

KVŮLI ROLI ZABOŘILA RUCE DO HLÍNY

KATE WINSLET ZTVÁRNILA V NOVÉM FILMU ZAHRADNICE STRANA 8



metro



PRAHA

Středa, 22. dubna 2015

Č. 77, www.metro.cz
Svátek slavi: Evženie

Min. 14°
Max. 18°

Nejčtenější noviny v Praze

Kaplického chobotnici odmítl až včera soud

Osm let. Tak dlouho soudu trvalo, než rozhodl o vítězi architektonické soutěže na Národní knihovnu na Letné. **Soud.** Chobotnice měla být ze soutěže vyloučena, vyhrála v rozporu se zadanými podmínkami STRANA 5



Umělec bojuje sprejem proti etnické nenávisti v Bosně

Přední osobnost americké graffiti scény Caleb Neelon včera pózoval před nasprejovaným dílem na jedné ze stěn bosensko-sarajevského hlavního města Sarajeva. Americký sprejer, který je autorem mnoha graffiti na zdech měst celého světa, uspořádal pro mládež z etnicky rozdělené Bosny setkání, jehož náplní byla spolupráce na mírovém projektu. AP – AMEL EMRICH

Boj o novou Parukářku

Hospůdku Parukářka na žižkovském kopci čeká demolice, podle Prahy 3 nevyhovuje potřebám rodičů s dětmi. Hned vedle však postaví novou, která by měla sloužit všem. STRANA 3

Cholesterolu zavaří injekce

Na geneticky zvýšený cholesterol, s kterým nezačítá žádná dieta, pomůže injekční pero. V budoucnu by mohlo nahradit méně účinné léky. STRANA 6

Novodobé otroctví

Svět musí řešit krizovou situaci s uprchlíky. Jen v neděli se jich po potopení přepravní lodi utopilo 900. Austrálie vyzývá k přísnější azylové politice. STRANA 7

Národ'ák už s hráči z NHL

Hokejisté Hertl či Voráček pomůžou národnímu týmu proti Finsku dnes a v pátek ve dvou generáčkách na domácí mistrovství světa. Čeká se na Jágra. STRANA 23



Fotografie najdete na
WWW.METRO.CZ

Luxusní Rolls-Royce jsou v muzeu

V Národním technickém muzeu v Praze jsou ode dneška do 3. května k vidění historické luxusní vozy Rolls-Royce a Bentley. Na snímku je Jiří Černý, předseda české sekce Klubu přátel a obdivovatelů automobilů Rolls-Royce a Bentley, u svého vozu Rolls-Royce Silver Wraith z roku 1946.

ČTK

Fekálie. Čističku odpadních vod asi ochromil zemědělec

Velké množství hnojiv, fekálií či silážní šťávy ve vodě přicházelo z kanalizace do čističky odpadních vod na Císařském ostrově – nestíhala tuto vodu čistit. Vše probíhalo od února do března, v nočních hodinách. Vysoce znečištěnou vodu podle všeho vypouštěl zemědělec. Kdo konkrétně, se neví a Pražská vodohospodářská společnost podala na neznámého pachatele

trestní oznámení, uvedla pražská radní Jana Plamínková. Čistírna musela vyhlásit havarijný stav. Pražanům nebezpečí nehrozí. Do běžného provozu se čistička vrátí na přelomu května a června.

Ve znečištěné vodě se objevilo vysoké množství dusíku. Došlo tak k přiotrávení bakterií, které čistí vodu, a s tím čistírna měla velký problém. „Nakonec se ukázalo, že ne-

bude nutné nakupovat nové, bakterie začaly regenerovat,“ řekla Plamínková. Po původci havárie město i policie pátrají.

Vysoce znečištěná odpadní voda byla nelegálně vypouštěna od poloviny února do asi 10. března, a to vždy o víkendech nebo v nočních hodinách. Průměrné koncentrace znečištění byly nejvyšší za posledních šest let. **ČTK**

Ven! slyšeli na Lávce

Pátou dohodu s Jaroslavem Duškem přerušila hořící lahev s plynem.

Přestože hasiči čas od času evakuace lidí z divadel a prostor, kde se sdružují skupiny, nacvičují, v pondělí večer o žádné cvičení nešlo. V restauraci klubu Lávka v Praze 1 totiž začala hořet desetikilogramová propanbutanová lahev umístěná ve sloupovém teplometu a muselo kvůli tomu být evakuováno také sousedící divadlo. Nikdo nebyl zraněn, škoda se vyšplhala na 25 tisíc korun.

„V nácvičku máme situace, že se nám při evakuaci vždy někdo ztratí,“ přibližuje mluvčí hasičů Pavlína Adam-

cová. Podle Adamcové však pondělní ostrý zásah proběhl hladce a také nebylo nutné po nikom pátrat.

Nepříjemnější pro přítomné diváky asi bylo to, že návštěvníci divadla, kde se právě hrála Pátá dohoda s Jaroslavem Duškem, hru kvůli nucečné evakuaci do konce nedohlédli. A jen tak k tomu mít příležitost nebudou. Pokladní divadla deníku Metro řekla, že nejbližší představení jsou vyprodaná. „Diváci mají možnost do konce dubna vrátit lístky a vstupné jim bude kompenzováno v plné výši. Pokud budou mít zájem, mohou nám poslat mail a v září dostanou přednostní právo hru zhlédnout,“ dodala.



TOMÁŠ BELICA

tomas.belica@metro.cz



Likvidovali požár z propanbutanového teplometu. **HZS PRAHA**

INZERCE



www.kia.com

Limitovaná edice Kia TOP se zvýhodněním až 50 000 Kč



The Power to Surprise

Nejkratší cesta k novému vozu

Přesvědčte se sami u svého prodejce Kia a pořídte si novou Kia Rio nebo Kia Venga.

Bohatá výbava a zvýhodnění až 50 000 Kč zkrátka nejdou přehlédnout.

Nová Kia Rio. Kombinovaná spotřeba 3,8 – 6,3 l/100km. Emise CO₂ 99 – 147 g/km. Nová Kia Venga. Kombinovaná spotřeba 4,5 – 6,5 l/100km. Emise CO₂ 119 – 154 g/km. Vyobrazení vozů je pouze ilustrativní. Pro bližší informace o ceně a financování navštivte www.kia.com nebo kontaktujte svého prodejce Kia.

Boj o novou Parukářku

Současná hospůdka na Parukářce půjde k zemi.

Praha 3 chce vedle ní postavit novou.



Podél opěrné zidky se postaví nový podnik. D. MOKŘÍŽOVÁ



Studie nové hospůdky PHA3

Nová hospůdka

Se stavbou by se mělo začít příští rok, podle odhadů by měla vyjít na 10 milionů korun.

- Složitě vedení inženýrských sítí pod kopcem ale může cenu ještě změnit.
- Do problémů se provozovatel

hospody Gregůrek dostal v roce 2012, kdy prohrál veškeré soudy o legalizaci stavby. Její povolení vypršelo zhruba před patnácti lety.

- Praha 3 mu hospůdka bude tolerovat až do doby, než se postaví nová.

Hospůdka Parukářka na pražském Žižkově je známá pro své lidové ceny i jedinečnou atmosféru. Ovšem provází ji také řada problémů. Vše vyvrcholilo v roce 2012 nařízením soudu o demolici. Praha 3 se rozhodla převzít její osud do svých rukou a pár metrů vedle postaví její obdobu. I přesto stávající vlastník Vladimír Gregůrek neztratil elán a bude se ucházet o místo provozovatele nového objektu.

„Do výběrového řízení půjdu s ambicí zachovat tradici a lidové ceny. Zároveň bych jí rád přizpůsobil širší veřejnosti,“ říká Gregůrek.

Podnik v současné době navštěvují hlavně mladí alternativní lidé. „Současný provoz je zaměřen na tradiční hospodskou klientelu, což má

své kouzlo, ale určitě nevyhovuje potřebám rodičů s dětmi,“ domnívá se zastupitel Prahy 3 Ondřej Rut. Podle vytvořené studie by měl nový podnik vyhovět oběma skupi-

nám lidí. Toho má být dosaženo například pomocí odděleného kuřáckého prostoru nebo širším sortimentem občerstvení. A právě na dostupnost občerstvení pro veřej-

nost bude Praha 3 při výběrovém řízení hledět nejvíce. „Zároveň ale platí, že by se z hospůdky neměl stát luxusní podnik,“ dodává Rut.

Podle mnohých však nová hospůdka nikdy nebude mít takovou atmosféru jako ta stávající. „Asi přijde o některé zákazníky a nebude z ní tak dobrý výhled na Prahu,“ domnívá se Jiří, který sem občas zavítá. DENISA MOKŘÍŽOVÁ



Rozloučení

S bývalým premiérem Stanislavem Grosse (na snímku z roku 2009), který zemřel minulý týden, se dnes od 8.30 na Vyšehrad přijde rozloučit řada politiků a přátel. Jeho památku uctí i premiér Bohuslav Sobotka. Naopak prezident Miloš Zeman účast na pohřbu neplánuje. MAFRA

INZERCE

Zlatá horečka

Výkup zlata ve zlatnictví Sherri se vyplácí!

Mnoho z nás většinou ani netuší, jaké poklady máme doma. Ať už se jedná o staré, poškozené či polámané šperky, staré mince, zlaté korunky, brože, stříbrné přibory, či z módy vyšlé šperky. Výkup drahých kovů je v současné době nejrychlejší a nejjednodušší způsob, jak své peníze znovu zhodnotit. Aktuální hodnota je 32 100 Kč za unci. V souladu s vývojem hodnoty české koruny se cena zlata vyšplhala až na 1032 Kč za 1 gram. „Své zlaté či stříbrné šperky můžete snadno proměnit i na částky přesahující desetitisíce,“ konstatuje manager zlatnictví Sherri, který podle svých slov za poslední dobu pocítil značně stoupající počet zákazníků. Paní Svatava Zárubová se rozhodla navštívit zlatnictví Sherri v OC Chodov a informovat se o výkupních cenách. „Měla jsem několik starých prstenů pro prarodičích, ale rozhodně jsem je nechtěla prodat pod cenou. Zaujala mě nabídka zlatnictví Sherri, které nabízí dost vysoké ceny za výkup. Nabízenou cenou jsem byla skutečně mile překvapena, nabídli mi přes 12 tisíc korun,“ pochvaluje si. O skvělých výkupních cenách je možné se přijít nezávazně přesvědčit. Obsluží Vás příjemný personál, diskretní prostředí při výkupu drahých kovů je samozřejmostí.

Vše bez úředních průtahů a s profesionálním zjištěním ryzosti. Tak neváhejte.



Zlatnictví Sherri

Obchodní centrum Chodov
Rožtylská 2321/19, 148 00, Praha 4
+420 272 075 428



DÁMY NEPŘEHLÉDNĚTE:
Vysoce módní dámské oblečení za skvělé ceny je možné zakoupit v e-shopu:
www.modnisexyobleceni.cz

PENNY MARKET
Nakupujte hezky český

MÁME TO NEJLEPŠÍ Z ČESKA. TO JE FAKT!
Jsme Vám vždy NABLÍZKU.
TATO NABÍDKA PLATÍ VE STŘEDU 22. 4. 2015

JABLKA ČERVENÁ volná 1 kg



DOBRÁ VODA* jemně perlivá, přírodní neperlivá 1,5 l | 11,5,27 Kč



KÁVA MARILA STANDARD mletá 1 kg



1 kg



-47%

AKCE 87.90 -169



-38%

AKCE 7.90 -129

POSLEDNÍ DEN!

SLEVA 25% NA VŠECHNY JOGURTY!

Nabídka platí do vyprodání zásob. Odběr možný jen v obvyklém množství (tj. max. 5 ks na osobu a den, trvanlivé mléko max. 12 ks na osobu a den, lahvové pivo max. 20 ks na osobu a den, není-li uvedeno jinak). Tento dokument není nabídkou (návrhem na uzavření smlouvy) ani výzvou k podání nabídky. Jde o dokument určený pouze k marketingovým a propagačním účelům. Vzhledem k faktu, že společnost Penny Market s.r.o. pravidelně provádí kontrolu na přítomnost reziduí používaných chemických látek při pěstování ovoce a zeleniny, sledová občanské sdružení Zdravá potravina, z.s. tyto produkty jako nezávadné.

Světoví architekti a urbanisté představí v metropoli své vize

Na konferenci reSITE se každoročně setkávají odborníci z celého světa, aby diskutovali o zvyšování kvality života ve městech. Letošní konference se koná od 18. do 19. června a ponese se v duchu „sdíleného města“. Proč je akce důležitá pro Prahu, vysvětluje Adam Svejda z Institutu plánování a rozvoje Prahy (IPR).



Adam Svejda ARCHIV AŠ

Jakou přednášku byste určitě doporučili?

Určitě si nenechám ujít přednášku bývalého starosty Reykjavíku Jóna Gnarra. Je to bývalý herec a komik, který se k řízení města dostal tak trochu náhodou v dosti turbu-

lentním období ekonomické krize. Nejenže se této role zhostil velice dobře, ale ukázal, jak důležité je komunikovat a spolupracovat s občany. Inspirativní bude určitě i přednáška Jamese Cornera, který projektoval High Line Park v New Yorku, a v neposlední řadě „naší“ Pavly Melkové z IPR o tvorbě veřejných prostranství v Praze.

Proč IPR konferenci podporuje?

Jedná se o největší akci svého druhu ve střední Evropě a i my jsme zvyklí přemýšlet o městě a světě kolem nás ve velkém měřítku. Myslíme si,

že je nutné otevírat celospolečenskou debatu o tvorbě a směřování města a zároveň zajistit hlubší spolupráci mezi městem, odborníky a občany. reSITE vnímáme jako unikátní platformu, která nám v tomto úsilí pomáhá.

Čím může reSITE Prahu inspirovat?

Každý rok na konferenci přijdějí světové špičky z oboru architektury, urbanismu a městského plánování a řeší akutní problémy naší doby. Jedná se o témata, kterými se Praha musí zabývat také – jak překonávat bariéry mezi veřejnou a soukromou sférou, jak

vytvářet kvalitní veřejná prostranství nebo jak zapojovat občany do plánování.

Už se nápady z konference nějak projeví?

Letošní konference se z velké části zabývá technologickými inovacemi, které napomáhají lepší správě města. V IPR Praha je toto velké téma, jsme jednou z nejotevřenějších institucí a v minulosti jsme získali již několik ocenění za zpřístupňování dat veřejnosti. Dokonce jsme přešli kompletně do režimu open data a umožňujeme všem zájemcům stahovat naše geografické informace o Praze. **ROBERT OPPELT**

Historická jízda. Na pouť a audienci

Na dvě zajímavé historické jízdy se mohou těšit milovníci starých vlaků. V sobotu v rámci akce Audience u císaře Karla I. v Brandýse nad Labem vyjede vlak z Prahy Braníka tažený parní lokomotivou Šlechtična z roku 1948. V soupravě budou zařazeny historické vozy zvané Rybáky s dřevěnými lavicemi.

Na zámku v Brandýse se uskuteční svátek historických

uniform, automobilů, kočárů a koní, den jako stvořený pro milovníky tradic monarchie a romantiky starých časů. Součástí programu bude také střetnutí historických vojsk v zámecké zahradě.

V neděli opět z Braníka vypraví ČD historický vlak na vyhlášenou Řípskou pouť. Po cestě bude možné vystoupit v Roztokách nad Vltavou nebo Nelahozevsi. **MET**



ODMĚNA ZA FOTO 300 korun

V Praze točí Lída Baarová

V těchto dnech lze potkat na ulicích Prahy skupinky lidí v historických kostýmech. Jedná se o natáčení nového českého filmu o herečce Lidě Baarové. Režisérem filmu podle scénáře Ivana Hubače je Filip Renč. Hlavní ženskou roli ztvárňuje slovenská herečka Tatiana Pauhofová, v roli Adolfa Hitlera se představí Pavel Kříž. **ROMAN KUBARIČ**

Zprávy krátce

Praha 12 zrušila zákaz hazardu

Konec zákazu hazardu odsouhlasila v pondělí rada Prahy 12, když navrhla sedm nových míst pro herny. Podle starostky Daniely Rázkové (Změna pro Prahu 12) většina těchto heren už funguje a zákaz hazardu nedodržují. Rada navíc rozhodla proti dřívější vůli zastupitelstva, což může být nezákonné.

Radnici šestky vadí změny

Praha 6 žádá po magistrátu změny v MHD po prodloužení metra. Vadí jí častější přestupy, vyhrazený pruh pro autobusy na Evropské a parkovací místa zabraná mimopražskými řidiči jezdoucími k metru. **ČTK**

INZERCE

Jak se vyrábí kosmetika?
Přijďte na Dny otevřených dveří!

RYOR

KDY: pátek 24. dubna 2015 od 10:00 – 18:00
sobota 25. dubna 2015 od 10:00 – 14:00

KDE: areál firmy RYOR, Karlovarská 207, Kyšice u Unhoště
www.ryor.cz

18. MEZINÁRODNÍ VELETRH PRO GASTRONOMII

Gastro-VÍNO & Delikatesy



STŘEDA
Den moravských vín



ČTVRTEK
Den vín a delikates z Maďarska



PÁTEK
Den vín a delikates z Itálie

22. 4. – 24. 4. 2015

Výstaviště Praha Holešovice – Česká republika
Denně pro odborníky 11 – 14, pro veřejnost 14 – 20



I TY POTŘEBUJEŠ RELAXOVAT
Kouzelná tantra masáž
Energetická masáž

Dopolední
sleva 500 Kč
tento týden



Kouzelné masáže, pronájem
romantické privátní vířivky
v Praze u metra Palmovka



Telefon: +420 608 000 500
E-mail: masaz@mmsu.cz



DVĚ VSTUPENKY ZA CENU JEDNÉ

Každý, kdo se na veletrhu Víno & Delikatesy 2015 prokáže tímto kuponem, dostane při koupi jedné vstupenky druhou v hodnotě 400,- Kč zdarma.

Chobotnice prohrála, porota ji měla vyloučit

O vítězi soutěže na Národní knihovnu na Letné se rozhodlo po osmi letech.

Návrh Jana Kaplického na novou Národní knihovnu vyhrát neměl. „Vítězný návrh měl být vyloučen již v prvním kole,“ uvedla při odůvodnění rozsudku soudkyně Lucie Laura Penn.

Obvodní soud pro Prahu 1 uložil Národní knihovně, že má zaplatit architektonickému studiu HŠH architekti zhruba 2,9 milionu korun za umístění v soutěži na nový objekt knihovny. Studio, jež se umístilo na třetím místě, v žalobě tvrdilo, že návrh Kaplického zvítězil v rozporu se zadanými podmínkami a že porota nezhodnotila soutěž spravedlivě. Podle soudu měla být chobotnice ze soutěže vyloučena.

„Celá věc ve mně po osmi letech od vyhlášení výsledků soutěže budí dojem úporného snažení ze strany Národní knihovny o protahování řízení do té míry, kdy osoby odpovědné za manipulaci s podmínkami soutěže budou kryty nějakými promlčecími lhůtami,“ vysvětlil pro web Metro.cz Tomáš Hradečný, jednatel společnosti HŠH architekti. „Mám tím na mysli tehdejšího ředitele Národní knihovny, ale i subjekty, které najímám jako expertní poradce pro veřejné zakázky a také je podle toho honoroval. Domnívám se, že obnovení trestního řízení, které policie svého času odložila, by bylo namístě,“ dodal Hradečný. Stu-



Jan Kaplický v roce 2008, kdy představil svůj blob

dio podalo žalobu už na podzim roku 2007. Předtím se architekti několikrát obrátili na Úřad pro ochranu hospodářské soutěže, který opakovaně uvedl, že nemůže soutěž posuzovat, protože nebyla vypsaná podle zákona o zadávání veřejných zakázek. Architekti poukazovali třeba na to, že jedna z podmínek určených před prvním kolem soutěže ukládala umístit Národní konzervační fond nad zem, což Kaplický se svou takzvanou chobotnicí nesplnil.

Soudkyně architektonické

mu studiu přiznala zatím nepravomocně 1,6 milionu korun, což je doplatek odměny za druhé místo, která byla příslibena za umístění v soutěži. Studio HŠH skončilo na třetím místě, pokud by ale byl Kaplického návrh ze soutěže vyloučen, tak by studio skončilo na druhém místě, u něhož byla vyšší finanční odměna. „Zadavatel způsobil škodu žalobci, protože mu ušel zisk, který je rozdílem mezi druhou a třetí cenou,“ podotkla Penn. Zbytek částky, kterou by měla Národní

knihovna zaplatit, tvoří úroky z prodlení a zaplacení nákladů soudního řízení.

K celé kauze se zatím nechce příliš vyjadřovat Národní knihovna. V knihovně nechtějí ani spekulovat o tom, jestli doplatí peníze i dalším oceněným, nebo jestli budou muset dědici Future Systems Jana Kaplického vrátit peníze, které získali za první místo v soutěži. „Počkáme na písemné vyhotovení rozsudku a samozřejmě zvážíme i možné odvolání,“ uvedla Irena Maňáková, ředitelka odboru komunikace Národní knihovny. **ROBERT OPPELT**

Jak to vidím já

Kaplického pomníček

Nemám rád, když jsem za pamětníka. Ale s Kaplického novou Národní knihovnou si tak připadám. Před osmi lety jsem se mačkal v chodbě Klementina a čekal na výsledek soutěže. Kolegyně Magdalena tehdy vítěze uhadla a já ji za to obdivoval. Už tehdy správně usoudila, že komise bude nakloněna Janu Kaplickému a že mu budou chtít architekti postavit pomníček. Jen teď nevím, uhadla tehdy opravdu vítěze, nebo ne?



ROBERT OPPELT
redaktor
deníku Metro

INZERCE

NEJLEVNEJSI-TAXI .CZ
226 000 226
APLIKACE - RYCHLÁ OBJEDNÁVKA TAXI
ANDROID IPHONE ON-LINE WEB
NEJLEVNEJSITAXIPRAHA.CZ

Nefér soutěž?

Rozhodnutí soudu posunulo návrh studia HŠH architekti (viz foto) na druhé místo.

- V soutěži vypsané Národní knihovnou v květnu 2006 se sešlo 355 návrhů, do druhého kola jich postoupilo osm.
- Výsledky byly vyhlášeny v březnu 2007, první až páté místo získalo odměnu od 160 tisíc po 30 tisíc liber.
- Rozhodovala sedmičlenná porota v čele s Evou Jiřičnou, bývalou partnerkou architekta Jana Kaplického.
- Jedním z požadavků zadavatele bylo, že knihovní fond nesmí být umístěn pod zemí (s tím však Kaplického chobotnice počítala) ani v nejvyšších patrech knihovny.
- Porota to však zdůvodnila tím, že prvořadé kritérium



pro výběr byla kvalita celkového designu a také Kaplického „podzemní“ řešení by chránilo knihy lépe, než zadavatel původně předpokládal. Ten sám později od této podmínky ustoupil.

- Průběh soutěže napadla Česká komora architektů, podle které Kaplického návrh prokazatelně porušil podmínky soutěže. Mezinárodní unie architektů ale rozhodnutí poroty v červnu 2007 potvrdila.

INZERCE

NOVĚ
OTEVŘENO



AUTOCENTRUM Dojáček

Autorizovaný prodej a servis vozů DACIA

• široká nabídka vozů • nejlepší ceny • kvalitní servis

CENOVÝ BONUS pro nové zákazníky



3 ROKY
ZÁRUKA
Dacia

DACIA
GROUPE RENAULT

f /dacia.cze www.dacia.cz

Nabídka je pouze informativní a není závaznou nabídkou k uzavření kupní smlouvy. Záruka 3 roky nebo do 100 000 km (platí ta z podmínek, která nastane dřív). Dacia Duster: spotřeba 4,5–11,8 (l/100 km), emise CO₂ 123–185 (g/km). Uvedené spotřeby paliva a emise CO₂ jsou změřeny metodikou stanovenou dle platných právních předpisů vyžadovaných pro homologaci vozidla. Vyobrazení vozu je pouze ilustrativní.

AUTOCENTRUM DOJÁČEK, PŘÍPOTOČNÍ 10a, PRAHA 10 - VRŠOVICE, TEL.: +420 267 216 501, www.dacia.dojacek.cz

Zprávy krátce

Klonkánkům
hrozí exekuce

Fond ohrožených dětí, který provozuje zařízení pro děti v tísni, dluží státu na pojištění 22 milionů. Za to mu teď hrozí exekuce.

Rath chce 100 tisíc

Zvláště včera začalo soudní jednání v případě exhejtmána Středočeského kraje Davida Ratha, který je obžalován z ko-

rupce. Rath hned na jeho počátku obvinil předsedu senátu Roberta Pačovského, že pochybil. Žádá po něm odškodné sto tisíc.

Proberou i ropu

Dopravní spojení a německá minimální mzda, která vadí českým dopravcům – to jsou věci, jež chce premiér Sobotka začátkem května probrat s kancléřkou Angelou Merkelovou. Řešit se budou i problémy s ropou patřící Česku. **ČTK**

S cholesterolem zatočí injekce

Šance pro lidi s geneticky zvýšeným cholesterolem: injekční pero.

Mýty, nebo pravdy?

Mezi lidmi koluje názor, že na snížení cholesterolu je dobré malé množství vína.

- „Malé množství alkoholu, včetně destilátů, opravdu neškodí. Třeba sklenička denně, ale pacientům to neradím,“ říká Richard Česka. „Když doporučíme jeden drink, pacient si dá dva tři. Když nedoporučíme žádný, dá si třeba ten jeden,“ doplňuje Lukáš Zlatohlávek.



Cítát

Léčba cholesterolu je celoživotní!

RICHARD ČESKA
ŠÉF CENTRA PREVENT. KARDIOLOGIE

dobře, už v roce 2016 bychom je mohli předepisovat pacientům s největším problémy,“ říká Lukáš Zlatohlávek, vedoucí týmu, který studie prováděl.



IVETA BENÁKOVÁ
iveta.benakova@metro.cz

v mladém věku na infarkt, začínáme testovat děti od tří let,“ shrnuje Richard Česka, vedoucí Centra preventivní kardiologie VFN.

Nejnovější klinické studie testovaly injekční pero, které by pacienti použili jednou za 14 dní místo každodenní konzumace léků. „Testy dopadly výborně. Pokud vše půjde

Vysoký cholesterol je časté téma. Lidé, kteří si jej přivodili nezdravým životním stylem, jeho výši můžou ovlivnit dietou či pohybem.

Někteří mají vysoký cholesterol způsobený genetickou vadou, což se nazývá familiární hypercholesterolemie. Tělo jej u těchto lidí produkuje v takovém objemu, že s tím nelze nic udělat, jen ho korigovat léky. Nebezpečná je tato nemoc v tom, že o ní nemusíte vědět. Cholesterol se ukládá do cév, jež se tím stávají neprůchodné, a pacient může dostat infarkt i ve třiceti. „Pokud někdo spadá do rizikové skupiny, tedy rodiče či příbuzní tento problém mají či zemřeli

Peroutka. Žaloba kvůli výročkám Zemana, vnučka chce omluvu

Dohady kolem článků významného českého novináře Ferdinanda Peroutky pokračují. Jeho vnučka podala na stát žalobu, protože prezident Miloš Zeman prý uvádí nepravdivé informace. Ovčáček reagoval: V případě pu-

jde fakticky o „soud nad českými dějinami, nad obdobím druhé republiky a počátku protektorátu“. Zeman nedávno řekl, že Peroutka před nástupem nacismu v článku Hitler je gentleman oslavoval diktátora. Hradu se inkrimi-

novaný článek nedaří už několik týdnů najít. Prezidentův mluvčí Ovčáček pokračuje ve zveřejňování článků Peroutky, které podle něho dokazují publicistovo selhání. Historici je ale považují za výtřžené z kontextu. **MAP**



Mladí zahradníci slaví

Studenti Zahradnické fakulty Mendelovy univerzity od pátku představí své květinové umění v brněnské Galerii Vaňkovka. Akce se koná ke 30. výročí vzniku samostatné fakulty. Zahradnická fakulta se také připojí k Víkendovi otevřených zahrad, který 13. a 14. června proběhne po celém Česku. V Praze můžete navštívit botanickou zahradu pod Pražským hradem, u zámku v Troji nebo zámeček zahradnictví Ctěnice. **MAFRA**

INZERCE

Smart televizory GoGENs Bobem a Bobkem hrají na vítězství

Užijte si fantastické hokejové zážitky s novou chytrou televizí GoGEN. U vybraných modelů vám kromě nepřeberného množství funkcí přidáme navíc zdarma 2 měsíce plnohodnotného přístupu do videotéky VOYO.



Televize GoGEN řady 248 s moderním štíhlým rámečkem v chromovaném provedení nabízí FULL HD rozlišení se zobrazovací frekvencí 400 Hz CMP. Televizor je vybaven řadou prémiových aplikací, jako VOYO, YouTube, Facebook, Twitter, iVysílání s přístupem do archivu České televize a otevřeným internetovým prohlížečem. Díky aplikaci Smart Center můžete televizor ovládat místo ovladače prostřednictvím svého tabletu, mobilu nebo hlasem.

e-shop: www.DATART.cz

Infolinka: **810 328 278** (810 DATART)

„Tohle je novodobé otroctví“

Australský premiér vyzývá Evropu k přísnější azylové politice.

O víkendu zahynulo ve Středozemním moři až 900 emigrantů plujících na rybářském člunu z Libye do Itálie. Přežily necelé tři desítky lidí, mezi nimi také kapitán lodi a jeden člen posádky. Italská policie je zadržela a obvinila z napomáhání nelegální imigraci. Organizátory nelegálních převozů migrantů označil italský premiér Renzi za bezohledné lidi obchodující s lidskými životy a jejich počínání přirovnal k obchodování

s otroky. U řeckého ostrova Rhodos v pondělí došlo k nehodě, kterou nepřežili tři lidé. Řecká policie včera zadržela dva údajné pašeráky.

Podle australského premiéra Tonyho Abbotta však musí Evropa především zpřísnit svoji azylovou politiku, jinak dalším neštěstím ve Středozemí nezabrání.

Abbottova vláda posílá lodě zpět na místa, odkud vypluly. Všem běžencům, kteří se do Austrálie dostali na lodích, navíc znemožňuje se v zemi natrvalo usadit. Zadržuje je v táborech na ostrově Nauru nebo v Papui-Nové Guineji. Mohou se pak buď vrátit do vlasti, žít trvale v uprchlickém táboře, nebo se usídlit v Kambodži.



Tato žena v pondělí přežila. Tisíce dalších nikoliv. AP

Kritizují Austrálii

Australskou přísnou azylovou politikou kritizují ochránci lidských práv.

- Podle nich Austrálie jen přесouvá svou zodpovědnost na jiné.
- Austrálii odsoudila také OSN, protože prý neplní Ženevskou konvenci o ochraně obětí války.

Přívalem migrantů, kterému čelí jižní Evropa, se bude zítra zabývat mimořádný summit EU. Brusel uvažuje o tom, že posílí kontrolní a záchranné operace vyloučeno není ani potápění prázdných lodí převaděčů. **NEK a ČTK**

Zprávy krátce

Při představení kritizoval Orbána

O pozdvižení se v neděli večer postaral v maďarském Národním divadle herec vídeňského Burgtheateru Martin Reinke. Na závěr představení dramatu Antona Pavloviče Čechova Racek přednesl kritiku vlády premiéra Viktora Orbána. Reinke vystupoval v roli lékaře Jevgenije Dorna a ve svém prohlášení uvedl, že je znepokojen, jak se Maďarsko pod Orbánovým vedením čím dál více vzdaluje Evropě a duchu demokracie.

Fernándezová unikla obvinění

Argentinská prezidentka Cristina Fernándezová byla definitivně zbavena obvinění v případě přes 20 let starého bombového útoku na židovské centrum v Buenos Aires. Rozhodl o tom prokurátor, který se neodvolal k soudu vyšší instance. Obvinění vůči prezidentce před svou záhadnou smrtí vznesl prokurátor Alberto Nisman. Podle něj se Fernándezová snažila krýt pachatele teroristického útoku na židovské centrum z roku 1994 ve snaze zlepšit vztahy s Íránem. **ČTK**

Mursí. Dostal 20 let vězení



Muhammad Mursí AP

Bývalého egyptského prezidenta Muhammada Mursího poslal soud v Káhiře na dva deset let do vězení za podněcování k násilí při protivládních protestech v prosinci 2012. Hrozil mu přitom až trest smrti. Proti rozsudku se lze odvolat. **ČTK**



Podnikatelé míří na Kubu

Newyorský guvernér Andrew Cuomo (viz foto) jako první šéf exekutivy některého z amerických států navštívil v pondělí Kubu, kam s ním přijeli zástupci řady podniků. Americké firmy podle něho hledají příležitost, jak podnikat na komunistickém ostrově. V tom jim dosud brání americké embargo, které by rád zrušil prezident Obama. Cuomo si na Kubě vyzkoušel i chevrolet z roku 1956. **AP**

INZERCE



Online přihláška

211

ZDRAVOTNÍ POJIŠTOVNA
MINISTERSTVA VNITRA ČR

Snadný způsob registrace k ZP MV ČR

Proč se přihlásit k největší zaměstnanecké pojišťovně v ČR?

Nabízíme spolehlivou pojistku pro vaše zdraví. Spolupracujeme s více než 25 000 lékaři a zdravotnickými zařízeními po celé ČR. Jsme otevření pro všechny, kdo stojí zejména o kvalitní zdravotní pojištění. Hradíme i tu nejmodernější a nejdražší zdravotní péči. Nabízíme spoustu zajímavých a výhodných bonusů pro celou vaši rodinu.

Přihlásit se můžete snadno a rychle na www.211.cz.

ZDRAVOTNÍ POJIŠTOVNA
MINISTERSTVA VNITRA ČR **211**

www.zpmvcr.cz

ADVERTORIAL

PARTA SYMPATICKÝCH DŮCHODCŮ OPĚT V AKCI!

Catharina Ingelman-Sundbergová



PŮJČITI STŘÍBRO, LOUPITI ZLATO

328 Kč

Energická důchodkyně Märtha, známá už z knihy *Brambory na vloupačku*, je s přáteli v Las Vegas. S kolečkovými křesly a falešnými zuby vyloupí casino, aby v pravém duchu Robina Hooda obstarali peníze pro chudé. Po loupeži se Liga

důchodců, již je v patách policie, vrací do Švédska, ale zabýdlí se rovnou vedle nebezpečného motorkářského gangu. Märtha se ale nenechá jen tak zastrašit a klidně jeho členy pozve na oplatky a moruškový likér, zatímco v duchu piluje strategii pro nadcházející lup. Možná by se jim motorkáři pro jejich nové zločiny mohli hodit? Ale co když naopak důchodce hodlají napálit...



Kino. Češi chodí na Rychle a zběsile



Rychle a zběsile CINEMART

Americký akční snímek *Rychle a zběsile 7* se už potřetí umístil v čele žebříčku nejnavštěvovanějších filmů českých kin. O víkendu ho zhlédlo dalších 26 804 diváků, celkem jich má na kontě více než 237 tisíc a tržby 33 milionů korun. Podle informací Unie filmových distributorů patří druhé místo jako před týdnem britské animované komedii *Ovečka Shaun*. Tu zhlédlo 13 499 lidí. Třetí příčku obsadil americký animovaný příběh nazvaný *Konečně doma*. Vypráví o mimozemských vetřelcích, kteří hledají novou planetu, kde by mohli v klidu a míru žít. **čTK**



Nový druh stand-up show. Tahle je cestovatelská

Dvaadvacetiletý poutník Ladislav Zibura pěšky ušel 1400 kilometrů napříč rozpáleným Tureckem a Izraelem na cestě do Jeruzaléma. Když chtěl v Brně promítat fotografie pro své přátele v kavárně, přihlásilo se mu přes dva tisíce lidí. Potom, co třikrát vyprodal kino pro 500 diváků, rozhodl se vypravit na turné po republice. Publikum baví svým kousavým humorem a podařilo se mu vytvořit zcela nový žánr – cestovatelskou stand-up show. Jak taková show vypadá, mají možnost pražští diváci vidět příští pondělí v Kině Aero.

IVO DVOŘÁK a LADISLAV ZIBURA



Kate Winslet: Příprava na roli zahradnice? Strčit ruce do hlíny

Britská herečka Kate Winslet si zahrála zahradnici francouzského krále Ludvíka XIV. ve filmu *Králova zahradnice*, který natočil Alan Rickman, známý především jako herec ze snímku *Láska nebeská* či filmů o Harrym Potterovi. Historické melodrama dorazilo před týdnem do tuzemských kin.

Jak jste se k roli zahradnice dostala?

Poprve jsem Alana potkala v devatenácti ve filmu *Rozum a cit*, pak jsme zůstali v kontaktu. No a když mi poslali scénář, jehož prostota mne oslovila, už jsem věděla, že to bude režirovat. A bylo to.

Jak jste se na roli připravovala?

Zahrady a zahradničení vůbec mám moc ráda. Objela jsem před natáčením spoustu dobových zahrad na zámcích, ale pak jsem zjistila, že nejlepší přípravou pro mě bude strčit ruce do hlíny, ušpinit se.

Jaký je Alan jako režisér?

Chce, aby byl každý v pohodě, aby na place nepanoval stres, což se mu také povedlo. A je to výborný organizátor. Což je dobré u každého filmu, ale v tomto konkrétním případě to moc pomohlo, na natáčení jsme totiž měli jen osm týdnů. Navíc v případě historické

Kate Winslet ve filmu *Králova zahradnice*

FOCUS WORLD

ho filmu je to ještě složitější kvůli rekvizitám a kostýmům. Alan měl jasnou představu, jak by každá scéna měla vypadat, a tak jsme si velmi užívali svobodu ve spontánních okamžicích. Ale zase bez jasné koncepce by se to mohlo lehce rozpadnout.

Jak byste představila svou postavu Sabine de Barrau?

Je to vlastně jediná vymyšlená postava v celém filmu, ostatní mají své historické předobrazy. Sabine je třicátnice, která žije sama v Paříži, pracuje jako zahradnice a v životě to nemá moc lehké. Pak ji architekt krále Ludvíka XIV. pozve ke dvoru a nabídne jí práci. No a pak se s Andréem Le Notrem, protože spolu intenzivně pracují, velmi sblíží a zamilují se do sebe.

Jaké to bylo si opět zahrát v britském filmu?

V Británii jsem naposledy pracovala v roce 2002, *Králova zahradnice* se natáčela v roce 2013, takže jsem z toho měla radost. A navíc jsem si po velmi dlouhé době opět zahrála v historickém filmu. **METRO**

INZERCE

ROYAL
PROSTĚJOV

**NA
VŠE -50%**

OBLEKY, KABÁTY, KOŠILE, SAKA
23. AŽ 24.4.2015

**PRAHA,
HANUSOVA 1,
TEL.: 730 820 190**

**(BUDĚJOVICKÁ - PANKRÁČ)
EMAIL: PRAHA126@PROSTEJOVCZ.CZ
WWW.ROYALPROSTEJOVCZ.CZ**



metro rádce jak bydlet a spát zdravě

KOMERČNÍ PŘÍLOHA
DENÍKU METRO

Zdravý byt

Za to, zda se budete v bytě cítit dobře, nebo ne, může i mikroklima. To znamená prostředí a jeho vlhkost.

Záleží i na jídle

Zdravě žít neznamená jen zdravě bydlet, ale také dobře se stravovat. Vynechejte nezdravá jídla.

Víte, jak správně chladit a mrazit potraviny?

Každý ví, že sýry nebo salámy patří do lednice. Ale dává se tam i všechna zelenina a ovoce? A jaká teplota by vlastně v chladničce měla být?

Konzumovat jídla prošlá nebo viditelně zkažená je doslova hazardování se zdravím. Když v lednici narazíte na salám, který se lepí, nebo sýr s plísní, hned se jich zbavte. Plísně a toxické bakterie, které se v nich mohly začít množit, totiž mohou způsobit v těle doslova pohromu. I když je na potravině plíseň jen na malém kousku, celou ji vyhodte. Byť se zdá, že je pouze na povrchu, není tomu tak – plíseň je houba a její podhoubí je lidskému oku neviditelné, potravinou je však prorostlé. Také dodržujte datum minimální spotřeby. Jídlo může vypadat a vonět dobře i po této době, ale to neznamená, že je bezpečné. V jídle se totiž již mohly začít množit nežádoucí mikroorganismy.



RADY PRO SPRÁVNÉ SKLADOVÁNÍ POTRAVIN

- **Optimální teplota v lednici je 2 až 4 stupně, což vyhovuje mléčným i masným výrobkům, zelenině i dalším potravinám. V mrazáku by mělo být -18 až -24 stupňů.**
- **Při přípravě jídla suroviny z lednice vydávejte na co nejkratší dobu.**
- **Zbytky jídla zchladte tak rychle, jak je to možné (ideálně do 90 minut), uložte do lednice a snězte je do dvou dnů.**
- **Nedávejte do lednice teplé jídlo, může podporovat růst bakterií.**
- **Pravidelně lednici čistěte. Malé kousky jídla jsou nositelé největší kontaminace.**
- **Než maso uložíte do mrazáku, ujistěte se, že je řádně zabaleno, aby se nespálilo mrazem a nepoškodilo se.**
- **Maso vydrží v mrazáku bez závady 4 až 10 měsíců. Pečivo půl roku, zmrzlina, houby, ovoce a zelenina přibližně rok.**
- **Vše před vařením důkladně rozmrazte. Pokud nebudete ihned maso používat k přípravě jídla, dejte ho do uzavřené misky, ať rozmrzne v lednici. Pozor, rozmražená voda se nesmí dostat na jiné potraviny.**
- **Nikdy syrové maso znovu nezmrazujte.**

Zdroj: ve spolupráci s koučem zdravého životního stylu Martinem Škábou

Citrusy ani rajčata do lednice nepatří

Do lednice nepatří zdaleka vše, co si myslíme. Například citrusy a další tropické a subtropické ovoce, jako je ananas, banány, avokádo či mango. „Také rajčata by se zásadně do lednice dávat neměla, pokud nejsou zralá nebo přezralá. Ideální je nechat je v pokojové teplotě a ony ještě dozrají, maximálně se trošku svaští slupka, ale nebudou plesnivět. V lednici naopak ztratí chuť, nedozrají a snáze se zkaží,“ říká Veronika Mouchová ze společnosti Freshbednyňky. Záleží také na tom, jak si jídlo v chladničce uspořádáte. Například pro saláty je nevhodnější místo v chladných šuplících v dolní části. Nejdéle vydrží čerstvé v teplotě 1 až 3 stupně, jinak rychle vadnou. To platí i pro mrkev. „Naté svazkové zeleniny je lepší uříznout, protože bere kořenům vláhu a ty pak rychleji ztrácí pevnost a měknou,“ doporučuje Veronika Mouchová. Mimo lednici k sobě nepatří jablka a ostatní ovoce – jablka vylučují přírodní látku, která urychluje zrání, a tím pádem i kažení ostatních druhů ovoce a zeleniny. Opačným případem je, kdy potřebujete nechat rychleji dozrát banány nebo mango – v takové situaci je dobré je vložit s jablky do papírového sáčku a ony dozrají. 🍌



Vyprodejskladu.eu

OBJEDNÁVEJTE ZDARMA: 800 877 778

každý den 7-20 hod.



LOŽNÍ POVLEČENÍ ZE 100% BAVLNY

BALENÍ OBSAHUJE: 2 ks povlečení na přikrývky 140x200 cm, 2 ks povlečení na polštáře 70x90 cm

...také v prodloužené délce za 619 Kč!



30581
BOSTON
fialové

na 2 lůžka



30582
BOSTON
šedé



30571
ANGOLA

SLEVA
50%



30585
PRESTON
šedé



30586
PRESTON
tyrkysové



30568
FRESNO
šedé

599,-
Dříve 1 200 Kč



12563
CHECK
fialové



30566
FRESNO
hnědé



30565
FRESNO
modré



30569
FRESNO
tyrkysové

76662
SAIMA 2
oranžové

SLEVA
67%

399,-
Dříve 1 200 Kč

76660
SAIMA 2
fialová orchidej

CENOVÁ BOMBA



Kód kupónu:
MET12

Kód na dopravu ZDARMA při nákupu nad 1 000 Kč použijte při objednávce zboží v eshopu na www.vyprodejskladu.eu nebo jej nahláste operátorce při telefonické objednávce nebo zašlete poštou objednávací lístek z této inzerce. Kupón dopravy zdarma platí do 30. 04. 2015.

EMBA TRADE s. r. o., Dvorská 232, 503 11 Hradec Králové

Bezplatná linka: 800 877 778

Jméno, příjmení:

Ulice, číslo:

Město, PSČ:

Email, tel.:

Zboží zašleme na dobírku, zaplatíte až při převzetí. Zboží máte možnost do 14 dnů vrátit.

Kód zboží	Název zboží	Počet ks	Cena
	Poštovné (MET12 ZDARMA nad 1 000 Kč)	1	120,- Kč
CENA CELKEM:			

Akce: dMET220415

Tiskové chyby vyhrazeny. Platnost akce do 30. 4. 2015 nebo do vyprodání zásob.

Datum, podpis

Objednávejte telefonicky 800 877 778 denně od 7 do 20 hodin nebo poštou, e-mailem objednavky@embatrade.cz nebo na www.vyprodejskladu.eu. Podrobné informace o výrobku Vám zodpoví naše ochotné operátorky.

Ke zdravému způsobu života patří i zdravé jídlo

Zdravě žít neznámá jen zdravě bydlet, ale také se zdravě stravovat. I když budete žít v čistém prostředí, se samými nezdravými smaženými a tučnými jídly se zdravotním potížím nevyhnete.

Česká strava není úplně ideální – převládají v ní živočišné tuky, bílé pečivo, sladkosti, smetana, tučné sýry a uzeniny. Pak se není co divit, že dvě třetiny české populace nad 40 let trpí nadváhou. Přitom lehčí, nízkokalorické jídlo nemusí být bez chuti a těžce stravitelná jídla bez problémů nahradí. Zdravé stravování začíná u základního pravidla – jíst střídavě. To znamená nepřejídat se, respektive jíst častěji a menší dávky. Důležitá je i skladba, tedy správný poměr cukrů, tuků a bílkovin, ale i minerálů,



stopových prvků a vitaminů. „U dospělého člověka při sedavém způsobu života by celodenní dieta měla mít 1500 až 2000 kalorií s poměrem cukrů 55 až 60 procent, tuků 25 až 30 procent a bílkovin 15 až 30 procent,“ radí internista Ladislav Krajčí ze společnosti Synlab. U potravin, jež obsahují škrob, jako je rýže, je lepší sáhnout po celozrnné variantě. Brambory vařte raději ve slupce, zůstane v nich více vlákniny.

Vaření na páře i grilování

Důležitá je i forma přípravy jídla. Nejhorší je smažení na tuku, nejvhodnější pak vaření v páře, dušení nebo pečení bez použití tuku. Zdravé je i grilování, pokud se dělá správně. „Pokud jej budeme provádět správně, tak zažijeme i odpovídající gurmánský zážitek,“ říká internista Krajčí. Stačí ale nekvalitní dresink, marináda, maso, ryba, nepřiměřené množství alkoholu ke grilovanému pokrmu a přejedení se a zažívací potíže jsou na světě. 📌

JAK SESTAVIT JÍDELNÍČEK

- **Optimální denní jídelníček by měl začít snídaní obsahující převážně polysacharidy, ovoce nebo mléčné výrobky.**
- **Na oběd je ideální zeleninová polévka a hlavní jídlo sestávající z vařeného nebo grilovaného masa, drůbeže či ryby. Jako příloha zelenina, třeba salát, a příloha obsahující škrob nebo polysacharid.**
- **Na dopolední a odpolední svačinku pak stačí jogurt nebo ovoce.**
- **Večere může být podobná jako hlavní jídlo na oběd, vhodnou variantou je zeleninový salát.**





Široká nabídka:
2 velikosti
4 barvy
2 povrchové úpravy

jen 400 W

V novém designu

Teflon® Select

Teflon® Classic

... a s ještě vyšší kvalitou



Náklady na 10 min předehřátí el. trouby jsou jako 1 hodina používání Remosky.

Více na www.remoska.cz
Remoska® je jen jedna!

Neexistuje matrace vhodná pro všechny

Každý večer padáte unaveni do postele a těšíte se, jak si odpočínáte. Ale každou noc se opakuje to samé – pořád se budíte, nemůžete usnout a ráno jste tak rozlámaní, jako byste v noci nosili na zádech pytle s moukou? Jak to, že se nevyspíte?



Příčina může vést ve vícero věcech. Mezi nejčastější patří špatné klima v ložnici – příliš sucho a teplo, světlo z televize či počítače, chrápající partner, nevhodná matrace, špatný polštář a v neposlední řadě i psychické rozpoložení – starosti

JAK TOPIT V LOŽNICI

- **V místnosti, v níž spíte, před ulehnutím intenzivně vyvětrejte, a zajistíte tak nižší teplotu než v běžné obytné místnosti.**
- **Doporučovaná teplota pro spaní je kolem 18 stupňů.**
- **S kvalitními pokrývkami by nikomu neměla vadit ani teplota pohybující se kolem šestnácti stupňů. Prospěje to vašemu spánku i celkovému zdraví.**

ze dne se v noci naakumulují a brání vám si od nich odpočinout. Pokud se tedy i vy po dlouhém spánku probudíte unavení a rozlámaní, zamyslete se nad tím, kde vězí příčina u vás a zkuste ji napravit. Velmi častým „zlodějem“ spánku“ je špatná matrace. „Kvalitní matrace se perfektně přizpůsobí tělu, dokonale rozloží jeho hmotnost, čímž zajistí anatomicky ideální polohu páteře pro uvolnění svalů, šlach i kloubů. Člověka přirozeně uvolní a usnadní přechod do hlubokého spánku, který má zásadní význam pro relaxaci těla a duševní odpočinek,“ říká Jakub Šoufek ze společnosti Přírodní-matrace.cz. Důležitý je také výběr polštáře. „Ten slouží jako opora krční páteře, zabraňuje jejímu neúměrnému prohnutí a fixuje ji co nejvíce do roviny. Pokud spíte rádi na břiše, vyberte si měkčí a nižší polštář, aby se vaše páteř příliš nenamáhala,“ radí Michaela Tomanová, primářka Rehabilitačního ústavu Brandýs nad Orlicí. Jestli preferujete spánek spíše na boku či na zádech, je dobré si pořídit vyšší, středně měkký nebo tvrdší polštář. Patříte-li k lidem, kteří během spánku často střídají polohy, zvolte přizpůsobivý polštář s pružnou náplní.



Postele • Rošty • Matrace

... přímo od výrobce



Postel z masivu MODENA
Dub šíře 8x12 cm, 26.490,-

PRAHA 5
Radlická 106

TÁBOR
Soběslavská 638

PLZEŇ
Radčická 2

BRNO
Křížkovského 51



www.spíme.cz



Zdraví škodí velká vlhkost i přílišné sucho



Kam se podíváte, všude samá květina. V rohu stojí sušák na prádlo plný mokrých oděvů a z plotny se valí oblaka páry z hrnce s polévkou. Není se co divit, že v takovém bytě je vlhkost daleko vyšší, než by měla být.

To, zda se budete v bytě cítit dobře nebo ne, ovlivňuje i mikroklima. To znamená prostředí a jeho vlhkost. Ideální je maximálně do 60 procent. Pokud je vyšší, není to pro zdraví vůbec nic dobrého. „Vysoká vlhkost v bytech je velmi vážná věc a může doslova znamenat ohrožení lidského zdraví. Ve vlhkosti se daří i mikrobům, houbám, plísním, roztočům... Každé kýchnutí se pomyslně



REVITALIZACE BUDOV NA KLÍČ



- zateplení střech a fasád na klíč
- okna a dveře plastová, hliníková, dřevěná, historická
- projekty a energetické studie
- dotační programy
- zajištění financování

Nyní mimořádně výhodné SLEVY!

+ zaměření ZDARMA!

RYCHLE - KVALITNĚ - SPOLEHLIVĚ

VOLEJTE **602 361 648**

www.alfaconstruct.cz

TY JO, JÁ JSEM VEVNITŘ! TO JE FAKT BOŽÍ!?



ČTĚTE METROLEKTRONICKY!

Jak poznáte metroelektronické čtení? Cestou do práce si pohodlně načtete METRO do svého tabletu nebo telefonu. A dál už jen listujete offline. Prostě kliknete na METRO.cz a je to.



O PLÍSNÍCH

- Při vysoké vlhkosti se daří plísním. Často je najdeme pod koberci, ve starých textilích, čalouněních a spížirách. Lze je poznat i podle charakteristického zápachu.
- Nejsou nebezpečné jen samotné plísně, ale i jejich zárodky, tedy spory.
- Ideální podmínky pro množení plísní v bytě nastávají v době, kdy se snižují venkovní teploty, v bytech se začíná topit a méně se větrá.
- Vdechování spor plísní může způsobit i u nealergického jedince trvalý dráždivý kašel a rýmu, u alergika závažnější projevy průduškového astmatu a alergické rýmy s celoročním průběhem.

obalí a drží ve vzduchu po dlouhý čas," říká Michal Balík, expert na odvlhčování staveb.

Je nutné najít zdroj

Jak se vlhkost do bytu či domu dostane? Jak jsme již zmínili v úvodu, je to možné i z přemíry květin, sušení prádla v bytě, žehlení nebo z vaření bez dostatečného odvětrání páry či obecně bez správného větrání. To jsou ale příčiny, které se dají poměrně snadno odstranit. Mnohem horší a také bohužel častější jsou stavební důvody, jako je vzlinání vlhkosti ze spodních pater domů – ze sklepů nebo suterénu. „Základním důvodem je dožití izolací. Staré domy nějaké izolace ve spodních částech měly, ale ty už dávno nefungují. Pak se vlhkost dostává do objektu a zdmi vzliná nahoru," vysvětluje Balík. Taková příčina vlhkosti se odstraňuje nejhůře. A je bohužel nejčastější. Poměrně častý je také problém, kdy vlhko proniká do bytů přes nezateplené zdivo. I tady je řešení poměrně náročné a drahé – nezbyvá než dům zateplit. Vlhko v bytě ale může být zaviněno i zatékáním – může téci okap nebo zatékat voda oknem, ale existují i případy, kdy se voda dostala do bytu po kabelu od televizní antény.

Větrat ano, ale jak?

Mezi lidmi panují dva mýty, co se týče větrání. Oba jsou extrémní. Jeden říká, že by se v zimě nemělo větrat vůbec, podle druhého by se mělo větrat vždy a co nejvíce za každého počasí. Jak to tedy je? Větrat se může přes léto neomezeně. Přes zimu, pokud jsou teploty kolem 0 °C, krátce a intenzivně. A co na jaře a na podzim? „Pokud je venku sice teplý vzduch, ale nasycený vodou, protože často prší, a vy ho pustíte do studené chodby, okamžitě zvlhnou všechny stěny," říká odborník Balík. Takže pozor – pokud venku prší nebo je vysoká vlhkost, okna raději neotvírejte.


Při suchu se špatně dýchá

Druhým extrémem mikroklimatu je sucho. Není tak problematické jako vlhko, ale také umí potrápít.

Jakmile spadne vlhkost pod 30 procent, začnou se objevovat zdravotní potíže, jako je nespavost, pálení v krku, pálení obličejů... „Suché prostředí se dá řešit daleko jednodušeji. Prostě vlhkost přidat – naše maminka dávala mokré tepláky na radiátory. Nebo přidat květiny. Důležité je zvednout vlhkost aspoň na těch 40 procent," doporučuje Balík.

Zbavte se prachu

V každém bytě se drží prach. Někde více, jinde méně, ale je všude. Nijak nesouvisí s vlhkem či suchem v bytě. Ale pokud je

v bytě vlhko, prach, který usedá na předmět, se lepí. Tak poznáte i vlhké zdi. Prach se na ně nalepí a zašpiní je. Prach není pro lidské zdraví vůbec nic dobrého. Spolu s roztoci, pyly či peřím patří mezi nejčastější alergeny. Proto byste se měli snažit, abyste ho měli v bytě co nejméně. Každopádně pro lepší čistotu vzduchu je užitečné pořídit si čističku vzduchu. A to i na venkově, kde už na mnohých místech dávno neplatí, že je tam vzduch čistší. Některé čističky jsou vybaveny i HEPA filtry, které dokážou odstranit ze vzduchu alergeny s účinností až téměř sto procent. 

DRIVE X

Nutritional Supplement for Men





MS TRADE s.r.o.
Zdravotnické prostředky

www.mstrade.eu

NOVINKA VE VAŠÍ LÉKÁRNĚ

100% přírodní báze
DOPLNĚK STRAVY
Sloužící k posílení
erekce u mužů
Určeno pro
jednorázové
použití

Erekce není bolestivá

Vyrobeno v Kanadě



Děláme radost maminkám a dětem!

SLEVA
200 Kč
NA VÁŠ NÁKUP

Naše nabídka vyladěná na jaro:

- největší výběr dětského oblečení a botiček
- odrážedla a tříkolky
- hračky na zahradu

Sleva platí při nákupu nad 1 000 Kč do 30. 4. 2015. **V košíku zadejte kód METRO200.**
Akce se nevztahuje na plenky, dětskou výživu a drogerii.

Sudoku

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

Počasí

DNES	ZÍTRA	PÁTEK	SOBOTA
Min. 14 Max. 18	Min. 14 Max. 18	Min. 15 Max. 19	Min. 18 Max. 22

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: 27,7 °C

Rok výskytu: 1800

Napište svou bublinu



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



Kvíz

- Pro formu vlády v rakouském císařství v letech 1851 až 1859 se vžil označení absolutismus:
 - Mozartův
 - Bachův
 - Beethovenův
- Píseň Crucify patří americké písničkářce Tori Amos, která se jako jedna z mála doprovází na:
 - housle
 - violu
 - piano
- Italské dvoustetisícové přístavní město na severu země, přímo na hranici se Slovinskem:
 - Terst
 - Pula
 - Split
- Prvním českým králem v letech 1085 až 1092 byl děda druhého krále Vladislava II., a to:
 - Vratislav II.
 - Spytihněv II.
 - Bořivoj II.
- Pravostranný přítok řeky Berounky s délkou 96,3 km, která se vlévá v Plzni, se jmenuje:
 - Úslava
 - Radbuza
 - Mže

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

ČT1

- 12:30 Sama doma
- 14:00 Doktorka Quiniová IV
- 14:45 Pevnosti
- 15:05 Kojak III
- 15:55 Tlustoch
- Krimiseriál (N, 2005-2012)
- 16:45 Cestománie
- 17:15 AZ-kvíz
- 17:40 Černé ovce
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 Míň je víc
- 18:55 Události za okamžik a počasí
- 19:00 Události
- 19:50 Branky, body, vteřiny



- 20:00 Kousek nebe (ČR, 2015). Emotivní chvíle, milá setkání a radost ze splnění tajného přání. Poznejte příběhy pohnutých osobů hrdinů všedního dne, kterým prostřednictvím jejich nejbližších splníme sen. Provází Pavel Kříž. Režie R. Petrenko

- 21:05 DoktorKA
- 21:59 Výsledky losování Šťastných 10
- 22:00 Místo činu - Schimanski
- 23:30 M15 X (5/6)
- 00:25 AZ-kvíz
- 00:55 Máte slovo s M. Jilkovou
- 01:55 Na stopě
- 02:20 Dobré ráno
- 04:55 Bydlení je hra
- 05:15 Designtrend
- 05:30 Události v regionech

ČT2

- 12:25 Ta naša kapela
- 12:55 Folklorika
- 13:20 Cesta ze dna (4/8)
- 14:10 Evropa dnes
- 14:35 Kanadská policejní škola (5/8)
- 15:30 Zničení říše Inků
- 16:25 Vinitorium Moravicum
- 16:50 Chcete je?
- 16:55 Televizní klub neslyšících
- 17:25 Velbloudí dostihy
- 18:15 Království dvojných
- 18:45 Večerníček
- 19:00 Nezrocená Amerika
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



- 20:00 Kamera na cestách: Argentina, podmanivé tango gaučů Dokument (Fr., 2009). Pouť za pravou tvář druhého největší země jihoamerického kontinentu

- 21:00 Na cestě po Panamě
- 21:30 Dobrodruh (8/12)
- 22:00 Kmeny: Tattoo
- 22:25 Starobylá tetování
- 23:55 Uvěznění (1/6)
- 00:45 Moje soukromá válka: Po nich potopa
- 01:15 Křesťanský magazín
- 01:40 Chcete mě?
- 02:10 Náš venkov: Farmáři z azylů
- 02:35 Krajiny světa - fotograf Ondřej Knoll
- 03:00 Mamča
- 03:25 Přezůvky s sebou

NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:30 Odložené případy (6)
- 13:25 Beze stopy III (10)
- 14:20 Mentalista III (9)
- 15:15 Ordinace v růžové zahradě 2 (259)
- 16:35 Dva a půl chlapa VIII (13)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 17:30 Kriminálka Miami X (6)
- 18:30 Ulice (2808)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



- 20:20 Výměna manželek (ČR, 2015). Jak se vyrovná přehnaně pořádkumilovná Žaneta s volnoomyšlenkářským životem v Řecku a svérázným manželem k tomu? Dokáže se naopak pohodová Ella vžít do nalinkovaného života se třemi dětmi na malém městě ve společnosti poněkud neprůbojného manžela?

- 21:30 Námořní vyšetřovací služba XI (7) Krimiseriál (USA, 2013)
- 22:35 Kravaty diamant Akční film (USA/N, 2006)
- 01:05 Kriminálka Miami X (6)
- 01:50 Novoshopping
- 02:20 Mentalista III (9)
- 03:35 Kolotoč

PRIMA

- 12:25 Wolffův revír III (9) Leštič klik. Krimiseriál (N, 1996)
- 13:30 Komisař Rex (7) Diagnóza vražda. Krimiseriál (N, 1993)
- 14:40 Rosamunde Pilcherová: Až na konec světa Romantický film (N, 2002)
- 16:45 Prima hodinka
- 18:00 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimi zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 VIP zprávy



- 20:15 Všechny moje lásky (15) Seriál (ČR, 2015). Marie s Janou vzpomínají na své úlety z mládí a vybaví si večírek, na který by obě chtěly raději zapomenout. Během debaty vyplave na povrch i to, že se Marie nechala fotit nahá. Po zjištění, že její akty jsou i po 40 letech veřejně přístupné, naplánuje s kamarádkami akci, jak je získat zpět a zlikvidovat. Hrají: V. Žilková, J. Šťastný, L. Švormová a další

- 21:35 Show Jana Krause
- 22:35 Telebazar
- 23:45 Hawaii 5-0 IV (9)
- 00:45 Myšlenky zločince VII (20)
- 01:40 Firma (4)

PRIMA COOL

- 12:45 Výjimeční (2)
- 13:45 Taková moderní rodinka III (17)
- Komed. seriál (USA, 2011-2012)
- 14:15 Simpsonovi IX (12)
- 14:45 Simpsonovi IX (13)
- 15:35 Simpsonovi IX (14)
- 15:45 Těžká dřina
- 16:15 Futurama V (13)
- 16:45 Boříci mýtů VII (30)
- 17:50 Hvězdná brána VI (6)
- 18:50 Simpsonovi IX (15)
- 19:20 Simpsonovi IX (16)
- 19:50 Simpsonovi IX (17)



- 20:15 Liga mistrů UEFA Přímý přenos odvetvy čtvrtfinále Ligy mistrů UEFA

- 23:05 Šest vražd stačí, maminko! Černá komedie (USA, 1994). Kathleen Turnerová je dokonalou hospodynkou, vzornou manželkou i chápavou matkou dvou dospívajících dětí. Nikdo však netuší, že si tajně zpeřuje život...
 - 01:05 Výjimeční (2) Sci-fi seriál (USA/Kan., 2011)
 - 01:45 Šest vražd stačí, maminko!
 - 03:15 Kdo přežije: Tocantins (2)
 - 04:00 Firma (19)

ÓČKO

- 06:00 Ranní fresh
- 07:00 TyTrubko
- 07:05 Ranní fresh
- 09:00 Millennium
- 10:00 Óčko hity
- 12:00 Óčko news
- 12:05 Óčko hity
- 13:30 TyTrubko
- 13:35 Óčko hity
- 14:00 Óčko news
- 14:05 Óčko hity
- 15:00 TyTrubko
- 15:05 Óčko hity
- 15:30 Óčko news
- 15:35 Mixxxer show



- 17:00 Óčko zábava Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neutěče

- 17:05 Mixxxer Klipy na SMS přání, pokes s hostem
- 18:00 Óčko hity Klipy nonstop
- 19:00 Óčko news Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neutěče
- 19:05 Moje desítka Top 10 klipů podle diváka Óčka
- 20:00 CZ & SK
- 21:00 Millennium
- 21:45 Bestie
- 22:00 Simply the best
- 23:00 Love zone
- 00:00 Óčko flirt
- 00:35 Volejte věstce
- 02:35 Óčko flirt

Sloupek

PAVEL MAURER

MILOVNÍK JÍDLA



„BBB“

Když jste v Paříži, musíte se alespoň jednou projít pod Eiffelovkou, ve Florencii je zase potřeba vidět okouzující sochu Davida od Michelangela Buonarrotiho. Já bych ještě doplnil, že z hlediska opravdového poznávání jiných kultur je nutné také něco ochutnat. Ve Francii kohoutka na víně, na Manhattanu typické židovské pastrami a ve Florencii neodolatelné dršťky neboli trippa alla fiorentina, které nabízejí pouliční stánky. Když turisté plánují cestu do Prahy, mezi západní mládeží se dlouhodobě ujala zkratka, že se jezdí na 3B. Každé písmeno B znamená jednu významnou atrakci z našeho hlavního města. Buildings & Beer & Boobs. Hned to přeložím. Buildings znamená budovy a je tím myšleno, že v Praze uvidí turista spoustu krásné architektury, beer překládá nebudu, jen bych rád připomněl, že zvidavý milovník piva si může užít nejen klasické značky, ale i několik takzvaně pivních muzeí, kde mají na čepu či v lahvách až několik set nejrůznějších piv. To poslední písmeno B zastupuje slovo boobs. Jde o anglický hovorový výraz pro ženská ňadra. Je tím myšleno, že v Praze turista v rámci 3B může kromě architektury a piva obdivovat i jiné věci. A kromě toho, já si naivně myslím a též doufám, že v tomto třetím B je skryta alespoň malá pocta kráse našich českých žen! Podle významných internetových vyhledávačů, průvodců a výzkumů jsou tedy 3B – Buildings & Beer & Boobs – turistickým tahákem a přitažlivou svatou trojicí charakteristickou pro naše hlavní město. Jak jsem uvedl na začátku, každé město na světě má svoje ikony, své symboly a zvláštnosti. Já jsem vděčný za to, že jsme do těch tří B „propašovali“ díky našemu skvělému pivu alespoň trošku gastronomie...

Citát

Na Manhattanu mají pastrami, ve Florencii dršťky a ve Francii kohoutka na víně.

kolik takzvaně pivních muzeí, kde mají na čepu či v lahvách až několik set nejrůznějších piv. To poslední písmeno B zastupuje slovo boobs. Jde o anglický hovorový výraz pro ženská ňadra. Je tím myšleno, že v Praze turista v rámci 3B může kromě architektury a piva obdivovat i jiné věci. A kromě toho, já si naivně myslím a též doufám, že v tomto třetím B je skryta alespoň malá pocta kráse našich českých žen! Podle významných internetových vyhledávačů, průvodců a výzkumů jsou tedy 3B – Buildings & Beer & Boobs – turistickým tahákem a přitažlivou svatou trojicí charakteristickou pro naše hlavní město. Jak jsem uvedl na začátku, každé město na světě má svoje ikony, své symboly a zvláštnosti. Já jsem vděčný za to, že jsme do těch tří B „propašovali“ díky našemu skvělému pivu alespoň trošku gastronomie...

Dopisy a vzkazy

Holešovice: ironie osudu

Reaguji na článek v Metru o autobusovém nádraží v Holešovicích. V prostoru vestibulu metra Nádraží Holešovice a dopravního terminálu stávaly do konce 70. let 20. století staré Holešovice. Tato památkově hodnotná čtvrť byla vygumována právě z důvodu dopravních staveb. Je ironií osudu, že 35 let po likvidaci čtvrti se uvažuje o částečné likvidaci dopravního terminálu z důvodu nevytíženosti. Staré Holešovice jsem procházel již jako dítě a vše zachytil starým fotoaparátem. Několik mých fotek se dostalo i na nedávnou výstavu v Muzeu hl. m. Prahy o Holešovicích. Podařilo se mi zachránit i vzácný jilm, který stojí v bývalé ulici Na Zátorách v prostoru obratiště autobusů MHD. Při boření čtvrti došlo ke zbytečnému zboření několika ulic, které s novou výstavbou nesouvisely – ulice Pod Zátorami je místo domů zarostlá náletovými dřevinami. Navrhuji, aby po zmenšení dopravního terminálu byla celá čtvrť rehabilitována a některé ulice dostavěny dle původních plánů. **MARTIN KUBÍK**

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

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

Výrok dne



„Vím, že budu muset hodně trénovat.“

RONALDO, FOTBALISTA

Bývalý nejlepší fotbalista světa potvrdil, že chystá comeback na trávníky v dresu amerického týmu Fort Lauderdale Strikers, jež ho je spolujážděm. Návrat má ale jednu podmínku, tým musí postoupit do play-off.

Slovo dne

TERMINÁL

(z dopisu čtenáře na této straně)

Náročně rozvinuté místo přestupu z prvořadého dopravního prostředku na druhý.

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



INZERCE

HOROSKOP

na tento týden pro vás připravila astroložka Linda



KARTY BUDOUCNOSTI! Zjistěte, co se skrývá v útrobach vašich hvězdných osudů. Pohlédněte do té své a buďte předem připraveni na osudové výzvy!

Volejte **906 70 22 33** nebo pište SMS na číslo **904 30 50** s kódem **480EV** a dotaz!

	Beran 21/3–20/4		Váhy 23/9–23/10
Nemáte sílu ani chuť se dnes s někým v práci dohadovat, proto ve všem volíte zlatou střední cestu, i když to stojí více času.		Nebudte nepřijemní na záznamníky, ani když máte pocit, že vás spíš jen zkoušejí, než že by toužili využít vašich služeb. Každý je jiný.	
	Býk 21/4–21/5		Štír 24/10–22/11
V práci si vás v poslední době pletou s bezplatnou poradnou, na druhou stranu byste zase neměli to srdce po nich něco chtít.		Možná si dnes vzpomenete na jisté doporučení, které vám kdosi dal v dětství a nyní pro něj konečně najdete kýžené uplatnění.	
	Blíženci 22/5–21/6		Střelec 23/11–21/12
V hlavě vám při dnešku budou táhnout různé temné myšlenky jako hejno mračen a vy se budete jenom obtížně koncentrovat.		V práci to dnes vypadá, jako kdyby začínala okurková sezóna a vám překvapivě chybí větší vzrušení. Zkusíte to s internetem.	
	Rak 22/6–22/7		Kozoroh 22/12–20/1
Možná se vás někdo snaží záměrně zmást, možná jenom dobře neumí vysvětlit určitý pracovní postup, každopádně budete tápat.		Nedá se nic dělat, ale vypadá to, že budete muset dnes dělat za dva, protože se budete v práci scházet jako švábi na pivo.	
	Lev 23/7–22/8		Vodňář 21/1–20/2
Budete mít hlavu jako pátrací balon a toužit budete pouze po víkendy, který je zatím bohužel stále ještě v nedohlednu.		Pokud jste zvědaví, jak jste na tom za tento měsíc s odměnami, nenápadným obcházením kolem personálního to nezjistíte.	
	Panna 23/8–22/9		Ryby 21/2–20/3
Při dnešním dnu se rozhodnete být štedří a pozvete kolegy nezištně na oběd. Spekulacím se ale neubráníte. Jsou zvědaví.		Nechystáte se změnit práci? Možná vám k tomu doporučí situace v té stávající, protože jí poslední dobou máte už opravdu dost.	

Řešení sudoku

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

Anketa

Soud potvrdil, že Kaplického návrh knihovny na Letné měl být vyloučen. Jaký názor máte vy?



Nicolas Alexij

Je obrovská škoda, že Kaplického knihovna nestojí.



Pavel Fispa

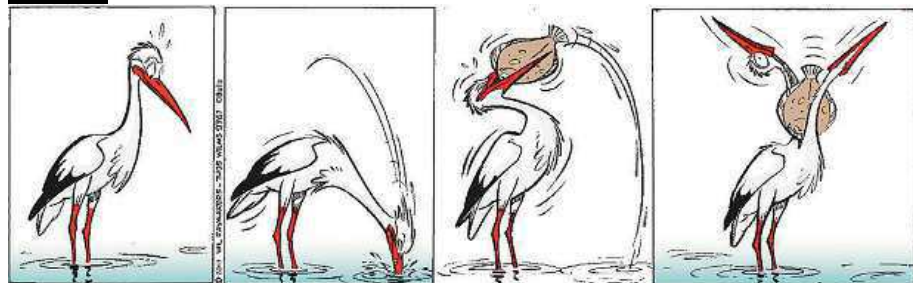
Souhlasím. Jen to mělo přijít za života Kaplického.



Marek Mahdal

Blob ano, ale na Letné ne. Je přece spousta jiných míst.

Komiks



LÁSKOMĚR!

Ověřte si, jak se k sobě s partnerem hodíte!
Jedinečná šance!

Posílejte SMS ve tvaru **33KAG**
a datum narození na **904 30 50**



Tuto službu poskytuje: E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, technicky zajišťuje Materna, 1SMS/50Kč vč. DPH, 1min/70Kč vč. DPH, www.ema.biz, www.platmobilem.cz

K ZAVAZADLŮM KAPPA SI PŘIBALTE I SKVĚLÉ ZÁŽITKY!

Kappa
PEOPLE ON THE MOVE®

BILLA
Bonus club

Stylová zavazadla Kappa od světoznámé italské značky jsou vyrobená z kvalitních materiálů.



až -83%



-79% **BILLA Bonus club**
Set cestovních kufrů 28" a 20"
běžná cena 9699⁰⁰
1999⁰⁰ + 1300 BILLA bodů



-77% **BILLA Bonus club**
Obchodní kufr na kolečkách
běžná cena 4499⁰⁰
999⁰⁰ + 600 BILLA bodů



-76% **BILLA Bonus club**
Skládací cestovní kufr 24"
běžná cena 4999⁰⁰
1199⁰⁰ + 800 BILLA bodů



-80% **BILLA Bonus club**
Taška na kolečkách 67 cm
běžná cena 3999⁰⁰
799⁰⁰ + 600 BILLA bodů



-83% **BILLA Bonus club**
Taška přes rameno
běžná cena 1499⁰⁰
249⁰⁰ + 400 BILLA bodů



-80% **BILLA Bonus club**
Malý batoh
běžná cena 999⁰⁰
199⁰⁰ + 400 BILLA bodů



-83% **BILLA Bonus club**
Toaletní taška
běžná cena 799⁰⁰
129⁰⁰ + 400 BILLA bodů

Pro členy BILLA Bonus klubu za exkluzivní ceny

Čeští manažeři jsou často týmovými hráči

Naopak neumí jednat se svými zahraničními partnery.

Čeští manažeři dokážou nejlépe spolupracovat v týmu, umí pohotově řešit problémy a výrazně se zlepšuje jejich odborná úroveň oproti ostat-

ním regionálním manažerům, odhalil mezinárodní průzkum mezi 1000 zahraničními manažery působícími v regionu střední a východní Evropy. Vyplyvá to z průzkumu realizovaného společností Target Executive Search, který proběhl v České republice, Bulharsku, Maďarsku, Polsku, Rumunsku a na Slovensku.

Naopak nejhůře snáší působení zahraničních manažerů lokálně, neumí jednat se zahraničními partnery a nejsou pracovití. Pro celý tento region je velice závažným problémem vysoká míra korupce, nedostatečná orientace na zákazníka a složitá byrokracie.

Regionální průzkum realizovaný společností Target ve spolupráci s GfK a CEU Business School navazuje na studii z roku 2009 a v mnoha aspektech potvrzuje zlepšení hodnocení.



Korupce je ve východní Evropě pořád problém. MAFRA

„Přestože čeští manažeři dosáhli stejného hodnocení jako před šesti lety, je z výsledků patrný velký posun kupředu. Především pro rychlejší firemní rozvoj je velice pozitivní fakt, že v Česku je dostatek zkušených manažerů. Velký prostor ke zlepšení

vidím bezpochyby ve dvou oblastech – v jazykových znalostech českých manažerů a jejich celkově pozitivnějšímu přístupu k zahraničním kolegům či klientům,“ shrnula závěry letošního průzkumu Pavla Mulvey, ředitelka společnosti pro Česko. MET

Zprávy krátce

Zaměstnavatelé propouštějí

V březnu nahlásilo hromadné propouštění 14 zaměstnavatelů, kteří propustí celkem 407 svých pracovníků. Největší počet společností, které budou snižovat počty zaměstnanců, sídlí v Praze. Vyplyvá to z informací Úřadu práce ČR. Opatření se nejvíce dotkne pracujících v hlavním městě (112) a v Ústeckém kraji (106). Z okresního hlediska je na tom nejhůře Chomutov, kde přijde o práci 84 lidí, a Brno-město. **ČTK**

Číslo dne

60

Firma Škoda Transportation už dokončila všech 60 tramvají ForCity Classic pro turecké rychle se rozvíjející město Konya. Jde o jeden z nejvýznamnějších projektů skupiny za více než 2,6 miliardy korun.

INZERCE

Hotelová škola Radlická

přijme pro školní rok 2015/16

APROBOVANÉHO UČITELE

s DPS pro gastronomické odborné a praktické předměty, cestovní ruch, zeměpis cestovního ruchu, praxe v cestovním ruchu, anglický jazyk, rodilý mluvčí v AJ, tělesná výchova, informační a komunikační technologie a aplikovaná výpočetní technika.

Nabídky s životopisem zasílejte na adresu machackovad@hs-radlicka.cz

Hledáte stabilní zaměstnání v moderní a prosperující mezinárodní společnosti, která vám nabídne příjemné pracovní prostředí a řadu zaměstnaneckých benefitů dle vašeho výběru? Zapijte se do našeho kolektivu lékařů a sester dialyzačních středisek NephroCare a staňte se součástí týmu společnosti Fresenius Medical Care - DS. Ta v ČR pod názvem NephroCare provozuje celkem 22 dialyzačních středisek.

Na střediska v Praze - Vysočanech, v Praze - Vinohradech a v Praze - Motole hledáme kolegu/kolegyni na pozici:

Všeobecná zdravotní sestra

Požadujeme:

- odbornou způsobilost k výkonu povolání všeobecné sestry dle § 5 zákona č. 96/2004 Sb.,
- postgraduální vzdělání v oboru nefrologie, ARIP výhodou,
- vynikající komunikační dovednosti, lidský přístup,
- organizační schopnosti, spolehlivost, odpovědnost, schopnost samostatné i týmové práce,
- základní znalost práce s počítačem,
- ochotu práce ve směnném provozu.

Nabízíme:

- nadstandardní finanční ohodnocení,
- přátelský kolektiv, který vás bude motivovat k dalšímu rozvoji,
- moderní a příjemné pracovní prostředí, nejnovější technologie,
- možnost dalšího vzdělávání a rozvoje,
- šest týdnů dovolené,
- stravenky,
- zdravotní péči, příspěvky na nadstandardní péči a lékařské zákroky,
- příspěvky na penzijní a životní pojištění, sportovní aktivity, kulturu či dovolenou dle vašeho výběru,
- zvýhodněný telefonní tarif.

Kontakt:

Fresenius Medical Care - DS, s.r.o.
Šárka Málková
sarka.malkova@fmc-ag.com

**FRESENIUS
MEDICAL CARE**



Vítězství za držák na propisku

Vítězem dvacátého ročníku soutěže JA Studentská firma roku na veletrhu podnikatelských talentů se včera v Galerii Harfa stala společnost Los Penos z Uherského Hradiště. Firma, která se zabývá vývojem, výrobou a prodejem přenosného držáku na propisku, bojovala o vítězství s dalšími 22 firmami z Česka. Studentský tým postupuje do evropského finále, které se koná od 27. do 31. července v Berlíně. Organizátorem tuzemského kola byla nezisková vzdělávací organizace JA Czech. MET



Bezpečnostní agentura přijme pracovníky na pozice

STRÁŽNÉ A DETEKTIVY

Pokud jste trestně bezúhonní a hledáte práci na HPP / DPP je tu příležitost právě pro Vás.
Nabízíme 65 až 90 Kč/hod. dle zařazení. Hledáme strážné v uniformě a detektivy i se změněnou pracovní schopností.

Náborové dny: pondělí až pátek 9⁰⁰ – 16⁰⁰

Adresa: Jankovcova 1569/2c, Praha 7 – Holešovice,
Kontakt: nabor@abasco.cz, 724 621 822

Byty - nabídka
 • Specialista na PRODEJ/VYMĚNY bytů, exekuce, zástavy, privatizace, výkup bytů, zálohy. www.rkzoo.cz, tel.: 777839786

Ihned peníze v hotovosti za Váš byt
 Vyřídím a zaplatím za Vás dluhy a exekuce **jsem soukromá osoba, nechci platit provize realitkám**
 tel.: 721 117 433

Finance - nabídka
 • Půjčka bez splátek od 100.000 Kč do 2.000.000 Kč. Vhodná před prodejem bytu či domu. Peníze vrátíte až z prodeje. Na 6 až 24 měsíců. T: 739641969

• Nebankovní půjčky, výkup nemovitostí, odkup pohledávek, 12 let na trhu, seriozní a slušné jednání. Bez poplatků předem!!! 774892263, www.giholding.cz

• 500 - 10000,- v hotovosti do 10 min. pro úplné každého. Potřebujete OP, mobil. Kde? Metro "B" Anděl, "Na Knížecí", ul. Vltavská 28, po-pá 9-19, 607801801

• Hotovost od 500 do 15 tis. do 5 min. bez registru. Potřebujete OP, mobil. Kde? Metro "B" Anděl, "Na Knížecí", ul. Vltavská 28, po-pá 9-19, 607801801

• Hotově do 5 min 500-15tis na OP! Na dolož. příjem až 200tis. i pro ciz. s trv. pob. Palackého nám. Dittrichova 8, Po-Pá 8:30-18, So 10-14 t. 778153324

• Hotovost do 5 min, 500-15tis na OP. Na prokazatelný příjem až 200 tis! Metro B, Palmovka ul. Sokolovská 125 t. 774064546 PO-PÁ 8-17:30 www.rikisun.cz

• Potřebujete půjčky? Nemáte čas běhat po pobočkách? Vše sjednáme po tel. Půjčme Vám na cokoli. Žádné poplatky za vyřízení. Zkuste to. T. 737508255

• Až 15000 hotově ihned na OP. Bez registru. Nově i pro cizince! Radlická 96, P5. Zast. Brauno-va tram 7 směr Metro Radlická. Po-pá 9:30-18. T. 774433773

• Až 15000 hotově ihned na OP a tel. Nově i pro cizince! Bez registru. Metro Hradčanská, Čs. Armády 11, P6, budova ve dvoře. Po-pá 9:30-18. T. 603933137

• Půjčka až 10000 hotově do 5 minut pro úplné každého. Potřebujete OP a tel. Metro C Nádr. Holešovice, Za Papírnu 5, P7, Po-Pá 9-19, So 9-12, 608027698

Zdraví - nabídka
 • Pro pacienty s těžkým postižením kůže atypickým ekzémem nabízíme novou nekortikoidní, systémovou léčbu. Konzult. na kožním P1 po tel. obj.: 606072078

Nemovitosti - poptávka
 • Právni zástupce zaměstnanců O2, FIOBANK, RAIFEISENBANK, poptává nemovitosti ke koupi a k pronájmu v Praze. Právni servis zajištěn. Tel: 602 219 621

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

• Koupím zemědělské pozemky po celé ČR. Peníze platím v hotovosti. V případě zájmu mě kontaktujte na mail: vykup.pozemku@seznam.cz či tel. 702809911

• KOUPIM BYT ihned, zaplání dluhy, exekuce, slušné jednání samozřejmostí. Volejte zdarma 800204000

Pronájmy - nabídka
 • Ubytování seniorů na okraji Prahy za 6500,- Kč/měs. Den hlídání seniorů 1200,- Kč/den. Možnost strava a služby. T. 776750463

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

Pronájmy - poptávka
 • HLEDÁM PRO naše solventní ZAMĚSTNANCE z kanceláře bytu k dlouhodobému pronájmu v Praze, právní servis zajištěn. Tel.: 274 78 44 28

• Mladý lékař nekuřák hledá pronájem nebo koupi bytu v Praze. Tel. 777749085

• Zajišťujeme RYCHLÉ PRONAJMUTÍ bytů - pokojů v Praze, evidujeme prověřené solventní klienty. Tel.: 727979767

• Hledáme pronájem bytu kdekoliv v Praze a okolí max. do 15 tis. vč. poplatků. Pište nebo volejte, prosím na tel. 603257202

• Pracující pár hledá pronájem čistého bytu u dobrého spojení MHD. Nekuřáci bez zvířat, ideálně od 1.5. Cena do 13 tis. Za nabídky děkují. T: 775088498

Čestování - nabídka
 • Celoroční levné lázeňské a wellness pobyty v Poděbradech. Tel. 727976431, email: cestovky-podebrady.cz

Vzdělávání - nabídka
 • Kurz ÚČETNICTVÍ v centru Prahy od 25. s nabídkou ZAMĚSTNÁNÍ po ukončení tohoto kurzu - možnost úhrady kurzu od Úřadu práce. Tel: 220921440

• Doplňte si maturitní vzdělání formou elektronické výuky. Studium zaměřené na ekonomika a podnikání. Více informací na t. 736 605 905, www.soazatec.cz

• ČOKOLÁDOVÁ DIĽNA pro veřejnost. Vlastnoruční výroba zaručeně čerstvé a 100% kvalitní čokolády. Každou sobotu v 12h. Vstup zdarma. www.cokoladovydum.cz

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

Byty - poptávka
 • PRÍMÝ ZAJEMCE ihned koupí byt na investici pouze v Praze - okamžitá záloha 300.000 Kč. Právni služby zdarma i v případě privatizace. T: 602 212121

• 10.000 Kč jako ODMĚNA za doporučení prodeje bytu nebo domu v Praze a okolí. Poradensví zdarma. Právni servis zajištěn. Volejte 605260736

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

• Koupím byt v Praze, družst., OV i obecní vlast. (zaplatím privat.). Platím hotově, dám zálohu, uhradím dluhy, na vystěh. nespěchám. T. 721404627

• Hledám OBECNÍ BYT v Praze, zaplatím dluhy na nájmu, při exekuci či výpovědi, před privatizací, i u majitele, zajištím náhr. byt, záloha. T: 776363636

• Pro prověřené klienty hledáme byty a domy v Praze a okolí k prodeji či k pronájmu. Právni servis zajištěn. Tel. Po-Ne 777884183, 241414830

• Koupím byt v Praze a okolí cca 40-70 m2. Platím ihned - hotově. S případnou privatizací mohu pomoci. RK nevolat! T. 737392092

Práce - nabídka
 • SECURITAS ČR s.r.o. přijme zaměstnance pro ostrahu logistického areálu na Praze západ. Požadujeme: zkoušky PK - výhodou, základní znalost AJ, znalost PC, prozákaznický přístup, fyzickou zdatnost a kondici, příjemný vzhled, čistý RT. Nabízíme: práci v mladém kolektivu, zaměstnání na dobu neurčitou, zajímavé mzdové ohodnocení. Kontakt: PO-PÁ 9-15 hod tel: 800 880 838, email: nabor@securitas.cz

• Udělej správnou věc - daruj krevní plazmu. Čeká na Tebe finanční náhrada 400 Kč. Najeď nás na Perlově 5, tel. 702278928. UDELAŠ TO? www.caraplasma.cz

• Forcorp Group přijme pracovníky uklídky po Prahu. Mzda až 70 Kč/hod. a příspěvek na dopravu. Místa vyhrazena pro OZP. Tel. 723612506

• BRIGÁDA - POKLADNÍ - prodejny po celé Praze, zálohy druhých den. Školení zajištěno. Směny dle Vašeho výběru, t.: 284083300, 777335756, www.creditczech.cz

• BRIGÁDA - hledáme brigádníky - prodáváče/ka do lahůdek, pekaře/ky, školení zajištěno. T.: 284083300, 777335756, www.creditczech.cz

BRIGÁDA/HPP
VPPLÁCÍME DENNĚ 80-150,- Kč/hod.
 ▶ Tel.: **722 346 470** ◀
NÁSTUP IHNED
vhodné i pro studenty a seniory jako příjvdelek

ZBU Czech Republic s.r.o.
 přijme:
OSOBY ČÁSTEČNĚ či PLNĚ INVALIDNÍ
 na hlídání vybraných objektů v Praze.
 Tel.: 284 813 307
 724 351 250

PŘIJMEME PRODEJCE NOVÝCH VOZŮ PRO ZNAČKU HYUNDAI v Praze
Požadujeme: • minimálně SŠ vzdělání • znalost oboru • smysl pro obchod • dobrá osobní image • umění jednat se zákazníky • samostatnost • vlastní iniciativu
Nabízíme: • zajímavé ohodnocení dle dosažených výsledků • zajímavou práci • pékné pracovní prostředí • uplatnění svých schopností • sociální jistoty • možnost osobního růstu • školení

Nabídky zasílejte formou životopisu na adresu: amalcanova@ford-valousek.cz

Autorizovaný dealer FORD, HYUNDAI v Praze 4
 — přijme zaměstnance na pozici —
AUTOMECHANIK
Požadujeme: ▶ praxi v oboru min. 3 roky.
Nabízíme: ▶ zájem stabilní společnosti ▶ práci v mladém kolektivu ▶ školení ▶ odměnu až 40 000,- v závislosti na výkonu

Nabídky volejte na telefon: **602 238 705**

• Nabízíme krátkodobé i dlouhodobé pomocné práce. Výplata 100% druhý den! Možný výběr směn. Odvoz zdarma zajištěn. Volejte po-pá, 9-17 hod. T. 724772129

• Hledáme pracovníce a pracovníky do herny na Praze 8. Tel.: 603886044

• Řidič MKD, diety 40-50 Euro denně, nový vozový park, min. praxe 1 rok. Tel: 731426319, 732116245, Tomáš Pressler, firma Quehenberger Transport.

• A.s. v Praze 9-Černý Most přijme do 4 různých pozic lidí na stálý prac. úvazek. Plat dle zař. 20000/měs. nebo 1200/den, tel.: 720693077 od 10-17 hod.

• SUPER BRIGÁDA. Do příjemné kolektivu přijmeme větší počet brigádníků. Plat denně 1.200 Kč. Osobní pohovor si domluve na tel.: 720693077, 10-17 hod.

• Příjmu strážné. Vhodné též pro důchodce. Tel.: 728279859

• Bezpečnostní agentura - pozice strážný, detektiv, 85 Kč / h. + odměny. Volejte po-pá 9.00-16.00 T. 702033658

• ČVUT v Praze - Fakulta elektrotechnická přijme odborného referenta do ekonomického oddělení. Požadujeme středoškolské vzdělání ekonomického nebo humanitního směru, znalost daňových a účetních zákonů, dobrou znalost práce na PC, základní znalost angličtiny. Praxe na obdobné pozici výhodou. Pracoviště přímo u metra Dejvíčká. Nabízíme 5 týdnů dovolené, příspěvek na stravování. Odměňování dle vnitřního mzdového předpisu ČVUT. Pokud Vás naše nabídka oslovila a splňujete výše uvedené požadavky, zašlete strukturovaný životopis s přehledem dosavadní praxe na e-mail drimakat@fel.cvut.cz.

• Firma obrábějící plasty hledá operátora CNC. Požadujeme praxi, ochotu pracovat na 2 směny. Pracoviště Praha 10. Tel. 727137300

CENTRA a.s. přijme Zahradníka - veřejná údržba zeleně na HPP.
 Požadujeme: praxi se zahradnickými stroji (pila,krvínožeť), výsadba stromů a rostlin, RP sk. B. Pracoviště: Praha.
Kontakt: ilyl@centra.eu, 724 872 341.

Příjmu mladé lidi pro rozvož dokumentů na služební vůz sk. B
nástupní plat: 18 000 Kč
 + osobní ohodnocení
VOLEJTE: 608 573 852

OSTRAHA
 83 - 92 Kč/hod.
 Dohoda o provedení práce
 Týdenní zálohy
 Možnost výběru směn
 Pohovory
PERSONÁLNÍ CENTRUM
 X-11, spol. s r.o.
 ul. Politických vězňů 14
 Pasáž Grossmann - 3. patro
 Úterý - Středa - Čtvrtek
 7.30 - 11.00 a 13.00 - 16.00

• Domov pro seniory v Praze 4 přijme sociálního pracovníka na HPP, nástup ihned. Požadavky: vzdělání SŠ/VOŠ/VŠ sociální práce, práce s administrativou v programech Preus a OBIS, Word, Excel, zkušenosti s vedením agendy odlehčovacích služeb vítány, znalost standardů kvality sociálních služeb, odpovědnost a samostatnost za svěřené úkoly, schopnost a podpora týmové spolupráce, dobré organizační a komunikační vlastnosti. Své životopisy zasílejte na: jakesova@dshaje.cz

• Domov pro seniory v Praze 4 přijme aktivizačního pracovníka na HPP. Předpoklad nástupu květen 2015. Požadavky: vzdělání SŠ zdravotní nebo sociální, absolvování kurzů cvičení paměti, hra na hudební nástroj nebo výtvarná zručnost vítána, praxe na stejné pozici. Své životopisy zasílejte na: jakesova@dshaje.cz.

• Přijmeme uklízečku s invalidním důchodem do Prahy na zkrácený úvazek. Nabízíme: práci na HPP, stravenky, náborový příspěvek. Kontakt: 737243695

• Přijmeme invalidy na pracovní pozice vrátný, recepční v Praze, možno i na zkrácený úvazek. Nepřetržitý provoz, 12hod. směny. Nabízíme: práci na HPP, stravenky, zdarma možnost získání osvědčení "strážný", náborový příspěvek. Mzda cca 11.000 Kč. Kontakt: 737243695

• Příjmu ŠIKOVNÉHO ZÁMEČNÍKA pro atypickou výrobu nezrezových rozvaděčů. Svařování metodou TIG a MIG výhodou. Tel.: 602686912, www.smidjesenice.cz

• ZŠ Lupáčova v P3 přijme učitelku angličtiny, španělštiny a tělesné výchovy. Nástup od 1.9.2015. Info: tel. 222 715 691, email: hausner@lupacovka.cz.

• Přijmeme zaměstnance na pozici Manažer bezpečnosti v oblasti poskytování bezpečnostních služeb, s místem výkonu práce PLZEŇ, HPP. Nástup ihned, nástupní mzda 22.000,-. Požadujeme: SŠ/VŠ vzdělání, zkušenost na obdobné pozici u bezpečnostní agentury výhodou, samostatnost, zodpovědnost, časová flexibilita, MS Office, řidičský průkaz skupiny B, čistý trestní rejstřík. Nabízíme služební automobil, mobilní telefon, osobní PC. Motivační dopis a strukturovaný životopis zasílejte na e-mail: kamila.drtilova@bartonapartner.cz. Do předmětu zprávy uveďte „ostraha Plzeň“

CENTRA a.s. přijme ÚDRŽBAŘE ADMIN. OBJEKTŮ
Požadujeme: vyhlášku 50 elektro min. §6, údržba objektových technologií TZB.
Pracoviště: Praha
Kontakt: ilyl@centra.eu, 724 872 341

AUTOVARA s.s.
 autorizovaný dealer Opel se sídlem na Praze 7
 — přijme —
Prodejce nových vozů s praxí v oboru min. 1 rok.
 Životopisy zasílejte na: michaela.alsova@autovars.cz

INZERCE

MIRONET
COMPUTERS
Největší IT e-shop v ČR

čekání se vyplatilo

ASUS
IN SEARCH OF INCREDIBLE

10.990,-

Asus Zenfone 2
Intel® Atom™ Z3560 1.83GHz / 4GB RAM / 5.5" displej / Android 5 / dual SIM
www.mironet.cz

První. Představujeme smartphone se 4GB RAM

Ačkoli jsme u nás na vstup telefonu ASUS čekali dlouho, trpělivost se vyplatila. Největším trhákem se stal designový Zenfone 5, špatně si nevedl ani šestipalcový Zenfone 6. Že by přicházející novinka Zenfone 2 značila jen 2" displej? Kdepak, dvojka v názvu značí druhou generaci, rozměrově řazenou spíše k phabletům s 5.5" displejem.

Už na únorovém veletrhu CES 2015 vzbudil ASUS obrovské ohlasy použitím 4GB operační paměti. Mnozí se smáli, že podobné množství nedokáže Android ani použít, postupem času však musíme zvolně kapacitě dát za pravdu – ostatně i jiní výrobci už se



u svých nejlepších modelů neporovnatelně slabších komponentech (např. Zenfone 4 pohánělo dvoujádro na 1,2GHz), očekávání od nástupce jsou proto velmi vysoká. Součástí této nastavby je hned několik funkcí, které překračují rámec běžného použití.

Zkušenost ukazuje, že silný hardware k plynulému prostředí nestačí. Právě v této disciplíně je Zenfone 2 černým koněm. Prostředí ZenUI dokázalo běžet jak po másle i na

neporovnatelně slabších komponentech (např. Zenfone 4 pohánělo dvoujádro na 1,2GHz), očekávání od nástupce jsou proto velmi vysoká. Součástí této nastavby je hned několik funkcí, které překračují rámec běžného použití.

INZERCE

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, palác koruna, Praha 1, po-pá 8.30 -17.00 hod. Tel: 225 065 177, 178, fax: 225 066 653

Práce - nabídka

• Základní škola, Praha 2, Botičská 8 přijme od 1.9.2015 kvalifikovanou učitelku na 1. stupeň na plný úvazek a dále kvalifikovanou vychovatelku do školní družiny na 0,8 úvazku. Tel: 224918843, e-mail: info@zsboticka.cz.

• Kovis a.s. přijme na HPP větší počet zaměstnanců na pozici strážný pro Prahu 6, 7 a 10. Nabízíme stabilní zaměstnání, nástup ihned. Tel.: 274 782 747

• Nabízíme práci skladníka pro e-shop. Více info na vybaveniprouklid.cz. Životopisy zasílejte na info@allservices.cz

• Nabízíme práci asistentky prodeje pro e-shop. Více info na vybaveniprouklid.cz. Životopisy zasílejte na info@allservices.cz

• Středočeské muzeum v Roztokách u Prahy přijme: hlavní účetní – rozpočtář. Požadavky: ukončené VŠ nebo SŠ vzdělání s praxí v oboru. Zkušenost s účetnictvím příspěvkových org. výhodou. Více informací na www.muzeum-roztoky.cz, tel. 233 029 034.

• Účetní pro příspěvkovou organizaci přijme VOŠ pedagogická a sociální, SOŠ pedagogická a Gymnázium, Praha 6, Evropská 33. Znalost práce s programem Gordic a praxe ve školství výhodou. Nabídku s uvedením vzdělání a praxe zašlete na adresu: drtina@pedevropska.cz. Informace na tel. 606 644 477.

• ZŠ P 9, Bří Venclíků / u metra Rajská zahr., přijme kvalif. učitele/ku na 1.st. na celý úvazek. Nástup srpen 2015. Inf. tel.: 281000031.

• Přijmeme KUČAŘE s praxí do restaurace na Praze 6, metro Nádraží Veveřslavín. Volejte tel: 777250282.

• Přijmeme KUČAŘE s praxí do plzeňské restaurace na Praze 7 - Holešovičích. Volejte tel: 603919139.

• Hotel Avion přijme POKOJ-SKOU s praxí, metro Veveřslavín. Tel: 777250288

• Bezpečnostní služba přijme muže na ostrahu filmových exteriérů. Brigáda. Informace na tel. 224942456.

• Hledám vyučenou, samotnou cukrářku/ře - pekařku/ře s praxí do cukrářské výroby v Praze 4 - Opatově, na HPP. Tel.: 602945647

• Základní škola, Fakultní škola Pedagogické fakulty UK, Slovanská 27, Praha 2 přijme učitelku/prvního stupně na plný úvazek od 1. 9. 2015. A učitelku/matematiky na 10 hodin týdně (zástup) od 30. 4. 2015. Životopisy zasílat na e-mail: reditelka@zs-slovenska.cz.

• VÝPLATA DENNĚ – brigády – nabízíme práci v obchodech – pokladna, lahůdky, pekárna. Po celé Praze. Tel: 271910256, 777 254 261, www.student.cz

• Brigáda na MS v Hokeji - pořadatelská služba, ostraha a úklid během sportovní akce, 65-85 Kč/h. NABRIGADU.CZ, U Královské louky 6, Pha 5, t. 605755755

• Servisního technika-elektrikáře pro opravu velkokuchyňských zařízení přijme firma se sídlem v Praze 9. Požadavky: trestní bezúhonnost, vyhl. 50, řidič. oprávnění B, časová flexibilita. Kontakt: 777316308 p. Prošková

PRACOVNÍCI ÚKLIDU

hledáme uklízečky pro zakázky v Praze a blízkém okolí

- podmínkou zdravotní znevýhodnění (invalidní důchod)
- práce na poloviční úvazek
- mzda

90 až 120,- Kč/hod.

Kontakt: 776 828 187

• Městská poliklinika Praha přijme vedoucího provozního oddělení na plný úvazek. Požadujeme SŠ, VOŠ nebo VŠ vzdělání, technické zaměření, zkušenost s provozem zdravotnického zařízení a praxe ve vedoucí pozici výhodou. Dále požadujeme dobrou znalost MS Office, řídicí a organizační schopnosti, komunikační dovednosti, spolehlivost, flexibilitu a pečlivost. Nabízíme příjemné pracovní prostředí v centru Prahy, přátelský kolektiv, pracovní dobu od pondělí do pátku, zaměstnanecké stravování, dovolenou v délce 25 dnů a možnost dalšího vzdělávání. Svůj strukturovaný životopis s motivačním dopisem zasílejte na e-mail: t.brunerova@prahamp.cz. Kontakt: Bc. Taňa Brunerová, tel: 222924214.

• Ateliéry a dílny ND příjmu krejčí/krejčovny do čalounické dílny výroby dekorací. Požadavky: vyučení v oboru, 5 let praxe, zkušenost s výrobou dekorací vitána. Nástup: září 2015. Životopis zasílejte na e-mail: m.talianova@narodni-divadlo.cz

• TAXIKÁŘI, chceš si vyvezdit až 75.000 Kč? Máš vlastní vůz? Neváhej a volej: 723424230.

• Přijmeme kuchaře na HPP do restaurace u Dolních Březan. Tel. 602382878

• Hledáme vratné, Praha 1, vhodné pro důchodce v dobré fyzické kondici, nástup ihned. CV: info@transakta.cz; Transakta a.s., Na Poříčí 23, 11000 Praha 1

• Firma v Praze přijme do odd. údržby elektrikáře (YP hláška č. 50) a instalatéra, RP sk. B, praxe v oboru. Životopis na: info@transakta.cz

• Až 18.000 měs. + odměny + náb. příspěvek a možnost týdenních záloh za práci u české společnosti. Možnost i brigádně. Blíží info 246002418, 602585329

• Odborného referenta personalistiky a mezd referenta všeobecné faktální nemocnice v Praze. Požadujeme SŠ vzdělání, odborné znalosti mzdového účetnictví a personalistiky, min. 5 let praxe v oboru, znalost MS Office, komunikační dovednosti, schopnost práce v týmu. Praxe ve větším zdravotnickém zařízení a znalost účetního programu Navision výhodou. Nabízíme zájem velké FN v centru Prahy, 5 týdnů dovolené, 5 dnů volna, zaměstnanecké benefity. Nástup dle dohody. Váš profesní životopis zašlete prosím na: blahova.irena@vfn.cz.

• Přijmeme venkovní obsluhu pro čerpačnice v Praze 3 a 4. Info a prac. dnech 11-12 h. na tel. 284685919, shell8047@cssshell.net

• Lakýrníka kovových výrobků k provádění kompletních povrchových úprav přijme pražský výrobce dřevoobráběcích strojů. Nabízíme zájem stabilní společnosti, platové ohodnocení dle zkušenosti, stravenky plně hrazené zaměstnavatelem. Info také na www.soukup.cz Nástup možný ihned. Kontakt: tel: 241403110, e-mail: h.vagnerova@soukup.cz

• Výuka němčiny ZDARMA! Naučte se ZDARMA německy a získajte tak v Německu práci v oblasti gastronomie a sociálních služeb, určeno pro věkovou skupinu 18-26 let. Informace na: www.bean.cz či tel. 773921313. Začínáme v polovině května!

• CK v centru Prahy přijme referentku na prodej zájezdů na stálý pracovní poměr. Nástup možný ihned. Životopisy zasílejte na: info@hungariatour.cz.

• Společnost zabývající se správou nemovitostí přijme zaměstnanca na pozici vrátný v admin. budově v Praze 6. Požadavky: pouze pro osoby ze zdravotním znevýhodněním nebo invalidním důchodem, nepřetržitý provoz v 8hod. směnách. Informace o datu konání výběrového řízení obdržíte od p. Holubové, tel. 267 094 477, mobil 605 229 023 nebo můžete zaslat životopis na adresu erika.holubova@pragueinvest.eu.

• Pro naši společnost Svoboda Press s.r.o. hledáme pomocné dělníky do provozu tisku. Práce v nepřetržitém provozu, ve 12-ti hod. směnách. Požadavky: čistý trestní rejstřík, svědomitost, spolehlivost. Výhody: nadstandardní příplatky, možnost stravování a stravenek, příspěvek do penzijního fondu. Kontakt: pí. Hradecká, 266 021 272, hradecka@svoboda.cz nebo osobně na adrese Svoboda Press s.r.o., Sazečská 560/8, Praha 10, 4. patro.

• Prodám zavedené krejčovství - Praha 2, Ječná 15, stálá klientela, tel. číslo, www stránky, zásoby, vybavení. Cena 50.000 Kč. Tel. 602524376

• Výuka němčiny ZDARMA! Naučte se ZDARMA německy a získajte tak v Německu práci v oblasti gastronomie a sociálních služeb, určeno pro věkovou skupinu 18-26 let. Informace na: www.bean.cz či tel. 773921313. Začínáme v polovině května!

Služby - nabídka

VÝKUP ZLATA!
za nejlepší cenu hotově
nejvýhodnější půjčky na zlato
www.avarrio.cz
Soukenická 8, Praha 1
737 858 585

• LEGALIZACE STAVEB - rychle a levně - zajistím územní rozhodnutí, stavební povolení, kolaudaci a další doklady. Tel.: 731124671

• Klimatizace, tepelná čerpadla - montáž a servis. www.klimatizaceprokadeho.cz, tel. 606529696

• MINTEH JASNOVIDEC, 35 let zkušeností v oboru duševního zdraví. Trpíte škodlivými vlivy? Neznámou chorobou? Máte smůlu nebo problémy v zaměstnání, v lásce, manželství či ve škole? Opuštěla Vás milovaná bytost? Mohu Vám pomoci přivést ji zpět i se všemi dalšími problémy. Tak ne-

Filmy. Bez černých pruhů i na monitoru

Mezi exkluzivní obrazovky, přestože nestojí tolik co LCD profesionálního grafika, patří ASUS MX299Q. Onou unikátní vlastností je poměr stran a jim odpovídající rozlišení. Víte, jak je rozdělena délka stran u formátu filmů? 21:9. Pokud ho sledujete na běžném monitoru nebo televizi, neobejdete se bez černých pruhů u horního a dolního okraje. Použití rozlišení 2560 x 1080 pixelů dokáže v mnoha případech zastoupit i sekundární monitor. ASUS něco podobného umožňuje taktéž, akorát s polovičním množstvím kabelů, či dokonce třetinovým, pokud se rozhodnete používat integrované duo reproduktorů.

trpte v tichosti a netrapte se zbytečně! Práce se zárukou. Dohlavte si schůzku právě teď. V ČJ, AJ, FJ. Grafická 957/37, Praha 5 - Smíchov-Bertramka. t. 257313476, 776147281.

Elektronika - poptávka

• Koupím elektronky RD27AS, i jiné. Tel.: 721453637, mail: elektronky@centrum.cz

Práce - nabídka

• Hledáme obchodní zástupce na prodej zájezdů CK Hungariatour pro oblast Čechy a Morava. Práce na ZL, smluvní podmínky. Životopisy zasílejte na: info@hungariatour.cz.

Intimní

E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, tech. zajišťuje Materna, jen pro starší 18let, 1sms/50Kč vč DPH: 1min/50Kč vč DPH, www.ema.cz, www.platimobilem.cz

• Zavolej! **Jsem sice ošklivá, ale když bude tma?** Tel.: 274 828 446

• Drsná domina Regina! S radostí ti napežu! Tak mi napiš, otroku! SMS ve tvaru 92XBK a text na 909 15 50

• Podnikatelka Regina 45. Nemám čas na lásku a vztahy. Na sex si ho ale ráda najdu. Přidáš se? Brnkni mi 909 801 801 nebo písní SMS na 909 15 40 s kódem 80VCT a tvůj text!

• V životě jsem trochu semetrika, ale v sexuálních praktikách se ráda podřizuju! Podvol si mě, pane! Jarmla 70. Zavolej mi 909 80 50 40 kód LJZ89



• Maminka Monika (33) na mateřské dovolené. Hormony se mi vzbouřily, potřebuji SEX! Hodně často! Pomůžeš mi? Brnkni mi 909 90 99 25 nebo napiš SMS na 909 15 45 s kódem 33DNJ a tvůj text!

Posily z NHL jdou do hry, národní tým vyzve Finsko

Hertl či Voráček se ukáží českému publiku v přípravě na hokejové MS. Čeká se na Jágra a 1. kolo play-off.

Generálky na domácí mistrovství světa sehrají čeští hokejisté dnes ve Znojmě a v pátek v Brně proti Finsku. Po nich chce trenér Vladimír Růžička oznámit nominaci na šampionát.

Nepůjde ale o finální soupisku. Reprezentační kouč bude čekat na vývoj 1. kola play-off NHL. Nyní je blízko vyrazení Winnipeg, kde má Růžička zájem o Ondřeje Pavlce a Michaela Frolíka.

Příprava s Finskem

Češi ze šesti přípravných zápasů jen jednou prohráli.

- První duel s Finskem se hraje dnes v 17.30 ve Znojmě.
- Druhé utkání čeká na český tým v pátek v Brně od 18.00.
- Po druhém zápase oznámí trenér Vladimír Růžička nominaci na MS. Ta ale zatím nebude kompletní.

Už minulý týden při přípravných zápasech ve Švédsku naskočil do české sestavy ze zámořské soutěže obránce Michal Jordán. Další hráči z NHL se představí dnes proti Finům. Konkrétně jde o čtveřici Jan Hejda, Jakub Voráček, Martin Erat a Tomáš Hertl.



Tomáš Hertl a Jaromír Jágr se sejdou v reprezentaci. MAFRA

Kromě nich si zápasovou premiéru odbudou brankář Alexander Salák a obránce Ondřej Němec. Jaromír Jágr se k reprezentaci připojí zítřka. „Jsme domluveni, že ve čtvrtek s námi bude trénovat a v pátek bude hrát,“ řekl kouč Růžička.

Oba zápasy s Finskem se budou počítat do tabulky série Euro Hockey Tour. Severskému týmu aktuálně patří druhé místo po dvou výhrách nad Rusy. Češi jsou s jedenácti body poslední. Finové v duelech s Čechy také představí několik posil z NHL. **PUR a ČTK**

Sázkaři. Při MS bude obří zájem

Hokejový šampionát v Praze a Ostravě bude pro české sázkaře velkým lákadlem. „Při takových akcích se objevuje vždy hodně příležitostných sázkařů, kteří jsou samozřejmě patrioti, a tak budou ve svých sázkách dávat přednost českému týmu, bez ohledu na to, jak se mu bude dařit,“ říká mluvčí sázkové kanceláře Chance Markéta Světlíková. Očekává objem přijatých sázek na MS ve výši až 100 milionů korun. Ještě více se prosází u Tipsportu, zřejmě přes půl miliardy korun. Fortuna očekává až 350 milionů korun prosázených v souvislosti s MS. Největší zájem sázkařů se čeká příští týden, ale už teď sázky podávají. „Češi jsou zatím velkými patrioty, co se týče sázek na celkového vítěze. Zatím jich našim hráčům věří 41 procent. Hodně sázkařů ale čeká na konečné nominace,“ uvádí Petr Šrain z Fortuny. Zmíněné sázkové kanceláře řadí český tým mezi elitní čtveřici. **PUR**

Jankovičová. Možná dorazí, tahákem Plíšková a Šafářová

Na nejmenší turnaj na okruhu WTA Tour J&T Banka Prague Open bude vstup zdarma. Největšími lákadly pro fanoušky budou příští týden na antukových kurtech pražské Sparty české fedcupové reprezentantky Karolína Plíšková a Lucie Šafářová.

Nasazenou jedničkou bude na turnaji, který má dotaci 250 tisíc dolarů, Španělka Carla Suárezová, která letos dvakrát porazila Petru Kvitovou. Pořadatelé jednají také o účasti světové osmnáctky Jeleny Jankovičové ze Srbska. Jestli dostane jednu z divokých karet, bude jasnou do pátku. V Praze se ale představí třeba i Ruska Světlana Kuzněcovová.



Karolína Plíšková ČTK

„Startovní pole je na to, že jde o nejmenší turnaj na WTA, dost silné. Pro diváky je ale dobře, že přijede tolik dobrých hráček,“ řekla Karolína Plíšková, která bude turnajovou dvojkou. Ta hrála na antuce naposledy loni v červenci. „Už se těším na změ-

nu. Musím říct, že mám antuku docela ráda, i když na ní neodehraju moc turnajů,“ dodala světová dvanáctka.

Kromě Plíškové a Šafářové uvidí fanoušci také Barboru Strýcovou a Terezu Smitkovou. Další Češky, jako Kateřina Siniaková nebo Denisa Allertová, můžou projít z kvalifikace či díky volné kartě.

Pořadatelé chystají centrální kurt s kapacitou 2500 lidí. Do Stromovky pro ně bude fungovat kyvadlová doprava.

Naopak ostravský mužský turnaj Prosperita Open se musí spokojit s dotací 50 tisíc dolarů. Na tomto challengeru se představí z českých hráčů třeba Jan Mertl nebo Adam Pavlásek. **PUR a ČTK**



Florbalisté mají nové dresy

Česká florbalová reprezentace se na blížícím se turnaji Euro Floorball Tour ve Švédsku uvede v nových dresech. Ty byly představeny o víkend v rámci superfinále extraligy. Češi mají na výběr z domácí, převážně červené kombinace a z venkovní bílé varianty. Ve Švédsku se Češi utkají s domácím týmem, Finskem a Švýcarskem. **PUMA**

Zprávy krátce

Bayern úřadoval, dál jde i Barcelona

Fotbalisté Bayernu Mnichov otočili ve včerejší odvetě vývoj čtvrtfinále Ligy mistrů. I když první duel v Portu prohrál německý tým 1:3, na domácí půdě přehrál soupeře jasně 6:1, když už po poločase vedl Bayern 5:0. Do semifinále postoupila také Barcelona, která porazila PSG i v odvetě, tentokrát 2:0. **PUR**

Rolinek skončil

Z hokejové Sparty odchází dosavadní kapitán Tomáš Rolinek. Mistr světa z roku 2010 se rozhodl neprodloužit smlouvu, protože chce být kvůli rodině blíž domovu. Není jasné, do kterého týmu rodák ze Zďáru nad Sázavou zamíří. Nabízí se buď Pardubice, kde hrál již v minulosti a vybojoval i titul v roce 2005, nebo rival z Hradce Králové. **ČTK**

Finále. Mistra určí až 7. zápas

Hokejisté Třince odvrátili večer i druhý mečbol Litvínova ve finále extraligy, když z jeho leď vyhráli 6:3. Srovnali tak stav série na 3:3 na zápasy. Třinec vedl celý zápas, ale hlavně ve druhé třetině odskočil domácím až na tři branky, což byl klíčový náskok. O góly se podělilo devět různých střelců. O celkovém vítězi tak rozhodne až sedmý duel, který se hraje zítra v 17.20 hodin v Třinci. **PUR**

Honda CR-V

2.2i-DTEC MT Elegance 2014 4x4

Výbava Elegance obsahuje:

6x airbag, ABS+ESP, přední a zadní parkovací senzory, parkovací kameru, kožený volant+hlavici řadící páky, duální automatickou klimatizaci, CD+MP3+USB+Bluetooth, tempomat, HF Bluetooth, litá kola 17" s univerzálními pneumatikami, přední mlhová světla, 6-ti rychlostní převodovku, dálkové ovládání oken+zpětných zrcátek, START-STOP

Kombinovaná spotřeba a emise CO₂: 5,6-5,8 l/100 km, 149-154 g/km



Hravé splátky pro Vás

Hravé
splátky
pro Vás...

Měsíční
splátka
(bez pojištění)

5 381 Kč