  
aktualizace  
map Evropy

**GARMIN**

Navigace  
**GARMIN nüvi 56 EU Lifetime**

Podrobná mapa 45 zemí Evropy • náhledy křižovatek • řazení do jízdních pruhů • výdrž na baterii 2 hod. • zobrazení rychlostních limitů • USB • microSD • 5" displej

345968

**3 990 Kč**

měsíčně od **201 Kč**



Notebook  
**HP 250 G4**

Dvojčádrový procesor Intel Core i5-5200U (2,2 GHz) • grafika Intel HD • RAM 4 GB • HDD 1000 GB • Wi-Fi • HDMI • USB 3.0 • OS Windows 10

403890

**13 990 Kč**

měsíčně od **705 Kč**

**Lenovo**

Notebook  
**LENOVO IdeaPad Z50-70**

Dvojčádrový procesor Intel Core i5 4210U 2,7 GHz • grafika nVidia GeForce 840M • RAM 8 GB • HDD 1000 GB • Wi-Fi • HDMI • 3x USB • Bluetooth v4.0 • čtečka SD karet • klávesnice s numerickým blokem • Windows 8.1

363081

**14 990 Kč**

měsíčně od **755 Kč**

**Lenovo**



Tablet  
**LENOVO TAB 2 A7-30 Voice**

Čtyřjádrový procesor MediaTek MTK 8382M 1,3 GHz • RAM 1 GB • interní paměť 8 GB • výdrž až 8 hod. • microSD až 32 GB • fotoaparát 2/0,3 Mpx • 3G • Android 4.4 KitKat

381722

**2 699 Kč**

měsíčně od **136 Kč**

**SAMSUNG**



Smartphone  
**SAMSUNG Galaxy S5 mini**

Čtyřjádrový procesor 1,4 GHz • RAM 1,5 GB • interní paměť 16 GB • fotoaparát 8/2,1 Mpx • SuperAMOLED displej • WiFi • GPS • NFC • Bluetooth 4.0 • 4G LTE • Anroid 4.4 KitKat

Barevné varianty

342102, 342101, 342103, 342104

**5 990 Kč**

měsíčně od **302 Kč**

**HUAWEI**



Smartphone  
**HUAWEI P9 lite**

Osmijádrový procesor HiSilicon Kirin 650 4x 1,7 Ghz + 4x 2 Ghz • RAM 2 GB • interní paměť 16 GB • microSD až 128 GB • fotoaparát 13/8 Mpx • 4G LTE • GPS • Android 6.0

Barevné varianty

412463, 412464, 412465

**7 490 Kč**

měsíčně od **377 Kč**

# Doprava zdarma

PŘI NÁKUPU NAD 1 000 Kč

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



Mimořádně šetrný pulzní epilátor

**BRAUN SILK EXPERT BD5001 \***

Sílu záblesku přizpůsobuje tónu pokožky • vhodný i na citlivé oblasti  
• klinicky testovaný • dlouhá životnost • až 2x rychlejší než jiné výrobky s IPL technologií • síťový provoz

NOVINKA



405702

Cash Back  
**1300 Kč**

**10 999 Kč**  
měsíčně od **554 Kč**

Kávovar na kapsle  
**BOSCH TAS1254 VIVY**

Inteligentní technologie čárového kódu Tassimo umožňuje vychutnat si svůj oblíbený lahodný nápoj stiskem jednoho tlačítka • více než 40 druhů kávy a čokolád • technologie INTELLIBREW pro správné množství i teplotu vody



+ **DÁREK**  
2 balení kapslí Tassimo

381761

CENOVÝ HIT

**1 199 Kč**



Kapslový kávovar  
**KRUPS NESCAFÉ DOLCE GUSTO KP161MCE GENIO 2 MINI**

Profesionální tlak 15 barů • extrémně rychlý, čistý a jednoduchý provoz  
• příprava teplých i studených nápojů  
• široká nabídka až 30 druhů kapslí  
• 7 úrovní automatického dávkování nápojů • automatický úsporný režim šetří energii

368051

CENOVÝ HIT

**2 999 Kč**

měsíčně od **151 Kč**

Stolní mixér  
**ETA VITAL BLEND RAW & SMOOTHIE MIX 1011.90000 \***

Vysokootáčkový mixér s 2,5l nádobou z TRITANu • 20 rychlostí • až 28 000 ot./min • funkce drčení ledu • mixování, příprava koktejlů, dipů, polévek i zmrzliny



+ **DÁREK**  
kniha receptů

378734

**6 999 Kč**

měsíčně od **353 Kč**

Sáčkový vysavač  
**ELECTROLUX ESCLASSIC P \***

Hygienický filtr  
• teleskopické trubky  
• hubice pro tvrdé podlahy  
• akční rádius 13 m

F



409478

**2 999 Kč**

měsíčně od **151 Kč**

Kombinovaná chladnička  
**CANDY CCDS 5142X**

Spotřeba el. energie 216 kWh/rok • objem chladničky 166 l / mrazničky 38 l • hlučnost 42 dB • mrazicí výkon 2 kg/24 hod. • mechanické ovládání



A+

372968

Sleva 500 Kč  
Původní cena ~~6 990 Kč~~

**6 490 Kč**

měsíčně od **327 Kč**



Kombinovaná chladnička  
**BEKO CSA340K30W**

Spotřeba el. energie 227 kWh/rok • objem chladničky 209 l / mrazničky 113 l • hlučnost 42 dB • mrazicí výkon 5 kg/24 hod. • Fast freeze • automatické odmrazování • antibakteriální těsnění

A++

+ **DÁREK**  
kuchařka Romana Vaňka Snadno a Rychle

406271

**8 790 Kč**

měsíčně od **443 Kč**



Kombinovaná chladnička  
**ELECTROLUX EN3613M0W**

Spotřeba el. energie 239 kWh/rok • objem chladničky 220 l / mrazničky 109 l • hlučnost 40 dB • mrazicí výkon 4 kg/24 hod. • FreeStore • automatické odmrazování chladicí části

A++

+ **DÁREK**  
DVD Ledové království

334424

**9 990 Kč**

měsíčně od **503 Kč**



Kombinovaná chladnička  
**WHIRLPOOL BSF 8152 OX**

Spotřeba el. energie 242 kWh/rok • objem chladničky 227 l / mrazničky 111 l • hlučnost 38 dB • mrazicí výkon 5 kg/24 hod. • 6. Smysl • StopFrost • Sletá záruka na kompresor

A++

+ **DÁREK**  
3 ks dóz Tescoma FRESHBOX

364495

**12 490 Kč**

měsíčně od **629 Kč**



Kombinovaná chladnička  
**SAMSUNG RB33J3205WW/EF**

Spotřeba el. energie 248 kWh/rok • objem chladničky 230 l / mrazničky 98 l • hlučnost 40 dB • mrazicí výkon 13 kg/24 hod. • inverterový kompresor • beznamrazová technologie • FreshZone • funkce MultiFlow

A++

**15 990 Kč**

měsíčně od **806 Kč**



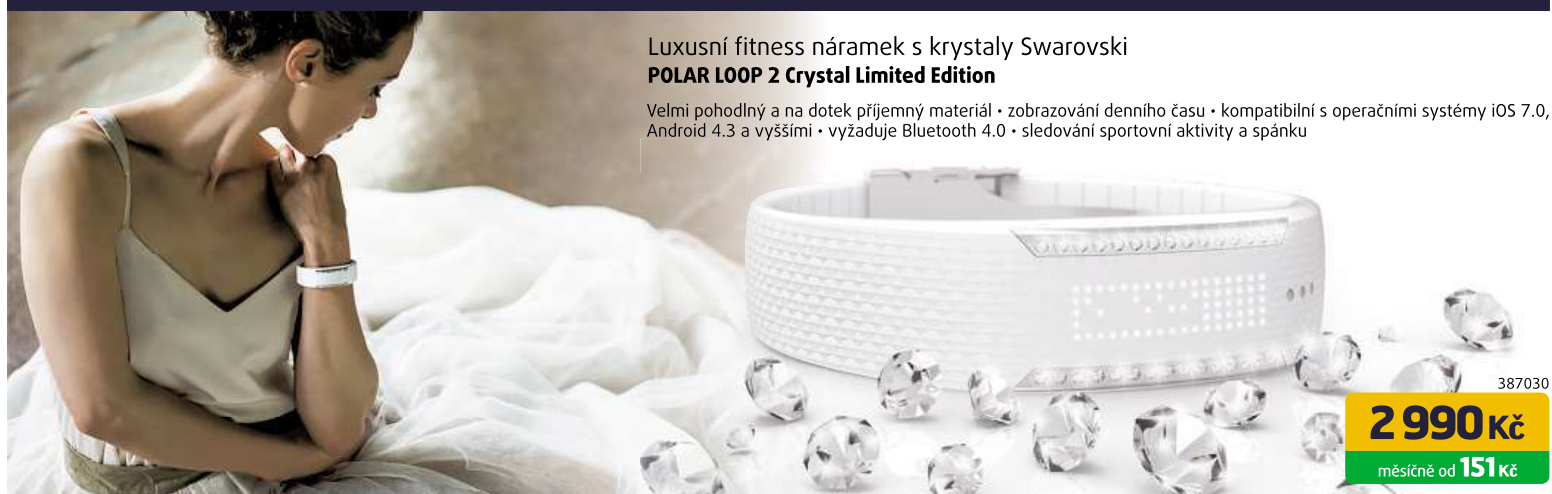
Příklad výpočtu splátky naleznete na zadní straně letáku.

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

**DATART**

Luxusní fitness náramek s krystaly Swarovski  
**POLAR LOOP 2 Crystal Limited Edition**

Velmi pohodlný a na dotek příjemný materiál • zobrazování denního času • kompatibilní s operačními systémy iOS 7.0, Android 4.3 a vyššími • vyžaduje Bluetooth 4.0 • sledování sportovní aktivity a spánku



387030

**2 990 Kč**

měsíčně od **151 Kč**

**Electrolux ESB2450 \***  
Příprava smoothie nápojů • 4 nože z nerezové oceli • 1x odnímatelná nádoba 0,6 l sloužící jako láhev na pití • pulzní spínač • příkon 300 W

**POUZE V DATARTU**

**NOVINKA**

**+ DÁREK**  
náhradní lahve

409148

**1 199 Kč**  
měsíčně od **327 Kč**

**MORA CS 100 MW**  
Klasická elektrická trouba • komfortní zavírání dvířek - Soft closing • přesná regulace teploty 50-250 °C • osvětlení trouby • deska se 4 varnými zónami • objem 53 l

**B**

**+ DÁREK**  
kuchyňská váha  
**GORENJE KT 05 KARIM**

258987

**DOPRAVA ZDARMA**

**6 990 Kč**  
měsíčně od **352 Kč**

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

Výhodná sada výkonného receiveru a dvou reproduktorů • 5.1kanálový receiver • Spotify connect • 3D-Ready HDMI • sloupové reproduktory s realistickým zvukem

411053 + 411054

**ZVÝHODNĚNÝ SET, SLEVA 6 481 Kč**

**14 999 Kč**  
měsíčně od **756 Kč**

**SLEVA 1 500 Kč**  
na libovolný  
3G/4G tablet!

**Na každý 3G/LTE tablet při sjednání služby mobilního internetu od 02 se závazkem na 24 měsíců sleva 1 500 Kč.**

Více informací k tarifům mobilního internetu naleznete na stránkách [www.datart.cz](http://www.datart.cz). Službu je možné sjednat pouze v kamenných prodejnách Datart. Nabídka je určena pouze pro osobní využití fyzických osob.

**Židle nejen pro hráče AROZZI TORRETTA XL \***

Konstrukce otočná o 360° • materiál látka/PU kůže • nastavitelná výška • výškově nastavitelné opěrky rukou • nastavení sklonu opěradla a možnost houpání

412811

**6 490 Kč**  
měsíčně od **327 Kč**

**Stylová sluchátka SONY MDR-EX110LPB**

Výkonné basy a vysoce kvalitní zvuk

338917, 338918, 338919

**399 Kč**

**USB flash disk KINGSTON 32 GB DATATRAVELER SE9 USB 3.0**

Elegantní design  
Kapacita 16 GB  
USB 2.0 209 Kč  
Kapacita 8 GB  
USB 2.0 149 Kč

361675, 233334, 233335

**449 Kč**

**Kávové kapsle TASSIMO JACOBS CAFÉ CREMA XL**  
Lahodná káva ve velikosti XL • 16 kapslí

249878

**Sleva 10 Kč**  
Původní cena ~~119 Kč~~

**109 Kč**

**CENOVÝ HIT**

**Uvedené ceny jsou včetně DPH. Změna cen vyhrazena, za tiskové chyby neručíme. Nabídka platí od 21. do 30. 6. 2016 nebo do vyprodání zásob.**

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

**Příklad splácení:** Při prodejní ceně 10 000 Kč, akontaci 0 Kč, výši úvěru 10 000 Kč, výši splátky 504 Kč, počtu splátek 24, lhůtě splatnosti 14. 6. 2018 (při poskytnutí úvěru 10. 6. 2016, první splátce 10. 7. 2016 a se splatností dalších splátek k 14. dni v měsíci počínaje 14. 8. 2016) je RPSN 20,5 %, roční úroková sazba 18,62 %, celková částka splatná spotřebitelem 12 096 Kč. Nejedná se o nabídku či veřejnou nabídku. Splátkový prodej poskytuje společnost Home Credit a.s.

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

## Sudoku

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

## Počasí

DNES	ZÍTRA	ČTVRTEK	PÁTEK
Min. 21 Max. 25	Min. 24 Max. 28	Min. 28 Max. 32	Min. 30 Max. 34

## Stupeň zátěže pro dnešek: bio 1

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

**Teplotní rekord:** 35,6 °C

**Rok výskytu:** 2000

## Napište svou bublinu



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



## Kvíz

- Architekt Antonio Gaudí zemřel při dopravní nehodě v Barceloně roku 1926 ve věku:
  - 53 let
  - 73 let
  - 93 let
- Nejvýše položeným stálým plesem ve Vysokých Tatrách na Slovensku je pleso:
  - Červené
  - Štrbské
  - Modré
- Komiksová postava stvořená Bobem Kanem a Billem Fingerem, která se objevila roku 1939:
  - Spider-Man
  - Superman
  - Batman
- Český fotbalový záložník Vladimír Darida hraje německou bundesligu od roku 2015 v týmu:
  - Hertha BSC
  - Hamburger SV
  - FC Schalke 04
- Pětimilionové město Petrohrad leží v severozápadní části Ruska při ústí řeky:
  - Leny
  - Něvy
  - Obu

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

## ČT1

- 12:30 Doktorka Quinová III
- 13:15 Logik
- Povídka z cyklu Bakaláři
- 13:45 Tak neváhej a toč speciál
- 14:50 Kojak IV
- 15:40 Tlustoch
- 16:30 Cestománie
- 17:00 Všechnopárty
- 17:30 AZ-kvíz
- 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 Sanitka (1/11)
- Seriál (ČR, 1984). Doktor Vojtěch Jandera odchází z významné pražské kliniky k záchranné službě. Posádky vozů první pomoci vyjíždějí tam, odkud se ozývá naléhavé volání. Hrají: J. Hanzlík, E. Hudečková

- 21:00 Nejlepší Bakaláři
- 22:19 Výsledky losování šťastných 10 a Euromilióny
- 22:20 Kriminálka Paříž
- 23:10 Kriminálka
- 00:15 AZ-kvíz
- 00:35 Po stopách hvězd
- 01:05 Kde bydlely princezny
- 01:25 Zajímavosti z regionů
- 01:50 Zíjše jenom 2x
- 02:15 Sváteční slovo kazatele Církve bratrské Josefa Horského

## ČT2

- 12:10 Tajemství 2. světové války: Nepřítel pod námi
- 13:00 Hitler a Mussolini (2/2)
- 13:55 Sedm pečeti Karla IV. (5/7)
- 14:25 Napoleon: Bitva na Berezhině
- 15:15 Paměť stromů: Stromy královské
- 15:35 Attenborough: 60 let v divočině (3/3)
- 16:30 Modrá planeta: Moře mírného pásma
- 17:20 Zapomenuté výpravy
- 17:45 Fotbal: Ukrajina-Polsko



- 20:00 Všechnopárty
- Zábavná talk show Karla Šípa, tentokrát na téma „Fotbal“. Hosté: I. Hašek, A. Panenka a P. Čech

- 20:45 Fotbal: Chorvatsko-Španělsko
- 23:00 Dům z karet II (11/13)
- 23:55 Sestřička Jackie V (3/10)
- 00:20 Sherlock III
- Krimifilm (VB, 2013)
- Postřehy odjinud
- 01:50 Kam s Muchou?
- 01:55 Poslední hrncí?
- 02:20 Na hranici tradic
- 02:35 Na hranici tradic
- 03:00 Příběhy železné opony
- 03:15 Ztracené adresy
- 03:35 Prales na Kněžny
- 03:55 Hranice dokořán - Rozmówki polsko-czeskie
- 04:20 Babylon
- 04:50 Okouzlení VII

## NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:40 Tescoma s chutí
- 12:45 Sue Thomas: Agentka FBI III (7)
- 13:40 Dr. House VI (7)
- 14:40 Dr. House VI (8)
- 15:35 Ordinace v růžové zahradě 2 (548)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Co na to Češi
- 18:25 Ulice (3062)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



- 20:20 Kriminálka Anděl II (1)
- Krimiseriál (ČR, 2010). Dvě ženy, které zemřely za podobných okolností pouhé tři dny po sobě, jsou možná obětí stejného vraha. Ale je to tak doopravdy? Detektivové Kriminálky Anděl řeší případ, jehož vyšetřování jim komplikuje bývalý kolega kriminalista, otec jedné z obětí. Hrají: M. Stropnický, D. Švehlík, M. Tačlik a další

- 21:30 Past na kachnu
- Krimifilm (ČR, 1978)
- 23:15 Zákon a pořádek: Útvar pro zvláštní oběti XIV (11)
- 00:10 Dr. House VI (7, 8)
- 01:50 DO-RE-MI
- 03:15 Co na to Češi

## PRIMA

- 12:25 Policie Hamburg VII (10)
- Krimiseriál (N, 2012)
- 13:25 Komisař Rex II (3)
- Krimiseriál (N/Rak., 1994)
- 14:35 Castle na zabití II (21)
- Krimiseriál (USA, 2010)
- 15:35 Inga Lindströmová: Srdce z ledu
- Romantický film (N, 2013)
- 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 Sherlock: Slepý bankéř
- Krimifilm (VB, 2010). V Londýně došlo ke dvěma vraždám. Oběma mrtvým někdo vyhrážoval. Geniální detektiv Sherlock Holmes se k případu dostal náhodou, ale jeho pozornost upoutají tajemné šifry. Hrají: B. Cumberbatch, M. Freeman, R. Graves

- 22:10 Očima Josefa Klímy
- Prostřeno!
- 22:55 Místo činu: Kolín (17)
- Krimiseriál (N, 2010)
- 01:40 Policie Hamburg VII (10)
- Krimiseriál (N, 2012)
- 02:25 Komisař Rex II (3)
- Krimiseriál (N/Rak., 1994)
- 03:15 Cesta bojovníka
- Akční film (USA, 2006)

## PRIMA COOL

- 12:15 Top Gear III (4)
- 13:25 Simpsonovi X (14-17)
- 15:25 Teorie velkého třesku VIII (22)
- Improvizace se slavnostním projevem. Sitcom (USA, 2015)
- 15:55 Futurama VI (11)
- Benderova hra 3/4.
- Anim. seriál (USA, 2008)
- 16:25 Hvězdná brána V (12)
- Seriál Cerví díra. Seriál (USA, 2001)
- 17:20 Alias II (14)
- 18:20 Simpsonovi X (18-21)



- 20:15 Top Gear: Patagonský speciál (1)

- 21:45 Teorie velkého třesku VIII (23)
- Sitcom (USA, 2015)
- 22:10 Partička
- Improvizační show, kde je zábava tak hustá, že by se dala krájet
- 22:50 Poltergeist 2
- Horor (USA, 1986)
- 00:45 Partička
- 01:25 Lovci duchů VI (12)
- Horor. seriál (USA, 2008)
- 02:05 American Horror Story: Freak Show (13)
- Horor (USA, 2014)
- 02:55 Lovci duchů VI (12)
- Horor. seriál (USA, 2008)
- 03:40 American Horror Story: Freak Show (13)
- Horor (USA, 2014)

## OČKO

- 06:00 Ranní fresh
- 07:00 Pařák
- 07:05 Ranní fresh
- 09:00 Zpátečka
- 10:00 Očko hity
- 11:00 Showroom
- 11:15 Očko hity
- 12:00 Očko news
- 12:05 Očko hity
- 13:30 Pařák
- 13:35 Očko hity
- 14:00 Očko news
- 14:05 Očko hity
- 15:00 Pařák
- 15:05 Očko hity



- 15:30 Očko news
- Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neutěče

- 15:35 Mixxxer show
- Klipy na přání, soutěže, chat s hosty
- 17:00 Očko news
- Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neutěče
- 17:05 Očko hity
- Klipy nonstop
- 19:00 Očko news
- Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neutěče
- 19:05 Moje desítka
- Top 10 klipů podle diváka Očka
- CZ & SK
- České a slovenské klipy
- 21:00 Zpátečka
- 21:45 Filmshot
- 22:00 Očko flirt

V ČERVNU  
TO ROZEHRÁJEME!

# HANDICAP JE JENOM SLOVO

BUĎTE PŘI TOM!  
PŘIJĎTE NÁS PODPÓRIT  
29. 6. - 3. 7. 2016

Prague



IWAS  
U23  
WORLD  
GAMES  
Prague 2016

WWW.PRAGUE2016.COM



POŘADATELEM JE  
NADAČNÍ FOND EMIL



Evropské hlavní  
město sportu 2016

# IGGY POP FOALS THE KOOKS CRYSTAL FIGHTERS

A MNOHO DALŠÍCH HVĚZD!

METRONOMEFESTIVAL.CZ



PRAGUE  
METRONOME  
FESTIVAL

25-26/6  
VÝSTAVIŠTĚ  
PRAHA

TICKETPRO

www.ticketpro.cz



VSTUPENKY/TICKETS



## Sloupek

## TEREZA BOUČKOVÁ

SCENÁŘISTKA A SPISOVATELKA



## ČEŠI, DO TOHO!

Je krásné dívat se na fotbal na mistrovství Evropy 2016! Ovšem ke sledování našeho zápasu s Chorvatskem jsem si po prvních deseti minutách hry přinesla k televizi žehličku a koš s prádlem. Až do posledních minut základní hrací doby, kdy se jako nekoneční blbci projeví radikální chorvatští fanoušci a dělbučky vhozenými na stadion rozhodli svůj do té doby jasně vedoucí tým, bylo záživnější žehlit. Protože koukat se na naše utrápené fotbalisty bylo tristní.

## Citát

Člověk naši fotbalovou jedenáctku zatratí a ejhle, ona se vzchopí a v posledních pár minutách předvede, že hrát i dávat góly umí.

Rakousku netrefil. Hvězda jeho velikosti potřebuje víc než kdo jiný čas od času spadnout z oblak na zem a stát se zase člověkem, pokorným. Snad se Ronaldo po několikerém selhání třeba přestane vysmívat slabším protihráčům a začne hrát fotbal, který tak skvěle umí.

U nás jsou zatím zprávy takové, že dnes kapitán reprezentace Tomáš Rosický k zápasu nenastoupí, škoda. Ale zase: všichni jsme nahraditelní a fotbal je kolektivní hra.

V devět večer propukne česko-turecká sportovní detektivka s otevřeným koncem. Věřím a doufám, že nové prádlo na žehlení zůstane ještě dlouho zmuchlané v koši.

Na sportu je ale nejhezčí ta nepředvídatelnost. Člověk naši fotbalovou jedenáctku zatratí a ejhle, ona se vzchopí a v posledních pár minutách předvede, že hrát i dávat góly umí. Pak ovšem na Euru sledujete Portugalsko a to, co tahle fotbalová země předvádí, je trápení na druhou. Musím přiznat, že jsem té nafoukané světové fotbalové hvězdě, krásnému Cristianu Ronaldovi, přála, že se ani ve hře ani při kopání penalty proti

## Dopisy a vzkazy

## Peníze na pejsky

Montreal zakáže chov pitbulů a ti současní budou vykastrováni. Jako majitelka malého psíka bych to uvítala i u nás. Ale jako člověku mi to připadá kruté. Na procházce mám svého psa na vodítku a stejně tak postupuje řada majitelů malých psů, a to z důvodu ochrany. Po městě běhá spousta psů, zejména právě velkých, bez vodítka. Ale na druhé straně musím říci, že pes je ve většině případů obrázkem svého majitele. Řada lidí si koupí velkého psa, ale vůbec ho nezvládá. A zle může pokoušet i malý pes. Spíš bych si přiklonila k tomu, aby po celé republice byl dostatek dostupných možností k výchově psa. Ne každý umí svého psa vychovat a psí cvičitel či psí školka je pro mnohé lidi naprosto nedostupnou finanční záležitostí. Někdo možná namítne, že když máš na psa, máš mít i na výchovu. Ale ono to cvičení je opravdu moc drahé. Městské části vydávají peníze mnohdy i na zbytečnosti. Co takhle zadotovat možnost výcviku v psí školce?

ALICE STINEROVÁ

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

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

## Výrok dne



## Nechal jsem na hřišti všechno. Krev, pot i slzy.

LEBRON JAMES, NEJUŽITĚJŠÍ HRÁČ FINÁLE NBA

Basketbalisté Clevelandu získali poprvé titul mistra NBA. V rozhodujícím sedmém finálovém utkání zvítězili na hřišti obhájce titulu Golden State 93:89.

## Slovo dne

## TRISTNÍ

(Ze sloupku na této straně)

Smutný, sklíčující, žalostně trapný

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



## INZERCE

## HOROSKOP na úterý 21. 6.

## VĚŠTBA ZÍTRKA!

Co vám budoucnost přinese? Vím přesně, co se chystá! Kontaktujte mě a zjistíte, na co se připravit!

Zavolejte mi na 906 70 30 35 nebo napište SMS na číslo 904 30 55 s kódem 56UUK a svým dotazem!



Astroložka Vanda

**Beran** 21/3–20/4  
Nové koště dobře mete a totéž bude dnes pasovat k nové pracovní posile, která je precizní a nepřehlédne sebemenší detaily.

**Býk** 21/4–21/5  
Neskutečně nudný úkol na vás může číhat na základě pokynu nadřízeného, ale pokuste se ho splnit se ctí a hned vám bude líp.

**Bliženci** 22/5–21/6  
Budete zavidět vašemu kolegovi, že má vůdčí schopnosti a mimořádně silný hlas. To vy byste potřebovali amplion a dveřníka.

**Rak** 22/6–22/7  
Bude vás štítat, že zatímco kdosi tráví většinu pracovní doby na internetových stránkách, vy se dětete, a smetanu slízne on.

**Lev** 23/7–22/8  
Dnes se o sobě dozvíte, že máte mimořádné organizační schopnosti, protože se vám daří chodit včas do práce. I to je pochvala.

**Panna** 23/8–22/9  
Kdosi vám v zaměstnání bude hrát pověsně na city, slovy i příklady. Hlavně však tím, že není schopen získat jinou práci.

**Váhy** 23/9–23/10  
Vypadá to, že se dnes váš nadřízený probudil a řekl si, že je třeba ubrat jim na platu. A hned to pustil do éteru mezi vás.

**Štír** 24/10–22/11  
Při dnešku budete snaživi a budete těmi, kteří často konzultují problémy s kolegy a nadřízenými, a to klidně i bývalými.

**Střelec** 23/11–21/12  
Cosí vám dnes půjde všem na nervy, ale z kanceláře dnes zeměkouli nepohnete, tak neřešte věci, které prostě změnit nemůžete.

**Kozoroh** 22/12–20/1  
Jistá nabídka pro vás je perspektivní, ovšem ne tolik jako pro ty pracovníky či pracovníka, který má příbuzné na ředitelství.

**Vodňář** 21/1–20/2  
Když vám dnes šéf bude říkat: Pojďte dál, jako kdybyste už v duchu slyšeli spíše poznámku: Už aby šel raději směrem vzad.

**Ryby** 21/2–20/3  
Dostanete se do klidového bodu, kdy vás práce baví a nemusíte přemýšlet o tom, že byste ji potřebovali honem změnit za jinou.

## Řešení sudoku

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

## Anketa Nechali jste si někdy pojištit něco netradičního?



**Michal Surmaj**  
Pojištim se na špatnou volbu našeho prezidenta.

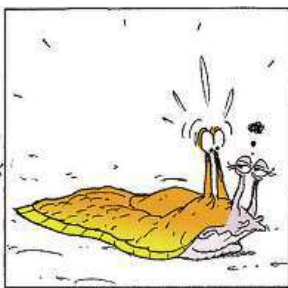
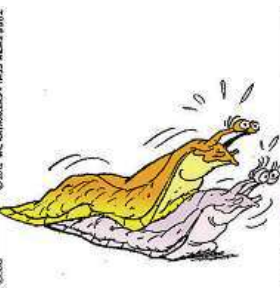


**Michaela Zeithamlová**  
Mívala jsem pojištěnou kabelku.



**Marie Dujšiková**  
Ano, v dnešní době nutnost. Hrozí ztráta zaměstnání!

## Komiks



## ŠANCE NA LÁSKU!

Kdy přijde ta vaše! Karty znají odpověď!

Pošlete SMS ve tvaru 72CFZ a svoje datum narození na číslo 9043046

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

# iStores otevřel v České republice tři nové prodejny

**V Česku a na Slovensku se tak stal největším Apple Premium Resellerem.**

iStores – Apple Premium Reseller v květnu otevřel tři zbrusu nové prodejny v České republice. Dvě v Praze (Galerie Harfa a Atrium Flora) a jednu v Ostravě (Forum Nová Karolína). iStores se tak stal největším Apple Premium Resellerem na území České republiky a Slovenska.

iStores po expanzi na slovenském trhu v posledních letech výrazně posiluje i u nás. Třemi novými prodejny rozšířil svou síť v České republice na celkových pět prodejen. Na Slovensku jich má nyní dokonce už šest. Předpokládána roční návštěvnost pro celou síť dosahuje až dvou milionů zákazníků.

Zákazníci nových prodejen iStores v České republice se mohou těšit na celou řadu novinek. Například v pražské prodejně iStores v Atriu Flora najdou takzvané Apple Watch Display Table, což je stůl, na kterém je vystaveno mnoho variant populárních Apple Watch. Zákazník tak má jedinečnou možnost osobně si vybrat hodinky, které se mu nejvíce líbí. Navíc se vý-



Zákazníci mohou čekat osobní péči prodejců od prvního momentu, kdy vstoupí.

WESTECH

razně rozšířilo portfolio prémiových značek příslušenství, předprodejní podpora i splátkové a servisní služby.

„Už nyní projde dveřmi iStores více návštěvníků, než má naše hlavní město obyvatel. Současný růst a expanze v České republice jsou pro iStores velkým závazkem. Zároveň je to jasná zpráva, která potvrzuje, že námi zvolený směr specializovaných prodejen s odborně vyškoleným týmem, jenž je schopen poskytnout zákazníkům komplexní zkušenost a zážitek, se těší velké popularitě. Zákazník, který si kupuje jakékoliv zařízení Apple nebo příslušenství k němu, upřednostňuje

## Kde jsou?

Prodejny iStores najdete v těchto obchodních centrech:

- Galerie Harfa – Praha
- Atrium Flora – Praha
- Forum Nová Karolína – Ostrava
- Zlaté Jablko – Zlín
- Galerie Šantovka – Olomouc
- Nabídka produktů iStores a přehled o akcích najdete i na webu [www.istores.cz](http://www.istores.cz)

kvalitu a osobní péči již od prvního momentu, kdy vstoupí do naší prodejny.“ řekl Michal Adamčík, ředitel společnosti WESTech CZ, s. r. o.



Nové a moderní prodejny iStores

WESTECH

## Lidové noviny. Angličtina na léto

Od pátku 24. června do čtvrtka 30. července bude každý den vycházet v Lidových novinách seriál Letní kurz angličtiny. Každý díl jazykového kurzu pak bude obsahovat praktickou angličtinu a fráze (domluve se anglicky při cestě dopravními prostředky, při nakupování nebo v restauraci), příběh na pokračování (Česká republika očima turisty), recept českého jídla v angličtině (slovíčka k ingrediencím) a také Czenglish (vyvarujte se nejčastějších chyb, které Češi v angličtině dělají).

V prvním díle tento pátek vyjde také dárek, příručka Angličtina pro gurmány a recepty britských šéfkuchařů. V příručce budou tři recepty slavných britských šéfkuchařů Ja-



mieho Olivera, Nigela Lawsona a Gordona Ramsayho. Na další stránce příručky bude základní průvodce gastronomií: slovíčka ke gastronomii, hrnková a lžičková míra a názvy nádobí. Také základní fráze ke stolování, britské versus anglické rozdíly v hostění návštěv, objednávání v restauraci a konverzace u jídla.

Nezapomeňte tedy kupovat Lidové noviny! **MET**

Vydejte se  
NA VÝLETY  
S MF DNES

**+BONUS**  
SERIÁL ZAVAŘOVÁNÍ  
A LETNÍ KUCHAŘKA

Speciální předplatné na celé léto

- 50 nejkrásnějších míst v ČR
- Skvělý koktejl letních témat
- Časopis k novinám každý den

**DNES**

Předplatné na období od 1. 7. do 31. 8. 2016 objednávejte na **225 555 522** nebo na [www.mfdnes.cz/leto](http://www.mfdnes.cz/leto). Balíček předplatného jen za **78 Kč** týdně.

# GYMNASTICS

**Get ready for the Summer Olympic Games with our new series and learn about different Olympic and Paralympic sports.**

There are three different types of gymnastics at the Olympics. Read on to find out more.

## Questions and answers

**I'm not feeling very well today.**

You must be out of tune. Try doing some exercise.

**Excuse me?**

The ancient Greeks believed that the mind and body could only be in tune if a person did both intellectual and physical exercise. Plato, Aristotle and Homer all encouraged gymnastic exercise.

## Lesson No. 17

BRITISH COUNCIL

**Did they invent gymnastics?**

I don't know but I'm sure they thought about it!

**If gymnastics isn't what I do in the gym, what is it?**

Gymnastics as we know it developed in Germany and Czechoslovakia at the start of the 19th century. The German Friedrich Ludwig Jahn is known as the father of gymnastics and he invented some of the apparatus still



## Activity

Decide if the following statements about the text are true or false.

1. Plato, Aristotle and Homer thought that gymnastic activity was a good thing.
2. The ancient Greeks used the same apparatus that is used in gymnastics today.
3. A lot of different equipment is used in gymnastics because there are a lot of different events.
4. The age limit for gymnasts at the Olympic Games has changed since 1976.
5. Olympic gymnasts will compete without any clothes on at Rio 2016.

used today.

the pommel horse...

**'Pommel horse'? Never mind. Did Ludwig Jahn compete at the Olympic Games?**

No. He died about 50 years before the modern Olympics began.

**When did the first women's event start?**

Actually, as far back as 1928.

**Some of the most famous gymnasts are women, I think.**

That's right, and very young

**Appa-what?**

Apparatus. It means equipment. There is a lot of apparatus in gymnastics. Something to do with the fact that there are a lot of different events.

**I heard about events where the men climb ropes and swing clubs.**

Ah, not any more. That was a long time ago. Nowadays the apparatus includes the parallel bars, the vault, the rings, the balance beam,

## Rules for Gymnastics

To compete in the 2016 Olympics, gymnasts must have been born before 1 January, 2001. There are three different events in the Olympic gymnastics programme: artistic, rhythmic and trampoline.

### Artistic

- There are three different competitions: team, individual all-around and single events.
- Both men and women compete on the vault and floor exercises.
- Women also compete on the balance beam and uneven bars.
- Men also compete on the horizontal bar, parallel bars, pommel horse and rings.
- In the event finals, the top eight gymnasts on each

apparatus compete for medals.  
- Judges give scores in two categories: technical and artistic aspects.

### Rhythmic

- This is a women-only event. Gymnasts perform on a floor area with a rope, hoop, ball, clubs or ribbon accompanied by music.
- Scores are given in three categories: difficulty, artistry and execution.

### Trampoline

- Gymnasts perform a series of short routines, which contain a variety of twists, bounces and somersaults.
- Scores are given in three categories: difficulty, execution and flight time.

## Wordsearch

Q	C	A	R	T	I	S	T	I	C
L	R	H	Y	T	H	M	I	C	B
L	R	I	B	B	O	N	R	S	P
A	V	B	K	A	A	F	J	I	A
H	C	A	P	R	R	G	T	G	R
C	O	Q	U	S	B	H	F	K	A
L	U	O	M	L	L	C	M	W	L
U	G	X	P	T	T	I	W	B	L
B	J	H	L	T	Q	E	Y	F	E
S	G	Y	M	N	A	S	T	U	L

Find these words in the grid: ribbon, vault, clubs, parallel bars, gymnast, artistic, rhythmic, hoop

## Answers

1. True; 2. False; 3. True; 4. True; 5. False

word for 'naked', and early gymnasts used to perform without any clothes on.

**Really? That was the Summer Olympics and not the Winter Olympics then?**

Ha, ha!

INZERCE



Gymnastics PROFIMEDIA.CZ

# Problémy s trávicím systémem dokážou potrápít

**Přinášíme pět tipů, jak dostat zažívání do formy.**

S trávicími problémy se čas od času potýká každý druhý Čech. Nepříjemné nadýmání, pálení žáhy, plynatost, pocit těžkého žaludku... Dobře fungující zažívání je ale nezbytné pro naše zdraví. Ovlivňuje například imunitu. Jak se s takovými problémy nejlépe vyrovnat a nejlépe jim předcházet?

Zásadní je nejdříve zjistit příčinu. A těch může být hned několik! „Základem obvykle bývá špatný životní styl a nezdravé stravování. Je potřeba uvažovat o tom, co která potravina dokáže udělat s naším tělem. Smažené hranolky uprostřed noci obvykle nejsou to pravé pro náš žaludek,“ vysvětluje Blanka Sza-

bó, odbornice na správné stravování.

Jakých základních pravidel se tedy držet? Petra Skalská, poradkyně pro výživu Pesty Jidelnicek.cz, doporučuje:

## 1) Pečlivě vybírejte potraviny

Jsme skutečně to, co jíme, takže až půjdete příště nakupovat, vybírejte pečlivě kvalitní zeleninu, ovoce, potraviny bohaté na vlákninu. Určitě zapomeňte na sladkosti a potraviny s vysokým obsahem éček. Zkuste místo do supermarketu čas od času vyrazit například na farmářské trhy.

## 2) Nepřejídejte se

Jezte často, ale v menších porcích. Ideální je jíst v pravidelných intervalech přibližně dvě a půl hodiny pětkrát až šestkrát denně. Metabolismus bude pracovat nepřetržitě a nehrozí, že jej zatížíte



Zažívání nás občas vyvede z míry.

PROFIMEDIA.CZ

jednou nebo dvakrát obrovskou porcí jídla, kterou bude mít problém zpracovat.

## 3) Dodržujte pitný režim

Voda je zkrátka základ, už jenom proto, že tvoří většinu

našeho organismu. Musíme ji tedy tělu neustále doplňovat. Všechny metabolické pochody pak budou fungovat přesně tak, jak mají a i hubnutí bude snadnější. Tip: sklenka vlažné vody s citronem ráno

před snídaní nakopne trávení, podpoří peristaltiku i spalování tuků!

## 4) Vyarujte se alkoholu a cigaret

Marná sláva, ale bez toho to nepůjde. Vdechováním cigaretových jedů trávení nepomáháme, spíše naopak. Pozor si dejte také na nadměrné pití alkoholu. Pro ženy je ideální například malé pivo denně či sklenka červeného vína. Nic se ale nemá přehánět!

## 5) Vyzkoušejte detox

Čas od času je potřeba zbavit tělo jedovatých látek. „Toxinů se v našem těle za měsíce či roky bez očisty dokáže nahromadit obrovské množství a my pak kvůli tomu pocítujeme nejrůznější zdravotní komplikace. Správně sestaveným detoxikačním jídelníčkem jde ale vše napravit,“ doplňuje závěrem Petra Skalská. **METRO**

INZERCE

www.ptc.cz



PROTON  
THERAPY  
CENTER

# RAKOVINA

PROTONOVÁ LÉČBA



**NULOVÁ DÁVKA + NULOVÉ RIZIKO = NULOVÉ POŠKOZENÍ**

Protonové ozařování dokáže ozářit vysokou dávkou pouze nádor a do okolních orgánů není dodána prakticky žádná dávka záření. A nulová dávka znamená zároveň i nulové riziko nežádoucích účinků na kritické orgány pacienta.

**RAKOVINA**  
PROSTATA · PRSU · MOZKU · LYMFOMY  
HLAVY A KRKU · PLÍC · UDETI · SINIKVY

**VOLEJTE: 222 999 000**  
**PIŠTE: pacient@ptc.cz**

## Už to jde. Zrak lze vylepšit operativně



Vidění před a po operaci torické čočky korigující astigmatismus.

ARCHIV

Není žádným tajemstvím, že dnešní medicína dokáže doslova zázraky. Jedním z takových oborů je oftalmologie, kdy oční specialisté zvládnou pomocí umělých nitroočních čoček zcela obnovit poškozené vidění a postiženého vrátit do normálního života, aniž by musel používat brýle či kontaktní čočky. Ovšem i zde platí, že není čočka jako čočka a za opravdový komfort si musí pacienti připlátnout. Podle odborníků jsou Češi v tomto směru poněkud zdrženliví, ale pomalu se učí do svého zdraví více investovat.

Existují tři druhy operací, při kterých lékaři vyměňují lidskou čočku za umělou. První je takzvaná RLE – Refractive Lens Exchange, což je výměna čočky za účelem korekce dioptrií. Druhou je PRELEX – Presbyo-

pic Lens Exchange – výměna čočky za účelem léčby presbyopie neboli vetchozrakosti, tedy neschopnosti zaostřit na čtení, obvykle ve věku 40 let a více. Jednoznačně nejčastější je ovšem výměna čočky kvůli šedému zákalu. Ta se provádí k předešlým dvěma v poměru až 1:10.

„V roce 2015 bylo na českých klinikách odoperováno více než sto tisíc očí s kataraktou. To je prakticky desetinasobek oproti roku 1988,“ říká MUDr. Radan Zugar, primář Očního centra Praha, a dodává: „Lidská populace stárne a šedého zákalu se dožívá více a více lidí. Ve věku nad 65 let už má kataraktu každý druhý. Dnes je již našťastí výměna čočky naprosto rutinní, bezpečnou a bezbolestnou záležitostí a v 95 procentech se provádí ambulantně.“ **MET**

# Sport na čerstvém vzduchu

**Využijte léto a teplé počasí k venkovním aktivitám.**

Létní paprsky lákají na čerstvý vzduch a venkovní sportovní aktivity se rozjíždějí na plný plyn. Přinášíme několik tipů na létní sportování.

## 1. Přirozený pohyb

Léto je ideální pro všechny outdoorové sporty. Od chůze, přes běh a plavání, až po adrenalinové lezení po skalách nebo sjíždění dravých řek na raftech. Každoročně přibývají nové sporty a nimi spojené i nové zážitky. „Ideální je, když se v průběhu dne hýbete v rámci normální zábavy. Pro řadu z nás je jednodušší vyrazit na výlet na kolech než na hodinu indoorcyclingu. Track po horách je pro nás zážitek, při kterém vydáme mnohem více než při vedené hodině kondiční chůze,“ říká Jana Havrdová z Českého svazu aerobiku a fitness FIFSAF.cz.

## 2. Cvičení ve vodě

Sluníčko pálí a my se chceme smočit ve vodě. Nemusíte ale jen ležet na matracce nebo si ležerně plavat. Zkuste cvičit. Aqua aerobik je v kurzu. „Trénujete jak sílu, tak i vytrvalost. Intenzitu cvičení zvyšujete s odporem vody a pozor: zároveň si můžete svaly příjemně masírovat. Oproti ostatním formám aerobiku je toto cvičení bez otřesů, a tím pádem si chráníte stav vašich kloubů i kardiovaskulárního systému, který tímto druhem cvičení naopak velice posilujete,“ upozorňuje trenér aqua aerobiku Reinhard Pichler z léčebného hotelu Larimar. Rovněž bylo prokázáno, že aqua aerobik navozuje fyzické i psychické uvolnění.

## 3. Běhání

Vylézt ze stanu nebo z chaty či hotelu a jít si zaběhat do přilehlého lesíka. Takto se v kondici udržuje nejméně z nás. Běhání je velmi zdravé, pro tělo přirozené a nic, kromě kvalitních bot, k němu nepotřebujete. Dá se provozovat



Jóga se dá cvičit kdykoliv a kdekoliv.

PROFIMEDIA.CZ

vat kdekoliv, ale pozor na příliš tvrdý povrch.

„Při běžeckém došlapu se musí naše tělo vyrovnat s tlakem, který je dvakrát až třikrát vyšší než naše hmotnost, takže došlap na tvrdý povrch není při běhu pro naše klouby a vazy úplně ideální. Pokud je to možné, snažte se spíše běhat na měkčím povrchu, například na atletických dráhách či v lese, ne po

asfaltových silnicích. Velmi důležité je zvolit i správné kvalitní běžecké boty,“ doporučuje primářka Rehabilitačního ústavu Ústí nad Orlicí Michaela Tomanová.

## 4. Hurá na kolo

Velmi oblíbeným sportem je v Česku cyklistika. Každým rokem přibývá mnoho kilometrů cyklistických stezek včetně singltreků (úzkých jed-

nospěrných tras pro horská kola, které vedou lesem). Kola jsou opravdu pro každého a spojit se dají i s jinými než sportovními zážitky – s kulturními, gastronomickými i odpočinkovými v podobě přestávek u rybníků či koupališť. I tady ale myslíte na svou bezpečnost a na toulky přírodou nevyjíždějte bez ochranné helmy. Drtivou většinu vážných poranění na kole představují úrazy hlavy. Cyklistická přilba dokáže snížit toto riziko až o 80 procent.

## 5. Jóga

I když má většina z nás spojenou jógu se cvičením v interiéru, není tomu tak. Jóga se dá cvičit kdekoliv a kdykoliv, tedy i v parném létě. „Jóga je jedinečný styl cvičení, při kterém se nejen výrazně posiluje a protahuje celé tělo, ale také dochází k harmonizaci naší psychiky. Pravidelné dýchání plným jógovým dechem při provádění ásan přináší neuvěřitelné zklidnění a doslova navození pocitu pohody a klidu,“ doporučuje Havrdová. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

## Zprávy krátce

### Čínská medicína

České nemocnice budou ve výzkumu tradiční čínské medicíny spolupracovat také s odborníky z univerzity v Cambridgi. Dohody o spojení s prestižním britským ústavem na setkání ministrů zdravotnictví zemí střední a východní Evropy a Číny v čínském městě Su-čou podepsali zá-

stupci Fakultní nemocnice Motol a Fakultní nemocnice v Hradci Králové. Na projektu se budou podílet čtyři pracoviště, kromě Cambridge a hradecké nemocnice také univerzita v Šanghaji a nemocnice Šu Guang. Práce na výzkumu začne okamžitě, týmy jsou připravené. Smyslem jejich bádání bude vyřešit problémy s vývojem nových antibiotik. **ČTK**

INZERCE

**NÁRAMEK** proti komárům a klíšťatům s esenciálními oleji s vysokým repelentním účinkem více jak 80%, s účinností až **8 týdnů** vhodný pro celou rodinu

**149 Kč**  
RODINNÉ BALENÍ od 4kg 10% sleva

**Vybatve své děti na tábor nebo na dovolenou!**

**OBJEDNÁVEJTE**  
[www.hannamaria.cz](http://www.hannamaria.cz)  
mailem: [hannamaria@centrum.cz](mailto:hannamaria@centrum.cz)  
telefonicky: 725 762 825  
osobně: Obchůdek Hanna Maria, Sladkovského 767, Pardubice



**TOHLE PIVO ZA VOLANT PATŘÍ**



AKTIVUJE MOZEK



DODÁ ENERGIÍ



ZVÝŠUJE VÝKON

K dostání na [www.thebrainer.cz](http://www.thebrainer.cz)



ROSEN PHARMA  
[www.rosenpharma.cz](http://www.rosenpharma.cz)

**Pronájmy - nabídky**

• Pronajmám garsoniery u M Vysočanská. Pronajím pro 2 osoby je 9450 Kč + 2950 Kč služby. Kauce ani provize se neplatí. T. 777168616. K nastěhování ihned.

• Levné ubytování, P 9-Hrdlořezy, nové, zařízení, 2 a 3lůž. pok., každý s vl. soc. zař., spol. kuch. Od 170 Kč/den. www.podskaloupraha.cz, t. 731865509

**Práce - nabídky**

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

• Brigáda vybalování a doplňování zboží v hypermarketu v odd. potravin, nápoje, oděvy a elektro 80-150 Kč/hod. NABRIGADU.CZ, U Královské louky 6, P5

• Přijmeme muže na pozici strážný, objekty jsou v Praze, 12 hod. směny (denní/noční). Smlouva - DPP, plat 60-70 Kč/hod. Podmínky přijetí: fyzická zdatnost, čistý výpis z RT. V případě zájmu volejte po-pá 9.00 - 16.00 hod. T. 733469469

• BS přijme bezpečnostní pracovníky pro Zličín a Chrastany, vhodné pro ID, SD, studenty, HPP, DPP. Mzda až 75 Kč/hod., náborový příspěvek až 10 tis. Kč, dlouhodobá perspektiva. Tel.: 224109445, 777470798

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

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

• AŽ 94 Kč/HOD. za práci na pokladně - prodejny v Praze a okolí, zálohy druhý den. Směny dle výběru. Školení zajištěno. T.: 222534534, 777335756

• BRIGÁDA AŽ 95 Kč/H. - prodavač/ka do lahůdek, pekař/ka. Zálohy druhý den. Pro více informací volejte: 222534534, 777335756 (PO - PÁ 8 - 18 hod)

• AŽ 105 Kč/HOD. za doplňování zboží - směny dle výběru, denní i noční. Prodejny v Praze a okolí. Zálohy druhý den. Tel.: 222534534, 777335756

**Přijmeme zájemce na sepsávání půjček online.** Obchodní poradce a specialista na IČO. vysoké provize - fixní, jednoduchá práce využívání kanceláře a školení zdarma e-mail: info@andel-pujky.cz Praha a Beroun, tel.: 777 484 032

**BRIGÁDY V PRAZE A PLZNI!** Nastup možný ihned! AZ Servis Možnost UBYTOVÁNÍ! www.azservis.cz DOPRAVA na pracoviště i zpět ZDARMA! Tel.: 724 772 129, 777 367 218 Ostrovského 3, Praha 5 - Anděl 100% VÝPLATY 2. DEN

**STRÁŽNÝ VRÁTNÝ RECEPČNÍ** HLEDÁME: recepční, strážné - vrátné, ostraha VYŽADUJEME: jakýkoliv invalidní důchod NABÍZÍME: náborový příspěvek 5.000 Kč 62-80 Kč/hod. (Výplácní denně) stravenky a příspěvek na bydlení Jsme solidní společností. KONTAKT: 800 888 440 BEZPLATNÁ LINKA

• INVENTURY AŽ 100 Kč/HOD. - brigády na celý červen, výpomoc při počítání zboží. Zálohy druhý den. T.: 222534534, 777335756 (PO - PÁ 8 - 18 hod)

• SZŠ, Ruská, Praha 10, přijme od 1.9.2016 kvalifikované učitele SŠ s aprobací biologie, TV, AJ, chemie, matematika, fyzika, dějepis, ZSV, ICT i na částečný úvazek. Kontakt: kotinska@szs-ruska.cz, tel. 246090805

• Job právě pro Tebe na plný úvazek v McDonald's Hostivař. Stálá práce, která Tě bude bavit. Od 90Kč/hod. tel: 777261558, RM58@CZ.MCD.COM

• Operát./Programát. řezání vod. paprskem- obsluha a údržba CNC strojů, Janka- Radotín. Pečlivý, zodp. samost. HPP, nadpr. mzda. R.Kýhos, tel.778482816.

• Elektrikář, Janka-Radotín. Montáž elektrozařízení. Vyhř. 50 podminkou, pečlivý, zodpov. samost. HPP, nadpr. mzda. R. Kýhos, tel. 778482816.

• Hledáme brigádníky na pozici strážný s certifikátem odb. způsobilosti na kontrolu areálů v Praze 4, 5, 6, 7 a 10. Mzda 80 Kč / hod. Tel.: 274782747

• SPŠ, Praha 10, Na Třebešíně 2299 přijme pro školní rok 2016/2017 asistenta pedagoga. Požadujeme odpovídající vzdělání. Nastup od 28.8.2016. Kontakt: 222355555, sps@trebesin.cz

• SPŠ, Praha 10, Na Třebešíně 2299 přijme na plný úvazek vyučující strojírenské technologie pro obor Strojírenství. Požadujeme odpovídající vzdělání. Nastup od 29.8.2016. Kontakt: 222355555, sps@trebesin.cz

• SPŠ? Praha 10, Na Třebešíně 2299 přijme na plný úvazek vyučující informačních technologií. Obsah výuky operační systémy a aplikační software. Požadujeme odpovídající vzdělání. Nastup od 29.8.2016. Kontakt: 222355555, sps@trebesin.cz

• ZŠ v Praze 10-Hostivař přijme od 1.9.2016 kvalif. vychovatele/ku šk. družiny. Možnost ubytování. T. 74016523, 603436284, reditel@hornomep.cz

• Nábor ostraha-Praha/ČR. Mzda 14-22 tis. Kč, ubytování, bonusy. EBS, s.r.o., Na Březince 6, Praha 5, 731472449, 4 6 1 3 1 2 6 0 3, kancelar@police-ondra.cz

• Hledáme kolegy do poboček nebankovní společnosti v Praze, Brandýse, Říčanech, Mělníku a Benešově. Nabízíme kancelář a vysoké provize. T. 777484026

**CREDIT CZECH** HLEDÁŠ STÁLOU BRIGÁDU? NABÍZÍME PRÁCI VE SKLADU až 130 Kč/hod + stravenky Tel.: 777 335 756, 222 534 534 www.creditczech.cz

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

• A.s. přijme administrativní pracovníky pro Prahu, vhodné pro ID a SD, DPP. Mzda 80-110 Kč/hod., požadujeme SŠ vzděl., účetnictví. Tel.: 773087670.

• ERGON a.s. se sídlem v Praze přijme do výroby zakázkové obuvi šikovné obuvníky. Kontakt pro zájemce: mobil 607 886 375, e-mail: personalistika@ergon.cz.

• Bageterie BOULEVARD přijme ihned zaměstnance - obsluha nebo příprava baget. 8.5 hod. směny. Možnost profesního růstu. Osobní schůzky na tel. 734858585

• Facility společnost přijme uklidového specialistu - mytí oken, čištění koberec na objekt v Praze 5. Práce v noci, příležitostně o víkendy. Požadujeme: bezúhonnost, ŘP B výhodou, zodpovědnost. Nadstandardní platové podmínky. Nastup možný ihned. Informace na tel. 778762046

• Rekvalifikace a ZKOUŠKY STRÁŽNÝ. Pro nezaměstnané možnost zajištění rekvalifikace přes Úřad práce. Tel: 777601678, www.bezpecnostnikancelar.cz

• Hledáme krejčovnu na výpomoc. Šití a opravy pánských oděvů. Praxe v oboru nutná. Práce z domu nebo na zkrácený úvazek. recpece@windors.cz, 601571884

• Přijmeme řidiče sk. B pro přepravu osob na naše vozy. Znal. AJ a Prahy, věk min. 21 l. Zajímavé výdělky. Nejsme taxi. 723293535, patrik.suma@seznam.cz

• CSOP Praha 5 hledá pečovatku, kvalifikační kurz pracovníka v soc. službách podmínkou. Životopis zašlete na csop5@volny.cz Tel. 257318995

• Kuchaře s praxí přijme plzeňská restaurace na Praze 7. Volejte tel. č.: 603919139

• Hledáme zaměstnance (kuchaře, obsluhu a pekaře) do nově otevřeného Fresh bistra O'papa na Černém mostě. Nabízíme 20.-25.000 měs. čistého. T. 777558628

• Hledáme prodavače/ku do obchodu v centru Prahy, znalost cizích jazyků vítána. Blíže informace na tel. 776676381

• Přijmeme na HPP obsluhu do baru na Praze 9 a Praze 10. Tel. 773027856

• Pro noční klub v Praze hledáme muže do 28 let na pozici společník a tanečník. Výdělky až 85.000 Kč měs. Pro mimopražské ubytování zdarma. 723370711

**HLEDÁME HOSTESKY A PROMOTÉRY pro Prahu a okolí** WWW.ADVENIO.EU Forma brigády i dlouhodobě spolupráce. Kontaktujte nás na recepci@advenio.eu nebo nám zavolejte 296 336 311

**Hledáme kuchaře pro hotelovou restauraci v Praze 7** Praxe v oboru vítána, práce na směny v malém kolektivu, férové jednání i ohodnocení. Životopis zašlete na gm@plazahotelafata.com, případně volejte 220 407 081

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

• Přijme zaměstnance na dopolední úklid v administrativní budově na Praze 3. Tato pozice je vhodná pro osoby se zdravotním znevýhodněním nebo invalidním důchodem. Nabízíme zájemci stabilní společnosti, stravenky, dovolenou navíc. Blíže informace obdržíte od pi.Vančurové, tel. 267 094 477, mobil 605 229 023

• Společnost zabývající se správou nemovitosti přijme zaměstnance na pozici vrátná/v v administrativní budově v Praze. Požadavky: pouze pro osoby se zdravotním znevýhodněním nebo invalidním důchodem, nepetřžitý provoz. Podrobnější informace o nabízené pozici obdržíte od p. Vančurové, tel. 267 094 477, mobil 605 229 023

• Bageterie Boulevard provozovna Karlín přijme vedoucího restaurace. Vedení kolektivu, plánování směn, školení zaměstnanců, úspěšné složení certifikace do 2. měsíci. Nastupní plat 30.000 Kč, zaměstnanek benefity, platový růst. Nastup ihned. CV zasílat na: denisaleponi@seznam.cz

• Technická správa FZÚ AV ČR, v. v. i. přijme provozního instalatéra, topenáře. Požadujeme: vzdělání min. USO s výučním listem, svářečský průkaz výhodou, nástup dohoda. Nabízíme: HPP plný nebo zkrácený úvazek, 5 týdnů dovolené, stravenky, nástup dohoda. Praha 8. Tel. 266052485, email: danes@fzu.cz

• Technická správa FZÚ AV ČR, v. v. i. přijme provozního elektrikáře. Požadujeme: vzdělání USO, výuční list, odb. způsobilost dle vyhl. č.50/78 Sb. min. 66, praxe min. 3 roky. HPP plný nebo zkrácený úvazek, 5 týdnů dovolené, stravenky, nástup dohoda. Praha 8. Tel. 266052161, email: zenisek@fzu.cz

• Úklidová firma přijme pracovníky nočního úklidu (0:00 - 5:00 hod.) kancelářských prostor na Praze 4, Chodov. Nastup IHNEDE. Tel. 721941792.

• Úklidová firma hledá spolehlivé pracovníky úklidu na ranní úklid (6:00 - 10:00 hod.) obchodních prostor na Praze 5 a dále ve stejný čas na strojní úklid. Nastup IHNEDE. Tel. 602449631.

• Hledáme fyzicky zdatné a spolehlivé muže i ženy do výroby na zpracování ryby na Praze 9 (Čakovice). Dlouhodobě na DPP 80-90,-Kč/hod. Tel: 734 513 843

• Přijmeme hospodyně na úklid bytů, dlouhodobá spolupráce, hezké prostředí, bez zkušeností zaučím. Volejte ihned 603963021, 739319969.

• Úklidová firma přijme pracovníka na denní službu v kancelářích u metra Malostranská, Po-Pá, 11:00-15:00 hod, 7500 Kč/měs. Tel. 602412822

**BEZPEČNOSTNÍ AGENTURA přijmeme ihned STRÁŽNÉ A RECEPČNÍ** • Náborový příspěvek 3.000 Kč • Práce v Praze a okolí • Týdenní zálohy • Solidní ubytování • Volejte zdarma 800 600 333 www.adamsecurity.cz

• Hledáme obsluhu čerp. stanic Benzina v Praze 3. Nonstop provoz. Požadujeme pověstnost, pracovitost a příjemné vystupování. Nastup ihned. T: 739081249.

• Ostraha bytových domů - přijmeme pracovníky na HPP nebo DPP po celé Praze. Info tel 281864803 od 8-16 hod, info@big-fmserve.cz.

• Úklid. Fa. přijme ženy na úklid domů v P 5, P 6 a P 9 na HPP i DPP. Po-Pá cca 5 hod. denně. 9,5-10 tis. čist. Osobně 8-10 h, Křenova 15, 6-Petřiny."

• Mezinárodní 5\* hotel na Praze 1 hledá pokojskou na brigádu. Uniforma, stravování zdarma. Mzda 85 Kč/hod. Fyz. zdatnost + prac. nasazení. T. 296631184

• Mezinárodní 5\* na Praze 1 hledá myče/ku na bílé/černé nádobí. Směny Po-Ne. Stravování zdarma. Mzda 80/90 Kč/hod. Tel. 296631110

• Úklidová firma přijme uklízečku na HPP pouze z Úřadu práce, denní úklid Praha 4 - Zelený pruh. Nastup od 15.000 Kč hrubého. Tel. 605732859

• Elektrikáře ideálně pro výměnu ledů firma v Praze 9. Dobře pracovní i finanční podmínky. Nastup možný ihned. Platná vyhl. 50 podminkou. T. 603877646

• Topenáře-instalatéra na servisu vlastních sítí v Praze-Letňanech. Dobré finanční i pracovní prostředí. Pož. zkoušky plamen i el. Volejte 603877646

• Přijmeme květinářku - floristku s praxí na zkrácený úvazek. Praha 4. Tel. 731178114

• Přijmeme pokladní do samoobslužné restaurace v Praze 5. Info: 603829087, email: muller@cafesconto.cz

• Česká restarace U Zavadilů v Kunraticích hledá kuchařku/ře na HPP. Jedná se o celoroční práci. Tel. 604542136 nebo e-mail: marek.zakon@ambi.cz

• BS přijme pracovníky k ostraze filmových projektů v Praze a okolí (vhodné i pro důchodce). VPP, DPP, brigáda. Informace na: 224942456

• BS přijme spolehlivé pracovníky na DPP. Podminkou aktivní řidič sk. B. Vhodné pro zdatné důchodce. Volejte 732717538 v pracovní dny od 9 do 13 hodin.

• IHNEDE - práce, brigády - sklady - balení, etiketace, VZV, výroba - montáže, práce u strojů. zaměstnání@abzakovo.eu nebo 773666943, Spálená 10, P-1

• Pekařství Hello! přijme Prodavače/ku - Metro Chodov. Nabízíme práci na HPP. Nutný potr. průkaz. Své životopisy zasílejte na r.vacik@lagardere-tr.cz

• Advokát prodá vybavení: pracovna, zasedačka, recepcie nebo přenechá pronajm s vybavením. "A" Bořislavka, Praha 6, akdejvice@centrum.cz. Odchod penze.

**Finance - nabídky** **BEZPEČNÁ PŮJČKA PRO KAŽDÉHO** Půjčka od 10 000 Kč do 500 000 Kč • vyřízení žádosti po telefonu • rychlé vyplácní • neřešíme registry C 603 904 925 www.silverpujky.cz

**www.greenpujčka.cz** **NOVÁ Soliromská nebankovní společnost** PŮJČKA od 20.000Kč do 300.000Kč - zájem v soliku u nás nevadí - velká přičinnost, vyřízení ještě dnes - schválení do 20 minut od žádosti Zastupitelstvo předsedy společnosti TELEFON: 722 664 113

• PŮJČKA V HOTOVOSTI ihned! Anděl - tram. Bertramka, 607801801, "M" Ládví. 724103102, na příjem až 100tis, Více věřiteli, www.rychly-penziz.cz, 9-18 h.

• Půjčky na ruku od 2000 Kč, od 18-80.let, vem OP a mobil, insolvence ani 1 exe nevadí. NE Ferr. Po-Pá 9-17, Praha-Háje, Tatarkova 6 (zezadu) 777367244

• Půjčka až 20 tis ihned na OP a mobil. S přijmeme až 200 tis. Více než 10 poskytovatelů! Metro B Palmovka, Sokolovská 125, Po-Pá 8-17 t. 774064546.

**Auto-moto - poptávka** • Koupím jakékoliv vozidlo (i veterána). Platím ihned. Tel.: 603281855

**Oznámení** • Zveme Vás na křesťanskou přednášku Jak se vyhnout trestu za hřích? Út 21.6., 18.30, KD Ládví, Burešova 2, 1.p., místnost A, vstup zdarma. T. 724122088

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

**Zavolejte, rád vám poradím: 777 060 126** ► Expresní výkup nemovitostí ► Vyplátní dluzné nájmů, exekuce, zástavy ► Půjčím na privatizaci včetně realizace ► Zajištím náhradní byty **Volejte: 776 36 36 36** **VOSYKA** 20 let zkušenosti, osobní přístup

• Koupím byt v Praze pro dceru, platím hotově, záloha ihned možná, děkuji. Tel: 602212121

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

• Hledáme vhodné byty k dlouhodobému pronajmu pro lékaře od 1+k.k. do 4+1 s dobrým spojením do centra. Právní servis zajištěn. Volejte 241414830

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

• Jako první investor hledám ke koupi byt do 70 m2 v Praze v jakémkoli stavu. OV i DV. Dluhy na bytu vyřeším. Peníze k dispozici ihned. T. 605264957

# „Musíme vyhrát a nečekat pomoc“

**Rozhodující zápas o účast v osmifinále ME čeká dnes od 21 hodin české fotbalisty.**

Po prohře se Španělskem a remíze s Chorvatskem Češi změní ve francouzském Lens v posledním utkání skupiny síly s Tureckem. Bez zraněného kapitána Tomáše Rosického potřebují zvítězit, aby měli reálnou šanci na postup. Matematickými počty se hráči příliš nezabývají. „Nevím, jak sledují ostatní skupiny kluci, ale já osobně ne. Počítám jen s tím, že když vyhrájeme, měli bychom postoupit, jinak nemá cenu kalkulovat,“ řekl záložník Vladimír Darida. „Bude to o všechno, a když vyhrájeme, z 90 procent je postup jistý. Potřebujeme vyhrát a neohlížet se na ostatní výsledky,“ doplnil obránce Pavel Kadeřábek.

Duel bude reprízou závěrečného souboje ve skupině na Euro v roce 2008, kdy Češi

## Postupové varianty

Před zápasem proti Turecku je jich hned několik.

- Pokud reprezentanti zvítězí, zakončí skupinu se čtyřmi body, s nimiž by se měli pravděpodobně vejít mezi postupující čtyři nejlepší celky ze třetích míst.
- V případě výhry Španělska nad Chorvatskem se národní tým dokonce může dostat na druhou příčku, která automaticky znamená účast v osmifinále.
- Češi definitivně neztratí naději na postup ani při remíze, ale musely by jim o den později nahrát hned čtyři výsledky najednou.

## metro FOTBAL Mistrovství Evropy

po obratu prohráli 2:3 a soupeř je připravil o vyřazovací část. Čechům tehdy stačila remíza, do 75. minuty vedli 2:0, ale pak Turci dali tři góly a sla-

vili postup. „Vzpomínky jsou špatné, ale už je to dávno. Doufám, že teď budou lepší. Budeme se snažit ten zápas urvat za každou cenu, abychom jim trochu vrátili ten rok 2008,“ řekl jeden ze čtyř pamětníků tehdejšího obratu v současném výběru stoper Michal Kadlec.

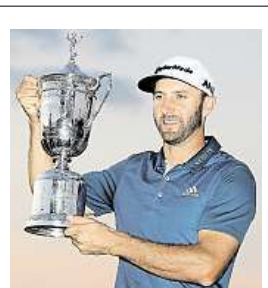
S Tureckem se Češi dobře znají, protože na něj narazili v kvalifikaci. V Istanbulu vyhráli 2:1, v Praze pak podlehli 0:2, ale to už měli jistý postup. „Turecko je určité papírově nejslabší soupeř ve skupině. Ale má očí hrát, se třemi body jde postoupit,“ uvedl Kadeřábek. Turecko má ze dvou zápasů skóre 0:4 a je poslední. Ani případná výhra mu nemusí stačit, s třemi body by byla o poznání menší šance na postup než se čtyřmi.

Variant sestavy bez Rosického má trenér Pavel Vrba několik. Může využít Daniela Koláře, Bořka Dočkala či Jiřího Skaláka nebo případně vysunout z defenzivnější pozice Daridu či Jaroslava Plašila. Kouč plánuje bez ohledu na Rosického zranění další dvě až tři změny v sestavě. **sim**

## Číslo dne

# 1000

Velkému zájmu se těší jubilejní 20. Grand Prix ČR na ploché dráze. Jede se v sobotu v Praze. V předprodeji zbyvá necelá tisícovka vstupenek.



## První titul

Americký golfista Dustin Johnson vyhrál 116. ročník US Open a dočkal se prvního triumfu na majordnu. Šestý hráč světa uspěl na náročném hřišti v Oakmontu. O tři rány zpět skončila na děleném druhém místě trojice Jim Furyk a Scott Piercy z USA a Shane Lowry z Irsko. „Cítím se teď skvěle, opravdu výtečně. Je to zaslužené,“ řekl Johnson, který své bankovní konto navýšil o 1,8 milionu dolarů (asi 43 milionů korun). **AP**

## Zprávy krátce

### Do Estonska, nebo na ostrovy

Fotbalisté Slavie Praha se při návratu do evropských pohárů utkají ve druhém předkole Evropské ligy buď s Levadií Tallinn, nebo s HB Tórshavn z Faerských ostrovů. Jméno soupeře bude pražský celek znát po odvetách úvodního předkola, které jsou na programu 7. července. Termíny druhého předkola pak jsou 14. a 21. července.

### Už je trojkou

Tenistka Barbora Strýcová se po finálové účasti v Birminghamu posunula ve světovém žebříčku z 30. na 26. místo do pozice české trojky. V pořadí přeskočila Lucii Šafářovou. Ta je nyní třicátá. Nejlepší Češkou zůstává jedenáctá Petra Kvitová, Karolína Plíšková je 17.

### Mláďi vpřed

Šestnáctiletá plavkyně Barbora Seemanová vytvořila na dorosteneckém šampionátu v Plzni český rekord na stovce volný způsob časem 54,81 sekundy. **čtk**

## Euro. Wales vyhrál skupinu

Fotbalisté Walesu slaví na ME po výhře 3:0 nad Ruskem historický postup jako vítěz skupiny B. Pomohla jim k tomu také bezgólová remíza Anglie se Slovenskem. Tým Albionu jde do osmifinále z 2. místa. Blízko postupu jsou však také třetí Slovinci. **sim**

## Olympijský běh. Doraz i ty!

Už zítra můžete oslavit mezinárodní Olympijský den v pražské Stromovce, kde se stejně jako na dalších 50 místech po celém Česku uskuteční od 18 hodin T-Mobile Olympijský běh. Vybrat si můžete trať v délce pět nebo 10 kilometrů. Pokud se nestihnete zaregistrovat na adrese [www.olympijskybeh.cz](http://www.olympijskybeh.cz), můžete se přihlásit i na místě. Akce se zúčastní také její ambasádorka a jistá účastnice maratonu v Riu Eva Vrabcová Nýltová, překážkářka Zuzana Hejnová, běžec Róbert Štefko, cyklista Jiří Ježek nebo uznávaný kardiolog Jan Pirk. **sim**

### Nemovitosti - poptávka

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

• IHNEDE VYKOUPIME Váš byt, rodinný dům, činž. dům, pozemek. Hotovost do 3 dnů. Vyřešíme cokoli – privatizaci, právní vadu, dluhy, exekuce. T: 800662222

### Pronájmy - poptávka

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

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

• Manželé s jedním dítětem hledají k pronajmutí byt 2+1 nebo 3+1 do ceny 15 tisíc i s poplatky. K nastěhování v průběhu července. Děkujeme. 603789381

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

### Hobby - poptávka

• Koupíme sbírky známek, starých pohlednic, mincí, významných a bankovek. Přijedeme, oceníme. Tel.: 734 105 589, prodejna 284 824 040

### Cestování - nabídka

• CHORVATSKO - kvalitní levné ubytování v apartmánech na pobřeží Dalmacie pro rodiny s dětmi. Katalogy zašleme zdarma. [www.dochorvatka.cz](http://www.dochorvatka.cz) T.: 737664164

### Služby - nabídka

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

• Provozujeme veškeré stěhovací a vyklížečské služby v Praze a okolí. Prohlídka technikem ZDARMA. Víkendy bez příplatků. Volejte na: 727943277.

• Sauna, solária, masáže uvolnit Vás dokáže, sauna 170,- Kč (čas neomezen), Po-Ne, metro B - Českomoravská. Info: tel. 720586574, [www.sauna-praha9.cz](http://www.sauna-praha9.cz)

### Zdraví - nabídka

• Jste diabetik 2. typu a chcete odhalit své riziko onemocnění ledvin? Více na 267 168 107 či [priority@f3.cuni.cz](mailto:priority@f3.cuni.cz) – účast ve vědecké studii 3. LF UK.

### Starožitnosti

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

## INZERCE

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

**NAŠI MILÍ ČTENÁŘI, PROSÍME, DO KOŠE NEPATŘÍME!**

### 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; 1min/90Kč vč DPH. [www.ema.biz](http://www.ema.biz), [www.platmobilem.cz](http://www.platmobilem.cz)



• **VDANÉ ŽENSKÉ! Diskrétní zálet!** Máš chuť na sex se zadanou? Piš SMS ve tvaru 38TUZ a text na 909 15 50

• Přítulná a veselá! Budu tvou milenkou do nepohody! Janina 38. Volej na 909 90 99 25 nebo piš SMS na 909 15 40 s kódem 63EHN a tvůj text!

• Náročná a provokativní dábllice Kačka 31. Uspokoj mě extra choutky! Nebráním se ničemu! Zavolej mi na 909 801 870 kód CVL70



• Stále atraktivní dáma Zdeňka 61. Ráda bych našla diskrétního muže, který mi bude milencem. Nežným i vášnivým! Jsi to ty? Vytoč 909 80 50 40 nebo mi napiš SMS na číslo 909 15 45 s kódem 80PNC a tvůj text!

**Elektro spotřebiče levněji než na internetu**

lednice, pračky, sušičky myčky nádobí, sporáky vestavné spotřebiče elektro Kolář V tůních 13, Praha 2 tel.: 602 202 236, 9-17 hod.

# Letní vánoce na **alza.cz**



Rozdáváme  
e-obchod v hodnotě  
1 500 Kč

více na [www.alza.cz/letnivanocce](http://www.alza.cz/letnivanocce)



## Zaostři na úspěch

### HUAWEI P9

CO-ENGINEERED WITH 

5,2 IPS displej s Full HD (1 920 × 1 080) | Osmijádrový procesor, RAM 3 GB | Paměť 32 GB + microSD až 128 GB  
Duální fotoaparát 2× 12 Mpx + přední 8 Mpx | Google Android 6.0 Marshmallow

**14 990,-**

objednací kódy: HU2890a1d  HU2890a1c



MAKE IT POSSIBLE

kup na [www.alza.cz/huawei](http://www.alza.cz/huawei) nebo volej 225 340 111

