

# ČESKO MÁ PRVNÍ EUROKOMISAŘKU

KANDIDÁTKOU BUDE MINISTRYŇE VĚRA JOUROVÁ STRANA 2



# metro



Úterý, 22. července

Č. 139, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)  
Svátek slaví: Magdalena

Min. 22°  
Max. 26°

Největší deník v ČR

# Homosexuálové jsou blíž snu osvojit si dítě

**Projde návrh poslanců?** Homosexuálové by mohli adoptovat dítě partnera. **Překážka.** Dosud to nejde, pokud biologický otec třeba zemře, dítě musí do ústavu. **Veřejnost.** Lidé jsou nápadu nakloněni STRANA 3



## Veselé plavky. Trendy léta ukázala fashion show v Miami

Opálená sexy těla, nádherné křivky, odvážné i elegantní plavky. Přesně to nabídl tradiční Mercedes-Benz Fashion Week v americkém Miami, který skončil včera. Návrháři zde celý týden prezentovali nejnovější trendy v plážovém oblečení na léto. Na snímku předvádí modelka plavky od návrhářského duu Luli Fama.

AP - J PAT CARTER

# Profík Jourová míří do Bruselu

**Z ministryně euro-komisařkou.** Vláda na post nominovala Věru Jourovou.

Výměnou za to, že ČSSD stáhne nominaci svého kandidáta Pavla Mertlíka na eurokomisaře a podpoří Věru Jourovou z ANO, kývle hnutí na navýšení peněz na sociální služby a také vyšší růst minimální mzdy. Přestože šlo o politický handl, zdá se, že spokojeny jsou všechny strany.

„Jsme rádi, že tentokrát neposíláme do Evropské komise žádného trafikanta typu premiéra Špidly, ale skutečného odborníka. Paní Jourovou považují za jednoho z předních našich expertů na čerpání evropských fondů,“ uvedl například šéf Úsvitu Tomio Okamura. Také podle Jakuba Jandy z iniciati-

**Zkušenosti i z basy**



Na místo ministryně sama Jourová doporučila svou náměstkyni Kláru Dostálovou.

- Věra Jourová pracovala v soukromé sféře i v komunální politice v Třebíči. Je členkou hnutí ANO.
- Bývala náměstkyní ministra pro místní rozvoj, nyní tento resort řídí.
- V roce 2006 strávila kvůli podezření z korupce měsíc ve vazbě. Podezření se neprokázalo a soud jí přiznal 2,7 milionu odškodného.

vy Evropské hodnoty má současná ministryně pro místní rozvoj dobré šance v Bruselu uspět: „Jako žena má mezi většinově mužskými kandidáty výhodu a větší šanci získat preferované portfolio, jelikož po kandidátkách něžného pohlaví je poptávka proto, aby byla Komise genderově vyvážená.“ Skvělou volbou je i podle prezidenta Miloše Zemana, ten ale pokáral vládu za to, že výběr kandidátů probíhal příliš dlouho.

Jourová by preferovala zaměření na regionální politiku. „Nebojím se ale ani dopravy či průmyslu,“ poznamenala k resortům, které by vláda ráda pro českého eurokomisaře vyjednala. V září čeká nové členy Komise tradiční „grilování“ před europoslanci, do práce půjdou v listopadu.



**TOMÁŠ BELICA**  
tomas.belica@metro.cz

## Za město. Brno vyhání prostitutky

Se soumrakem postávají na chodnících a mávají na projíždějící řidiče. Spoře oděné ženy nabízející sexuální služby ale mají z brněnských ulic zmizet. Počítá s tím nová vyhláška, která ve městě platí od soboty. „Prostituce nově není paušálně povolena na celém území Brna,“ uvedl včera mluvčí městské policie Ja-

kub Ghanem. „Navíc sledujeme, zda přestupkové komise přistoupí k udělováním zákazů pobytu. Tím by se výrazně zvýšila vymahatelnost pokut,“ dodal pro Metro. Právě tato informace znamená nepříjemnou novinku pro prostitutky, které se při opakovaných pro-



hřeš-

cích mohou dostat až do vězení. Pokud nezabere opakované udělení pokut, mohou být z města vyhoštěny. A když je strážníci chytou příště, už jim hrozí pobyt za mřížemi za maření úředního rozhodnutí. Pokutu mohou od víkend dostat i zákazníci. Tedy pokud by přiznali, že měli zájem o placený sex. **DAV**

INZERCE

OD TVŮRČŮ FILMU AVENGERS

CHRIS PRATT ZOE SALDANA DAVE BAUTISTA VIN DIESEL BRADLEY COOPER  
JAKO PETER QUILL JAKO GAMMA RAY JAKO RAKETA JAKO DRAX JAKO ROCKET RACCOON

**STRÁŽCI GALAXIE**

KAŽDÝ HRDINA MUSÍ NĚJAK ZAČÍT

V KINECH OD 31. 7. VE 3D

EVROPA 2, ICool, iStyle, metro, Katka, Esquire, PEVNOST, JCM, www.metro.cz



## Tropy v Česku vystřídaly bouřky

Byl to ideální letní víkend – Češi se pekli u vody. Včera ale na naše území přišly velmi silné bouřky. Na některých místech Česka budou dnes padat i kroupy. Deštivo by mělo být po celý týden, ale teploty budou stále letní, neklesnou pod 22 stupňů.

MAFRA

## Platy. Politikům více

Platy politiků, a to jak ministrů, tak poslanců a senátorů, příští rok mírně stoupnou. Přesně o jedno procento.

Návrh, který se týká platů ústavních činitelů, schválila včera vláda a posílá ho teď do parlamentu, kde se ještě může změnit. Ministryně práce a sociálních věcí Michaela Marksová tak potvrdila zprávu, se kterou přišel deník Metro už v pondělí.

Právě ona návrh vládě předložila. Ze současných 55 900 korun měsíč-

ně, což je momentálně základní plat poslance, vzroste o šest stovek. Většina poslanců však má různé funkce, a tak bude zvýšení platu mírně větší.

Od základního platu se navíc odvíjejí náhrady pro politiky, které se pohybují v rozmezí 29 000 až 39 400 korun, podle toho, kde mají bydliště nebo poslaneckou kancelář. Platy politiků se vypočítávají jako násobek průměrného platu v nepodnikatelské sféře. **IDNES.cz**

# Když tatka umře, druhý tatka bude moci o jeho dítě pečovat

**Gayové a lesby jsou o něco blíže možnosti osvojení dětí svých partnerů. Část poslanců je tomu nakloněna.**

Homosexuálů, kteří si do svého nového partnerského svazku přivedli děti z předchozího vztahu, je v Česku kolem tisíce. Jenže na rozdíl od rodičů, jež uzavřeli regulérní sňatek, jsou možnosti gayů a leseb dost omezené. A že je to problém, se ukazuje v běžném životě.

Například pokud homosexuální partneři vychovávají dítě a jeho biologický rodič zemře, dítě skončí v ústavu. Druhý z páru totiž k němu nemá žádná zákonná práva. Zrovna tak nemůže v případě nemoci nebo absence rodiče



Cítát

**„Toto rozhodování necháme na členech klubu. Já osobně nejsem toho příznivcem.“**

ZBYNĚK STANJURA  
ŠÉF POSLANECKÉHO KLUBU ODS

druhý z partnerů zastupovat dítě na úřadech, nemůže se ani pít po jeho výsledcích ve škole. „Osvojení dítěte druhým z partnerů je pro homosexuální páry jednou z nejpodstatnější věcí,“ řekl dení-

**Láska jednoho pohlaví**

## 1747

Tolik homosexuálních párů uzavřelo od 1. července 2006 do 31. ledna 2013 registrované partnerství, častěji to byli muži. Za stejnou dobu tento svazek zrušilo 215 párů.

ku Metro Jan Kozubík z iniciativy PROUD, která zrovnaprávnění gayů a leseb prosazuje. Jak dokládají průzkumy veřejného mínění, veřejnost je tomu spíše nakloněna. Také petice PROUD za umožnění osvojení biologických dětí druhým z partnerů má už přes čtyři tisíce podpisů. Pro je i část poslanců.

Ostatně Sněmovna měla tento návrh probírat už loni, ale s jejím rozpuštěním spadl pod stůl. V tomto týdnu by poslanci měli obdržet návrh novely zákona, která osvojení

umožní. Jelikož však jde o poměrně ožehavou záležitost, jednotlivé poslanecké kluby rozhodování nechají na svých členech. „Jde o etické, nikoliv politické rozhodování,“ řekl deníku Metro šéfpolsanec ODS Zbyněk Stanjura. To, kolik jeho poslanců by mohlo zvednout ruku pro návrh, prý ani zjišťovat nehodlá, on sám však mezi nimi nebude.

Kategoricky proti jsou lidovci. „Pro poslanecký klub KDU-ČSL jsou adopce pro homosexuální páry v tuto chvíli nepřijatelné. My jsme tradičními zastánci rodiny ve formátu otec, matka a děti,“ vysvětlovala už dříve postoj mluvčí strany Miriam Farská.

Zástupci čtyřprocentní komunity jsou ale v tomto směru optimističtí.



TOMÁŠ BELICA  
tomas.belica@metro.cz

**Ať si děti osvojí**

Podle červnového průzkumu CVVM jsme větším právům pro homosexuály nakloněni.

- **73 procent dotázaných považuje** zavedení registrovaného partnerství **za správné**, 23 procent to odmítá.
- **58 procent** se domnívá, že by homosexuálové **měli mít právo adoptovat děti** svého partnera/partnerky, s nimiž žijí, opačný názor má 32 procent. Skoro polovina lidí je ale proti tomu, aby směli adoptovat i děti z ústavu.
- Rozdělena **zhruba na půl** je společnost v tom, zda by homosexuálové mohli uzavírat regulérní sňatek.
- 53 procent lidí si myslí, že něčí **přiznání k homosexualitě způsobí problémy** v soužití v místě, kde žijí. O opaku je přesvědčeno 37 procent.

INZERCE

2014

# Superbrands

Business

Svámi od A do Z

Allianz

eiffel optic

BLANIK RADIO

PODRAVKA

HUAWEI

SCAN quilt bytový textil

KOTÁNYI 1881

Bohemia solené

Manner

ČESKO SI ZVOLILO TY NEJLEPŠÍ

na základě hodnocení českých spotřebitelů a odborné poroty Brand Council Česká republika

ČESKÝ SUPERBRANDS AWARDS BUSINESS AWARDS

HRAJTE O CENY SE Superbrands

# Květná zahrada se celá a v novém otevře v září

**Nově upravený Králičí kopec, Ptáčnice, Pomerančová zahrada.** Nejen na to se mohou těšit návštěvníci památky UNESCO.

Obnovená Květná zahrada v Kroměříži se lidem poprvé otevře na začátku září. Zahrada je společně s tamním arcibiskupským zámekem a Podzámeckou zahradou zapsána na listinu UNESCO a patří k největším turistickým lákadlům ve městě.

„Návštěvníci v ní uvidí nově upravený Králičí kopec, Ptáčnici, Holandskou a Pomerančovou zahradu, Pstruží rybníky a nový pěstební skleník,“ řekla mluvčí kroměřížského pracoviště Národního památkového ústavu Dag-

mar Šnajdarová. Po obnově zahrady se lidé také dostanou na místa, která byla dosud nepřístupná.

„V současné době vrcholí práce na nové úpravě cest, probíhá výsadba květinových záhonů a malé vinice, je pokládán travní koberec v Edukační zahradě a na Králičím kopci již raší první tráva. Minulý týden proběhla kolaudace vstupního objektu, zahradnictví a obslužných domků pocházejících ze 17. století, ve kterých se nachází edukační místnosti, sklady a sociální zařízení,“ uvedla Šnajdarová.

Již nyní mohou lidé nahlédnout do Holandské zahrady a obdivovat funkční Neptunovu fontánu a rozkvetlé záhony trvalek. Pstruží rybníky jsou už napouštěny vodou.

Květná zahrada nebyla po dobu úprav pro návštěvníky uzavřena. Obnova zahrady začala na podzim 2012 a stála 230 milionů korun. **ČTK**



Květná zahrada je i na seznamu UNESCO.

## Bezdomovec. Muž ho ubil k smrti

Na pražské tramvajové zastávce Hradčanská včera ráno zemřel třiadvacetiletý bezdomovec. Nepřežil útok agresivního muže, který ho zbil pěstmi a zkopal. „Útočníka, kterému za těžké ublížení na zdraví s následkem smrti hrozí až 16 let vězení, hledá policie,“ řekla včera mluvčí pražské policie Jana Rösslerová. Útočník krátce před sedmou hodinou ranní surově napadl ležícího bezdomovce a poté odešel směrem k Vítěznému náměstí. Záchranáři se těžce zraněnému snažili pomoci. Ten však po několika minutách upadl do bezvědomí a zemřel. Detektivové útočníka hledají a požádali veřejnost o spolupráci. Muž je ve věku mezi třiceti až pětatřiceti lety, vysoký 175 až 180 centimetrů, střední postavy. Má delší dřeď, kolem uší je vyholený. Při útoku měl na sobě maskáčové kalhoty, hnědé tričko a na rukou černé rukavice. Informace lze poskytnout na bezplatné lince 158 nebo kterékoli policejní službě. **ČTK**

INZERCE

## Léto v lázních Poděbrady

### Dámský víkend

Tři dny v hotelu Zámeček\*\*\*\*, polopenze a 4 lázeňské procedury **již od 3.590 Kč**

### Léto, lázně, Poděbrady

Šest dní v hotelu Zámeček\* \*\*\*, plná penze a 7 lázeňských procedur **již od 6.790 Kč**

Informace a rezervace:

[www.lazne-podebrady.cz](http://www.lazne-podebrady.cz)

[ck@lazne-podebrady.cz](mailto:ck@lazne-podebrady.cz)

tel. 325 606 500



**LÁZNE PODEBRADY**  
AKČIOVÁ SPOLEČNOST

### Zprávy krátce

#### Nejvýznamnější osoba

Anketu o historicky nejvýznamnější osobnost spojenou s Plzeňským krajem připravuje plzeňské hejtmanství. O titulu rozhodnou v zimě hlasováním obyvatelé regionu. Kraj jim nejspíš nabídne na výběr zhruba z 20 historických i současných osobností spojených životem či prací s regionem.

#### Kvůli daním padlo dvanáct obvinění

Po rozsáhlém policejním zátahu kvůli daňovým deliktům v Olomouckém kraji na konci minulého týdne bylo obviněno deset lidí a dvě právnické osoby. Způsobená škoda se pohybuje v desítkách milionů korun. Na případu kriminalisté stále pracují. **ČTK**



#### V Hološovicích chystají slavnosti

V Hološovicích na Českokubějovicku připravují 17. Selské slavnosti. Do vesnice na seznamu UNESCO přijíždí každoročně na tradiční staročeský jarmark více než deset tisíc návštěvníků. V kulích selského baroka na návsi mohou sledovat při práci řemeslníky. Součástí letošního ročníku, jenž začíná v pátek a potrvá do neděle, bude soutěž O nejlepší jihocheskou buchtu a koláč.

MAFRA

## Zprávy krátce

## Izraelci postříleli radikály

Do Izraele pronikla včera tunely z Pásmu Gazy dvě komanda palestinských radikálů. Izraelští vojáci všech jejich deset členů zastřelili. Obyvatelé v blízkosti severní hranice pásma dostali pokyn nevycházet z domovů. Boje byly součástí operace, kterou Izrael zahájil proti radikálům 8. července. Vyžádala si už přes 500 mrtvých, z toho většina jsou Palestinci.

## Zatkli obávaného drogového bossa

Ve španělském městě Alicante byl zatčen jeden z nejlépe známých kolumbijských drogových bossů Hernán Alonso Villa přezdívaný El Ratón (Mysák). Villa je spojován se čtyřmi stovkami vražd, vede síť 200 drogových překupníků a nájemných vrahů, kteří stojí za dovozem kokainu do Španělska, Nizozemska a USA. **ČTK**

## Tajné služby. Němci sledují sociální sítě

Německé tajné služby se stále více zaměřují na sledování sociálních sítí. Kontrarozvědky chce ve velkém sbírat veřejně dostupné informace ze sociálních sítí a analyzovat je, aby mohla snáze odhalit levicové a pravicové extremisty nebo islámské radikály, kteří by mohli znamenat nebezpečí pro společnost. Šéf kontrarozvědky si však postěžoval, že vzhledem ke špatnému obrazu tajných služeb, které jsou často v médiích označovány za špicly, má jeho úřad potíže s nabíráním nových zaměstnanců pro sledovací program. **ČTK**

# Premiér Ukrajiny: Už je toho dost, Putine



Experti jsou na místě.

## Mezinárodní tým expertů dorazil na místo pádu malajsijského letadla.

Ve městě Torezu, kde stojí vlak s pozůstatky obětí katastrofy, kontrolují situaci členové mise Organizace pro bezpečnost a spolupráci v Evropě (OBSE). Experti na místě pádu podle Kyjeva během dopoledne detailně prozkoumali a zdokumentovali centrální část trupu Boeingu 777, na jehož palubě minulý týden zahynulo 298 lidí, z toho 193 Nizozemců.

Záchranáři z místa pádu letadla přepravili do chladiřských vagonů těla všech obětí,

pečnost a spolupráci v Evropě (OBSE). Experti na místě pádu podle Kyjeva během dopoledne detailně prozkoumali a zdokumentovali centrální část trupu Boeingu 777, na jehož palubě minulý týden zahynulo 298 lidí, z toho 193 Nizozemců.

## Rakousko. Změňme hymnu, je zastaralá

Rakouská ombudsmanka požaduje vyhlášení soutěže na novou státní hymnu. Text té současné je prý zastaralý. Výzva je příspěvkem k probíhající společenské debatě o genderové vyváženosti jednoho ze symbolů rakouské státnosti.

Rakouská hymna Země hor, země řek se od svého uzákonění na konci čtyřicátých let minulého století několikrát změnila. Poslední úpravu schválil parlament v roce 2011, kdy se pasáž „vlast jsi velkých synů“ změnila na „vlast velkých dcer a synů“.

Podle rakouské veřejné ochránčynie práv jsou i další pasáže písně neaktuální. Například verš, v němž se zpívá o „zemí polí, zemi katedrál, zemi kladiv“, už prý v současné informační společnosti neobstojí.

Měla by proto vzniknout moderní hymna, na níž by se měli podílet především mladí umělci.

Brineková v této souvislosti poukázala na Švýcarsko, kde v současné době soutěž na novou moderní hymnu probíhá. **ČTK**

INZERCE

## OLMAN SERVICE s. r. o.

přijme pracovníky osoby se zdravotním postižením na pozici:

**UKLÍZEČ/KA** na HPP v Českých Budějovicích.

**Volejte 730 186 797**

## Tým vyšetřovatelů

31

Tolik expertů má zkoumat trosky a pozůstatky obětí. Tři advokát z nich jsou Nizozemci, dva Němci, dva Američané a jeden Brit a tři Australané.

oznámil včera v Kyjevě ukrajinský vicepremiér Volodymyr Hrojsman. Vlak podle něj odjel v šest večer našeho času do Charkova. Pak budou všechny pozůstatky převezeny do Nizozemska.

Množí se zároveň zprávy, že separatisté manipulují důkazy, které by mohly ukazovat na jejich vinu.

„Neočekávám od ruské vlády nic. Dodává povstalcům zbraně, posílá jim bojovníky. Putin by měl pochopit, že už je toho dost. Tohle není konflikt mezi Ukrajinou a Ruskem. Je to mezinárodní konflikt,“ vyjádřil se včera k situaci ukrajinský premiér Arsenij Jaceňuk.

Malajsijský premiér po jed-

## Útok

Ukrajinské ozbrojené síly včera zahájily útok na baštu proruských separatistů, Doněck.

- Jde o první velký ozbrojený střet v oblasti od čtvrtletní katastrofy malajsijského civilního letounu.

- Ukrajinský prezident Petro Porošenko však nařídil armádě zastavit bojové operace v okruhu 40 kilometrů od místa pádu trosk letadla.

## Finanční podpora

Společnost Malaysia Airlines poskytne každé rodině pasážíků sestřeleného letadla okamžitou finanční pomoc.

- Ta by měla být ve výši pěti tisíc dolarů.

nání s vůdcem separatistů včera večer ohlásil, že rebelové mají předat černé skříňky z boeingu malajsijským expertům. **ČTK**

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, palác koruna, Praha 1, po-pá 8.30-12.30, 13.30-17.00 hod. Tel: 225 065 177, 178, fax: 225 066 653

## Finance - nabídka

• 1. platba až po vyplacení půjčky! AKompas.cz půjčky bez registru, peníze do 3 dnů. Kanc. Brno, vl. zdroje + zprostřed. pro 2 věřitele. 732744679 i SMS

## Práce - nabídka

• Přijmeme BEZPEČNOSTNÍ PRACOVNÍKY. Nástup ihned - celá ČR. Nabízíme HPP, bonus za nástup 2 000,- Kč, motivační odměny, stabilní zaměstnání. Požadujeme trestní bezúhonnost a spolehlivost. Volejte zdarma: 800 111 112, e-mail: nabor@m2c.eu.

## Služby - nabídka

## VÝKUP ZLATA!

za nejlepší cenu hotové nejlépejší půjčky na zlato  
www.avarrio.cz  
Soukenická 8, Praha 1  
**737 858 585**



## Intimní - nabídka

E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, tech. zajišťuje Materna, jen pro starší 18let, 15smo/50Kč vč DPH; 1min/90Kč vč DPH, www.ema.cz, www.platmobilem.cz

• Zavolej! Jsem sice osklivá, ale když bude tma? Tel.: 724 828 446!

• Nezávislá ředitelka! Chci milence, který mi dopřeje sex! Odměním se! Nebudeš litovat! Piš SMS ve tvaru 66ZGZ a text na 909 15 45

• Dúchodkyně Olina (70). Kdo si myslí, že sex v 70-ti neexistuje se mylí! T.: 909 90 99 25 nebo piš SMS na 909 15 50 s kódem 41PEB a textem!

• Klára (63 let). Samota mě tíží! Splň mi má tajná přání! Sladká odměna! Volej 909 801 801 kód HEH36



## Padesát odstínů šedi

První trailer filmové adaptace knihy Padesát odstínů šedi spatří světlo světa tento týden. Charlie Hunnam (viz foto) hlavní roli Christiana Greye sice odmítl, přesto se nechal slyšet, že už se nemůže dočkat, až bude film v kinech. **AP**

# Letní čtení. Jak porazit prokrastinaci

V předchozím a tomto týdnu vám přinášíme ukázky z e-knihy *Konec prokrastinace* od autora Petra Ludwiga.

**S**íla skupinové vize „Musíme se spojit dohromady.“

Chceme-li změnit svět, musíme se spojit, musíme umět spolupracovat.“ Tato myšlenka, kterou vyjádřil švýcarský filosof Alain de Botton, obsahuje klíč ke skupinové motivaci.

Mají-li lidé podobné osobní vize, je mnohem snazší vytvořit hnutí, organizaci nebo jiné seskupení, které dokáže věcmi opravdu hýbat. V případě, že se lidé spojí pro nějakou společnou vizi, objevuje se velmi silná skupinová motivace. Zapadá-li naše osobní vize do vize společnosti, jehož jsme součástí, vzniká u nás sdílená emoce meaning. Ta je jedním z nejsilnějších hnacích motorů, který posouvá lidstvo v naší historii dále – dokázal svrhnout diktátory, spustil revoluce nebo nastartoval další změny, které přeměnily celý svět.



**POKUD SE SPOJÍME S LIDMI, KTEŘÍ MAJÍ PODOBNOU VIZI, JAKO MÁME MY, MŮŽE VZNIKNOU VELMI SILNÁ SKUPINOVÁ MOTIVACE.**

Společný smysl a jím vytvářenou sdílenou emoci meaning zažívají lidé po celém světě. Pracují s ní snad

všechna světová náboženství, prožívají ji společně fanoušci při sportovních zápasech nebo ji dokumen-

**VÍTE, ŽE ELEKTRONICKÉ KNIHY JSOU LEVNĚJŠÍ O 30–40 % NEŽ TIŠTĚNÉ?**

- › Tisíce titulů v češtině, desítky žánrů
- › Pravidelné slevové akce
- › Jednoduchý nákup
- › www.knihy.idnes.cz



Povídky můžete číst též v elektronické podobě na [e.metro.cz](http://e.metro.cz)

**Knihy**  
IDNES.cz

tují zážitky veteránů z války.

Motivace skupinovou vizí byla také klíčem k vysokému nasazení zaměstnanců

## Vážení čtenáři,

po celé léto můžete v Metru najít letní povídku či čtení.

- Deník Metro včetně povídky si můžete přečíst též elektronicky na [e.metro.cz](http://e.metro.cz).
- Povídky přinášíme spolu se serverem [knihy.idnes.cz](http://knihy.idnes.cz), kde lze tyto, ale i jiné knihy zakoupit.

ve většině inspirativních firem, které jsem navštívil. Skupinová vize, kterou v Novo Nordisk inspirovali zaměstnanci k děláni práce pro její hlubší smysl, je jen jedním z příkladů.

Simon Sinek ve své přednášce „Jak velcí vůdci inspirovali k akci“ popisuje sílu skupinové vize následovně: „Najmete-li někoho jen proto, že umí dělat nějakou práci, bude pracovat jen pro vaše peníze. Ale pokud najmete lidi, kteří věří tomu, čemu věříte vy, budou pro vás pracovat s nasazením krve, potu a slz.“

INZERCE

Cena 89 Kč

LIDOVÉ NOVINY

**101**

**POHNUTÉ OSUDY**

**NOVÉ PŘÍBĚHY**  
českých osobností  
116 stran

**K DOSTÁNÍ V TRAFIKÁCH NEBO PŘES SMS**

• Matoušek • Čerepková • Holík • Juráček • Novák • Šittr  
• Svojtka • Sahuła • Bartošová • Sepěší • Höger • Bernášková  
• Čapek • Jandera • Kryl • Rösner • Grossmann • Dajmal

## NOVÉ ŽIVOTNÍ PŘÍBĚHY, KTERÉ STOJÍ ZA PŘEČTENÍ

V pořadí již čtvrtý z úspěšné řady speciálů 101 LN Pohnuté osudy je tady. Přečtěte si o životech osobností, které máme rádi. Magazin najdete v trafikách nebo si jej můžete objednat do schránky. Stačí poslat SMS ve tvaru **LN 054E JMENO PRIJEMI ULICE CÍSLO MESTO PSC** (vzor: LN 054E Jan novak jindrisska 16 praha 1 11000) na číslo **902 11** a my vám jej doručíme na uvedenou adresu. Edici 101 LN si můžete číst i ve svém **iPadu a iPhoneu**. Aplikaci stahujte v AppStoru.

Cena odeslané SMS podle běžného tarifu vašeho operátora, konečná cena za speciál, včetně poštovního a balného, je hrazena příchozí zpoplatněnou SMS ve výši 60 Kč vč. DPH. Službu zajišťuje ATS, infolinka 296 363 199 (po–pá 9.00–16.00), [www.platmobilem.cz](http://www.platmobilem.cz)

## Sudoku

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

## Napište svou bublinu



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



Napadá vás vtipný popisek?

## Počasí

## DNES



Min. 21  
Max. 25

## ZÍTRA



Min. 22  
Max. 26

## ČTVRTEK



Min. 23  
Max. 27

## PÁTEK



Min. 24  
Max. 28

## Stupeň zátěže pro dnešek: bio 2

**Střední zátěž.** Rizikové skupiny by se měly vyvarovat zvýšené fyzické a psychické zátěže a věnovat pozornost svému zdravotnímu stavu.

**Teplotní rekord:** 35 °C

**Rok výskytu:** 1995

## ČT1

- 12:30 Hercule Poirot
- 13:20 Horákoví
- 14:15 Okouzlení (17/20)
- 15:10 Chalupa je hra
- 15:35 Jsou hvězdy, které nehasnou
- 16:35 Vše o vaření
- 16:55 Cestománie
- 17:25 Všechnopárty
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 AZ-kvíz
- 18:55 Události za okamžik a počasí
- 19:00 Události
- 19:50 Branky, body, vteřiny



## 20:00 Vinnou - Rudy gentleman

Western (Fr./N/It., 1964). Hrdinný náčelník Apačů přináší vlastní oběť za mír mezi bělochy a indiány. Na motivy románů Karla Maye. Hrají: P. Brice, L. Barker, K. Dorová, T. Hill, K. Kinski a další. Režie H. Reinl

- 21:35 Poklad byzantského kupce
- Krimikomédie (ČR, 1966)
- 23:12 Losování Šťastných 10 a Šance milion
- 23:15 Hercule Poirot
- 00:05 M15 IV (8/10)
- 01:00 AZ-kvíz
- 01:25 Zajímavosti z regionů
- 01:55 Chalupa je hra
- 02:15 Dobré ráno
- 04:45 Etiketa

## ČT2

- 12:45 Panství Versailles
- 13:40 Kanadská policejní škola
- 14:35 Letecké katastrofy: Osudná noc nad Rudým mořem
- 15:30 Středověk (6/6)
- 16:30 Operace Navy SEALs (3)
- 17:20 Moje rodina X
- 17:50 Směr rovník: Útesy hojnosti
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Pán času (13/13)
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy v českém znakovém jazyce



## 20:00 Dějiny světa (3/8)

Dok. cyklus. Vládnout světu budou králové a císaři, nebo bohové? Dokumentární cyklus BBC

- 20:55 Letecké katastrofy: Smrtící mrak
- Dokument (Kan./VB)
- 21:50 Past
- Drama (ČR, 1950)
- 23:25 Sestřička Jackie III (3/12)
- 23:55 Přžití!
- 00:45 Americké století očima Olivera Stonea (3/10)
- 01:45 Cestománie
- 02:10 Za každou cenu?
- 02:35 Oheň
- 03:05 Malé vodní elektrárny
- 03:15 Babylon
- 03:40 Z vesnice město
- 04:00 Evangelici z Velké Lhoty
- 04:25 Sabotáž

## NOVA

- 12:25 Sue Thomas: Agentka FBI II (13)
- 13:25 Beze stopy VI (16)
- 14:20 Zákon a pořádek: Zločinné úmysly VI (20)
- 15:15 Ordinance v růžové zahradě 2 (74)
- 16:30 Krok za krokem VII (8)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 17:35 Hospoda (17)
- 18:15 Pojišťovna štěstí
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



## 20:20 Chalupáři (4)

Komedijní seriál (ČR, 1975). Evženovi mladí mají v plánu nastěhovat se na léto k dědovi do podkrovní a adaptovat si pro sebe půdu. Mezitím se oba sokové - Evžen a Bohouš - chystají k útoku na Dášino srdce... Hrají: J. Sovák, J. Kemr, J. Bohdalová, I. Prachař, H. Maciuchová

- 21:15 Víkendové prázdniny
- 21:50 Kriminálka Miami (1)
- 22:50 Zákon a pořádek: Útvar pro zvláštní oběti XIII (6)
- 23:45 Kriminálka Anděl II
- 00:50 Zákon a pořádek: Zločinné úmysly VI (20)
- 01:30 Mike a Molly III (13)
- 01:50 Novoshopping
- 02:20 Kriminálka Miami (1)

## PRIMA

- 12:25 Julie Lescautová VI (1)
- 14:15 Wolffův revír II (10)
- 15:15 Siska VI (6)
- Nejdřív přijde strach. Krimiseriál (N, 2004)
- 16:30 Komisař Rex VII (10)
- Všechno nejlepší k narozeninám. Krimiseriál (N/Rak., 2002)
- 17:30 Odpolední zprávy
- 18:00 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimi zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 VIP zprávy



## 20:15 Jeden z nich je vrah

Krimifilm (ČR, 1970). Bývalý řidič kamionu se vrací z vězení, kde si odpykal trest za pašování uměleckých předmětů. Jeho jedinou myšlenkou je pomstít se bývalým kumpánům. Hrají: J. Adamira, J. Somr, I. Prachař a další

- 22:05 Přeslapy (7)
- Seriál (ČR)
- 23:25 Myšlenky zločince VIII (22)
- Krimiseriál (USA, 2013)
- 00:15 Spravedlnost v krvi III (4)
- 01:10 Vraždy v Kitzbühelu IV (8)
- 02:05 Siska VI (6)
- 03:05 Wolffův revír II (10)
- 03:50 Nikdo není dokonalý

## PRIMA COOL

- 12:30 Akta X V (10)
- 13:25 Dobyvatelé ztracené
- 14:20 Simpsonovi VII (16)
- 15:20 Bojič mýtů (2)
- 16:20 Ztracení (11)
- 17:15 Jmenuju se Earl II (16)
- Námořní vyšetřovací služba L. A. IV (8)
- 17:40 Simpsonovi VII (18)
- 18:30 Simpsonovi VII (19)
- Ryba jménem Selma. Anim. seriál (USA, 1995-1996)
- 19:20 Kdo přežije: Vanuatu (6)



## 20:15 Top Gear XIX (3)

Magazin (VB, 2013). Nejslavnější motoristický magazin světa, který pravidelně sleduje tři sta milionů diváků. Vizualně působivé představení vozů je doprovázeno odlehčeným komentářem...

- 21:20 Teorie velkého třesku VII (19)
- Sitcom (USA, 2014)
- 21:45 Partička
- 22:40 Pohřbená zaživa
- Horor (USA, 2007)
- 00:30 The Big Bang Theory VII (19)
- 00:50 Jmenuju se Earl II (16)
- 01:15 Partička
- 01:50 Akta X V (2)
- 02:40 Pohřbená zaživa
- 04:10 Liga snů III (8)

## OČKO

- 06:00 Ranní fresh
- 10:00 Mixxxer
- Live pořad, který roztáčí naši moderátory. Dvojnásobná porce zábavy, nejdřív srandy, chat s hosty, soutěž a performance v Mixxxer show a pak klipy na přání celou hodinu
- 11:00 Mercedes Benz Space
- Hitparáda downloadů, uvádí: Ondra Havel
- 11:30 Očko hity
- Klipy nonstop



**18:00 Millennium**  
Největší hity nového milénia. Šťastné jestli si ještě vzpomeneš, s jakými hity jsme před lety rozjžděli nové tisíciletí?

- 20:00 CZ & SK
- České a slovenské klipy. Nová videa prokládáme starými klipy, na které je pořad radost se podívat! Simply the best
- 21:00 Party ride
- Ty největší hity všech dob. Jednoduše to nejlepší od šedesátých let až po současnost
- 22:00 Dynamický playlist do klubu i na domácí party
- 00:00 Očko flirt
- Proud klipů se vzkazy diváků Očka

## Kvíz

- 1 Hadriánův val bylo kamenné a hliněné opevnění, které se táhlo napříč severní částí:  
a) Anglie  
b) Belgie  
c) Francie
- 2 Jediný britský panovník, který po necelém roce abdikoval kvůli sňatku s rozvedenou Američankou:  
a) Jiří VI.  
b) Eduard VIII.  
c) Robert I.
- 3 Režisér, scenárista a producent David Ondříček debutoval v roce 1996 filmem:  
a) Samotáři  
b) Šeptej!  
c) Jedna ruka netleská
- 4 Myšlenka SOS dětských vesniček vznikla v Rakousku díky pedagogu Gmeinerovi roku:  
a) 1949  
b) 1959  
c) 1969
- 5 Dříve představený muslimské obce, později znalec Koránu i muslimský duchovní:  
a) chalífa  
b) mirádž  
c) imám

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

## Sloupek

TEREZA  
BOUČKOVÁ

SCENÁŘISTKA A SPISOVATELKA

ZRUCHAT SE  
POZITIVNĚ!

V létě je Praha tak příjemná – když není 35 stupňů a člověk nemusí být v kanceláři nebo obchodě nebo tramvaji jako řidič. Parky jsou plné kytek, tramvaje poloprázdné, zahrádky před hospodami bzučí hovorem. A jak to kolem Vltavy navěčer žijet! Na náplavce jsou procházkaři, cyklisti, bruslaři, běžci a dál od středu města je na obou březích spousta loďnic. Řeku brázdí kromě výletních lodí taky kajaky a skify. Sedí

## Cítát

Parky jsou plné kytek, tramvaje poloprázdné, zahrádky bzučí hovorem.

kají Velký Holky. Už jsem byla na jejich tréninku 4x. Jako osoba bez vodácké minulosti jsem myslela, že si na vodě budeme povídat, koukat kolem, opalovat se a tak. Pěkně jsem se spletla. Tyhle ženské i trénují jako o život. A tak jsem zatím ze svého místa na lodi pro 20 žen, kormidelnici a bubenicí, viděla akorát záda té, co seděla přede mnou. A i když jsem se zatím jen zruchovala, v noci nemohla spát a druhý den se nemohla hnout, bylo a je mi skvěle. Ptala jsem se Holec – mnohé spolu jezdí už hodně let – na co jsou nejpysnější?

V roce 2013 vybojovaly na ME v Hamburku 2 stříbrné a 1 bronz. A taky prohánějí v nejvyšší domácí soutěži ženy o dvě generace mladší a užívají si to. Nejvíce je ale těší, že je do a dojedou za každého počasí! Třeba na krev. Jsou kamarádky a partačky. Co je víc?

## Dopisy a vzkazy

## Zasahovat do výchovy dětí?

Žiji v Brně společně se svým šestiletým synem. 17. července jsem s ním byla ve městě, kde jsem jej opakovaně napomenula, aby se díval na cestu. Když jsme přišli na hlavní nádraží na zastávku MHD, syn se opět zajímal o jiné věci, a tak celkem silně vrazil do paní, která stála na zastávce. Paní se velice lekla. Omluvila jsem se a syna pokárala a velmi symbolicky jej plácla po zadku, aby si uvědomil, že byl za toto opakovaně napomenut a nemůže narážet do lidí. Paní omluvu přijala. Se synem jsme se posadili na lavičku, kde seděla naprosto cizí paní. Ta na mě začala útočit, že si nemohu na synovi vylévat vztek a jaký je on chudáček. Na to konto se syn rozbřečel (neboť viděl, že přitáhl pozornost, ale hlavně byl bezdůvodně litován). Chtěla bych touto cestou požádat spoluobčany o zvážení, zda je nutné zasahovat do výchovy matek, které se budou umět ohleduplně chovat k ostatním lidem. **VĚRA FIALOVÁ, BRNO**

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

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

## Výrok dne



## „Jsem prostě nejlepší v Evropě.“

KAREL KADEČKA  
SOFTBALISTA

Téměř rok hrál čtyřiatřicetiletý Kadečka bez přestávky a v pauze na domácí scéně dokonce odjel za softbalem na Nový Zéland. A to všechno proto, aby mohl ve svém rodném Havlíčkově Brodě slavit s českým týmem titul mistra Evropy.

## Slovo dne

## EPIZODA

(z textu Kancelář Blaník uveřejněného na této straně)

Drobný vedlejší příběh, jev, kratší uzavřený dějový úsek nebo vložený vedlejší příběh v eposu, románu, dramatu apod.

ZDROJ: AKADEMICKÝ  
SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



## Zprávy v obrazech



## Keb' Mo'. Blues na Hradě

Svou tuzemskou premiéru si ve čtvrtce ve Španělském sále Pražského hradu odbude přední americký bluesový kytarista a zpěvák Keb' Mo', trojnásobný držitel Grammy. Do Prahy přiveze své nové, v pořadí již dvanácté album BLUESAmericana, které vyšlo 22. dubna k dvacátému výročí debutu nazvaného prostě Keb' Mo'. PR



## Kancelář Blaník. Bude mít 2. sérii

Čtrnáctým dílem skončila první série politického internetového seriálu Kancelář Blaník. Díky zájmu diváků bude seriál na podzim pokračovat, tvůrci tak během léta chystají novou sérii. V jednotlivých epizodách Kanceláře Blaník se filmaři v čele s režisérem Markem Najbrtem dotkli celé řady aktuálních politických fenoménů a kauz. PR

## Řešení sudoku

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

## Anketa Jaká reklamní plocha vám v Praze pije krev?



**Vašek Švehla**  
Vadí mi všechny reklamní billboardy, a nejvíce ty světelné.

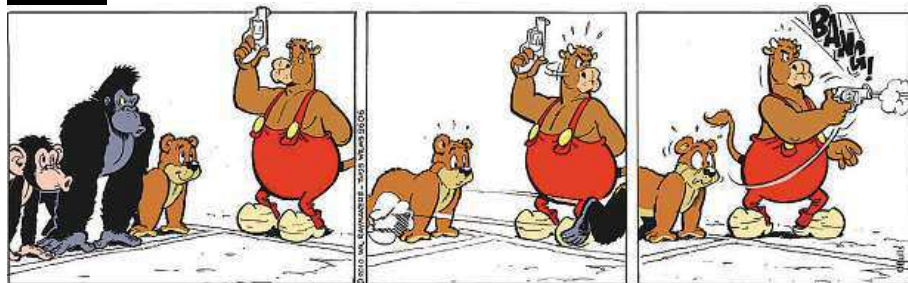


**Michal Holas**  
Světelná reklama na budově naproti Nuselskému mostu směrem do centra.



**Ondřej Klábík**  
Každá a všude. Je to hnus, jak je Praha zaplácáná reklamou.

## Komiks





# Noční pomočování může trápit i velké děti. Co s tím?

**Ráno zjistíte, že má vaše dítě mokré prostěradlo – v noci se počuralo. Jak je to možné? Nikdy předtím se to nestalo.**

Noční pomočování větších dětí, které se opakuje, a nejedná se tedy o ojedinělou záležitost, patří mezi nemoci. Odborně se nazývá funkční enuréza a vyskytuje se až u 20 procent populace ve věku 5 až 12 let. Tedy u každého pátého dítěte.

„Základem nočního pomočování obecně mohou být faktory somatické, tedy například genetická dispozice, drobné odchylky močového ústrojí či odchylky hormonální regulace, ale i psychogenní,“ vysvětluje klinická psy-

choložka Lenka Malátová ze Všeobecné fakultní nemocnice v Praze. Mezi příčiny patří špatné návyky při příjmu a výdeji tekutin, nesprávná výživa, poruchy spánku nebo porucha funkce močového měchýře, ale i stres či problémy ve škole či v rodině.

Děti by rozhodně neměly být za noční pomočování trestány, ale ani jejich problém nepřehlížejte. Není-li toto onemocnění řešeno včas, může mít nepříznivý dopad na psychiku dítěte. Pomočování může být pro školní děti stresující a vést k pocitům zahanbení, selhání nebo méněcennosti.

„Pokud se takový problém objeví v souvislosti s pobytem na táboře či na dovolené, nelze vyloučit, že taková zkušenost je pro dítě takzvaným zvršeným adaptačním nárokem. Ten má různé důvody – stres, strach, smutek, změna režimu, kvalita vrstevnic-



Někdy pomohou ke zklidnění i speciální pleny. PROFIMEDIA.CZ

kých vztahů, náročnost tábořového dění,“ vysvětluje psycholožka.

Jak tedy dítěti s jeho problémem pomoci? „Důležitý je režim spánku a buzení, pitný režim, psychoterapie, pozitivní motivace dítěte a medikamentózní léčba. Účinná léčba je vždy kombinací více

postupů. K psychické podpoře dítěte a klidu rodiny mohou pomoci speciální pleny. Odstraní stres a napětí, které jsou překážkou v klidné soustavné práci s dítětem, bez níž se komplexní léčba nočního pomočování neobejde,“ říká pediatr Martin Gregora. **JANA ŠTEFANOVÁ**

## Co dělat

**Pokud si dítě špatně zvyká na nové prostředí, před odjezdem na tábor je dobré se poradit s odborníkem.**

- Když plánujete cestu na dovolenou do hotelu společně, před odjezdem si o tom s dítětem povídejte, ukažte mu obrázky místa, kam jedete, na internetu, připravte ho na pobyt jinde.
- Pokud se dítě pomočuje občas a není to nic pravidelného nebo často se opakujícího, je dobré ho uklidnit, že se neděje nic katastrofického a může se to stát každému.
- Je-li tento problém závažnější, dítě se pomočuje často a nic nepomáhá, je načase vyhledat psychologa nebo pediatra.

Více na [www.snyvsuchu.cz](http://www.snyvsuchu.cz)

INZERCE

## Váš pomocník při nočním pomočování

# HUGGIES® DryNites®



- ★ diskrétní plenkové kalhotky pro děti od 3-15 let v různých velikostech
- ★ poskytují klid a nerušený spánek po celou noc
- ★ vypadají jako běžné spodní prádlo
- ★ vyrobeny z jemného a nešustivého materiálu
- ★ různé pro holky a kluky

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

# Zranili jste se v cizině? Volejte asistenční službu

**Jak postupovat, když se v cizině zraníme nebo onemocníme?**

Základem je cestovní pojištění. „V případě nemoci či úrazu na dovolené v zahraničí doporučujeme klientům neprodleně kontaktovat asistenční službu. Operátoři co nejrychleji vyhledají vhodnou nemocnici nebo pohotovost a klienta do ní nasměrují. Pokud se jedná o naléhavý případ, přivolají sanitu,“ radí mluvčí České pojišťovny Ivana Buriánková. „Vždycky mějte u sebe telefonní číslo na asistenční službu. Nikdy v cizím jazyce nepodepisujte nic, čemu nerozumíte. V případě rozporů máte právo přivolat policii, která vše vyšetří a zdokumentuje. Pokud se stanete účastníkem nehody, je dobré mít svědky. Vyplatí se také pořídit fotky nebo video,“ dodává Buriánková.

Některá zahraniční zařízení akceptují úhradu prostřednictvím pojišťovny. V těchto případech za klienta pojišťovna vše vyřídí. Jiná však trvají na



V některých zemích hradí výlohy pojišťovny, jinde musíte zaplatit na místě. PROFIMEDIA.CZ

úhradě na místě. „V takovém případě doporučujeme mít veškeré účtenky a lékařskou zprávu a po návratu z dovolené vše vyřešit se svou pojišťovnou,“ doplňuje mluvčí.

V počtu asistenčních zásahů dominuje mezi cílovými destinacemi Egypt, Turecko a Řecko. „Velmi často se setkáváme se zažívacími potížemi, infekcemi dýchacích cest, ale také s komplikacemi spojenými s nadměrným sluněním,“ varuje Buriánková.

Se vzrůstající oblibou exotických zemí se zvyšuje riziko nakažení infekční choro-

## Citát

**Vždycky mějte u sebe číslo na asistenční službu. Nepodepisujte nic, čemu nerozumíte.**

IVANA BURIÁNKOVÁ, Č. POJIŠŤOVNA

bou. Mnoho lidí situaci podceňuje. „Riziko není stejné pro každého cestovatele a je velmi ovlivněno jeho chováním. Lidé si často neuvědomují, že v zemích, kam cestují, jsou odlišné klimatické podmínky a zcela jiný životní styl

včetně stravovacích návyků,“ varuje hlavní hygienik Vladimír Valenta.

Jedním z nejdůležitějších preventivních opatření je očkování. „Při cestách do exotických zemí je velmi doporučuji i přesto, že nejsou většinou hrazena z veřejného pojištění. Investovat do snížení rizika onemocnění se určitě vyplatí a ušetří vám mnoho strastí při onemocnění a peněz spojených s budoucí léčbou,“ radí náměstek pro zdravotní pojištění ministerstva zdravotnictví Tom Philipp. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

## Zdravotní rizika

**Na co si dát v cizině pozor:**

- Dávejte přednost konzumaci řádně tepelně upravených jídel.
- Potraviny, které se tepelně neupravují, konzumujte ihned po zakoupení nebo je co nejdříve dejte do chladničky.
- Důsledně dodržujte zásady bezpečné přípravy stravy, to znamená oddělené plochy a pomůcky pro manipulaci s tepelně neopracovanými surovinami a finálním pokrmem.
- Dodržujte zásady osobní hygieny, především si před konzumací či přípravou jídla myjte ruce.
- Nepoužívejte vodu z neznámých zdrojů.
- Zeleninu a ovoce, které se neloupe, důkladně omyjte před konzumací pitnou vodou.
- Při výskytu komárů používejte repelenty a při pobytu v přírodě noste vhodný oděv.

INZERCE

## Cukrovce je třeba předcházet

Cukrovka je považována za civilizační onemocnění, ale lidé jí trpěli odjakživa. První, kdo našel účinný prostředek k její léčbě již v dávnověku, byli indiští lékaři. Nemocným podávali výluh z rostliny, kterou nazývali Gurmar, v překladu „zabíjí cukr“. Cukrovka je sice nevyléčitelné onemocnění, ale gurmar umožňoval s nemocí úspěšně bojovat.

se žádnými nežádoucími účinky, navíc potlačuje často nezvladatelné chutě na sladkosti a podporuje redukci váhy. Celosvětová spotřeba přípravku logicky stoupá a v loňském roce jeho výroba překročila 70 tun. K masové spotřebě gurmaru došlo nejdříve v USA a před 14 lety začala dodávat Gurmar do českých lékáren jako doplněk stravy společnost



Současná věda přinesla k povaze nemoci mnoho nových poznatků a umožnila vývoj moderních léků. Jak se ale ukázalo, gurmar, nyní ve formě farmakologicky zpracovaného extraktu, o své zvláštní postavení nepřišel. Není že jeho užívání není spojeno

Brainway Inc. Dnes z něj mají prospěch tisíce uživatelů, a to i ti, kteří musejí brát standardní antidiabetické léky. Vedle lékáren lze Gurmar dostat i ve Vita-Centru, Jindřišská 5 – pasáž, Praha 1 nebo objednat na **infolince 221 674 221** a na **www.bwy.cz**.

## OSN. Nejezte netopýry, prý přenášejí ebolu

Zástupci Organizace pro výživu a zemědělství (FAO) varují obyvatele západní Afriky před konzumací netopýrů a dalších volně žijících zvířat. Mohou být prý totiž hlavní příčinou šíření epidemie eboly. Podle agentury DPA na tuto zákeřnou chorobu v Guineji, Sieře Leone a Libérii od února zemřelo již více než 600 lidí. „Musíme lidi žijící ve

vesnicích informovat o tom, že se nesmějí dotýkat žádných mrtvých zvířat, tím spíše je konzumovat,“ uvedl Juan Lubroth, veterinární odborník FAO, která je jednou z agentur Organizace spojených národů. Obzvláště nebezpečné je údajně zpracovávání zabitých zvířat, neboť virus eboly se přenáší také kontaktem s krví. **ČTK**

## Mentolky. Polsko je chce zachránit

Polsko hodlá u Evropského soudního dvora bojovat proti zákazu prodeje tabákových produktů s příchutěmi, například mentolových cigaret, který od roku 2016 plánuje zavést Evropská unie. Informovala o tom agentura Reuters. Polsko patří mezi největ-

ší spotřebitele i výrobce mentolových cigaret v EU. Místopředseda polské vlády a ministr hospodářství Janusz Piechociński se domnívá, že mentolové cigarety by měly být považovány za tradiční výrobek a jako takové by měly být ze zákazu vyjmuty. **ČTK**

## Impuls pro Metro

**Jak zvládnout únavu za volantem**

Tělesná a psychická únava se dostavuje u každého člověka individuálně, ale dlouhá cesta je pro lidský organismus vždycky stresující. Stres může vyvolat ztuhlost nebo bolest svalů, kterou by řidiči neměli podceňovat, protože vede k vážným nehodám. Nutné je zajistit správné sezení a držení těla, k čemuž pomůže dobře seřízená sedačka a volant. Důležité jsou také protahovací cviky prováděné přímo v autě nebo na odpočívadle.



Pořad Zdraví poslouchejte každou neděli v 7.40 a 15.45 na Rádíu Impuls.

# Sparta si jde pro postup a vyčkává další soupeře

**Český mistr dnes hraje v Tallinnu odvetu 2. předkola Ligy mistrů. Má sedmibrankový náskok.**

Měla by to být už pouze formalita. Postup Sparty do třetího předkola Ligy mistrů po domácí výhře 7:0 považují fotbaloví příznivci za samozřejmost. A také samotní hráči jsou přesvědčeni, že přes Tallinn už hladce přejdou.

„Sice za sebou máme teprve první poločas, ale troufám si říct, že je rozhodnuto,“ řekl včera před odletem do Estonska kapitán David Lafata. Ten se na úvodní výhře minulý týden podílel pěti góly, čímž vyrovnal rekord Ligy mistrů.

Velký náskok dal trenérovi Vítězslavu Lavičkoví možnost pošetřit některé hráče základní sestavy, kteří mají z odehraných dvou utkání nové sezony menší bolístky.

## Soupeř Sparty? Ventspils či Malmö

Pojede pražská Sparta v dalším předkole Ligy mistrů do Švédska, nebo do Lotyšska? Rozhodne se o tom zítra.

• Soupeř Sparty vzejde z utkání mezi Ventspilssem a Malmö.

• První zápas, který se hrál ve Švédsku, skončil bezbrankovou remízou.

• O postupujícím tedy rozhodne až odvetu, která se hraje zítra od 18 hodin.

• Bookmakeři před dvojzápsem jasně favorizovali Malmö, ale první utkání potvrdilo, že severský klubový fotbal zažívá útlum.

• Z pohledu Sparty bude také velmi důležitá odvetu mezi albánským Skënderbeu Korçë a běloruským Borisovem. Ten v domácím utkání nečekaně uhrál jen remízu 0:0, a pokud vypadne, získají Letenští jistotu, že by v závěrečném 4. předkole byli nasazeni.

Ve spartánském výběru chybí Ladislav Krejčí, Marek Matějovský, Josef Hušbauer, Costa a doma zůstal také náhradník Roman Bednář.

Na hřiště by se tak dnes od začátku hrací doby měly objevit posily Radoslav Kováč s Michalem Breznaníkem.

„Nastoupí sice kombinovaná sestava, ale to neznamená, že by výkon měl být degradovaný,“ řekl Lavička. Ten navíc uvažuje i o změně v bráně. Dosavadní jedničku Davida Bičíka by mohl v Tallinnu

nahradit Marek Štěch. „Je dobře, že dostanou šanci i jiní hráči, protože si ji podle mě zaslouží,“ komentoval změny záložník Bořek Dočkal.

Odpočinek hráčů základní sestavy se navíc může hodit do dalších zápasů. V pátek totiž startuje česká nejvyšší soutěž, kterou Sparta zahájí duelem s Bohemians 1905. Fotbalisté tak budou mít hodné nabíjení. Dnešní utkání se v Tallinnu hraje od 18 hodin. **ROMANA BARBOŘÍKOVÁ a ČTK**



V prvním utkání zářil David Lafata.

ČTK

## Zprávy krátce

### Vuelta za tři roky začne ve Francii

Cyklistická Vuelta bude v roce 2017 poprvé v historii začínat ve Francii. Starosta Nimes Jean-Paul Fournier v neděli uvedl, že za tři roky bude start slavného závodu v jeho městě. Začne se časovkou družstev.

### Kritik Neymar

Hvězdný útočník Neymar otevřeně zkritizoval brazilský fotbal. Podle kanonýra Barcelony uplynulý světový šampionát ukázal, že jeho země zaostává za nejlepšími týmy a bude muset přídát.

### Exhibice

Jamajský sprinter Usain Bolt přidal do svého letošního plánu exhibiční závod na slavné pláži Copacabana v Rio de Janeiro. 17. srpna ho tam čeká stovka. **ČTK**



## Na Tour de France se včera jen trénovalo

Závodníci jezdoucí nejslavnější cyklistický závod světa Tour de France měli včera odpočinkový den. Při tréninku mohli vidět lidi například celkového lídra závodu Vincenza Nibaliho (na snímku vlevo). Stará dáma, jak se Tour přezdívá, má před sebou posledních šest dní. Do cíle na Champs Élysées dojedou závodníci v neděli. Dnes je na programu horská etapa z Carcassonne do Bagneres-de-Luchon. **AP - PETER DEJONG**

## Majitel klubu: Uškodíte jen sami sobě

Majitel Šachtaru Doněck Rinat Achmetov varoval šest fotbalistů, kteří po sobotním přípravném utkání ve Francii neodletěli s týmem zpět na Ukrajinu. Rebelující hráči podle Achmetova mohou uškodit pouze sami sobě. Po porážce 1:4 s Lyonem se na letišti objevili Brazilci Alex Teixeira, Fred, Dentinho, Douglas Costa, Ismaily a Argentinec Facundo Ferreyra, protože se odmítli vrátit do země zmítné válečným konfliktem. „Nevylučuji, že tito hráči se rychle připojí k mužstvu, a někteří z nich už zítra. Všichni mají kontrakty, které musí dodržovat. Pokud se nevrátí, budou první, kdo bude trpět,“ uvedl v prohlášení na oficiálním klubovém webu Achmetov. „Každý z nich má minimální výkupní klauzuli činící desítky milionů eur. Nebudeme dělat žádný výprodej,“ vzkázal nejbohatší Ukrajinec případným zájemcům. Pohřešovaní Jihoameričané ani další fotbalisté jeho klubu se prý nemuší bát o svůj život. **ČTK**

**ÓČKO GOLD**

**IMPULS**

NEJVĚŠÍ KONCENTRACE HVĚZD NA JEDNOM PÓDIU

# zlaté hvězdy se vrací

**3** HODINOVÝ  
MEGA  
KONCERT

PLZEŇ PLAZA OPEN AIR

MARCELA BŘEZINOVÁ, HEIDI JANKŮ, KAMÉLIE, MARCELA HOLANOVÁ,  
PAVEL VÍTEK, PETR KOTVALD, **DALIBOR JANDA**

**2. 8. 2014**  
**PLZEŇ**

LETNÍ AMFITEÁTR OC PLZEŇ PLAZA  
ZAČÁTEK 19.00

VSTUPENKY  
JIŽ OD  
**193 Kč**

**ROZHOVORY  
ZÁBAVNÁ SHOW**

VEČEREM PROVÁZÍ **IVO APFEL**  
REŽIE: IVAN RÖSSLER

**OHŇOSTROJ**

Vstupné: na místě 350Kč / v předprodeji 290Kč

RODINNÉ VSTUPNÉ  
2+1 zdarma

*SHOW*  
**MAMMA MIA**

MICHAEL FORET  
PAVEL VÍTEK  
RADKA FIŠAROVÁ  
SABINA KŘOVÁKOVÁ

EXKLUZIVNÍ OCHUTNÁVKA  
PÍSNÍČEK ABBA

Předprodej vstupenek v síti **TICKETSTREAM**  
více informací na [zlatehvězdy.cz](http://zlatehvězdy.cz)

Plzeň Plaza  
NÁKUPNÍ A ZÁBAVNÍ CENTRUM

5 PLUS 2

metro

DNES

zlatehvězdy  
.cz

pro  
mo  
tion