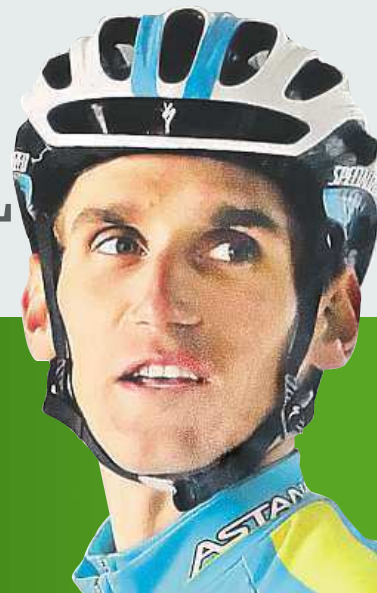


CYKLISTA KREUZIGER PRAVIDLA NEPORUŠIL

PODLE ROZHODČÍ KOMISE ČOV JE ČESKÝ ZÁVODNÍK NEVINNÝ STRANA 12



metro



Úterý, 23. září 2014

Č. 179, www.metro.cz
Svátek slavi: Berta



Min. 11°
Max. 15°

Největší deník v ČR

Klidné stáří? Začněte dávat peníze stranou

Jme spořiví. Většina Čechů už teď ukládá peníze na důchod. **Nestačí to.** Odborníci říkají, že bychom si stranou měli dávat ještě víc. **A co zaměstnavatelé?** Bylo by dobré, kdyby nám se spořením pomohli STRANA 4



V pátek se ve Vítkovicích otevře nový projekt s názvem Svět techniky

Za podpory fondů Evropské unie a rozpočtu České republiky bude v pátek zpřístupněno nové centrum, které hravou formou návštěvníkům představí zajímavosti vědy a techniky. Stane se tak zásadní novinkou pro oživení lokality Dolní oblasti Vítkovice, ale také celého moravskoslezského regionu v oblasti vzdělávání i volného času. Na ploše 14 tisíc metrů čtverečních zde návštěvníci najdou čtyři světy s trvalými expozicemi (Dětský svět, Svět vědy a objevů, Svět civilizace a Svět přírody) a jeden svět určený pro výstavy dočasné. K vidění bude i jedinečná výstava, která odhaluje tajemství technických vynálezů od parního stroje až po současnost. K dispozici budou také učebny či kavárna Julese Verna.

MAFRA

Zprávy krátce

Lessy dostal od státu 600 tisíc

Za nezákonné trestní stíhání dostane bývalý policejní prezident Petr Lessy od státu odškodnění 600 tisíc korun. Ministerstvo spravedlnosti tak zčásti vyhovělo jeho žádosti. Původně chtěl 1,2 milionu a omluvu. Před dvěma lety byl Lessy obviněn ze zneužití pravomoci, soud ale loni stíhání zastavil.



Loučili se se zabitou dívkou

Dvě desítky příbuzných a nejbližších přátel se večera v kostele Panny Marie v Klášterci nad Ohří rozloučili s devítiletou dívkou, kterou před dvěma týdny podle policie znásilnil a zavraždil pětadvacetiletý bratranec její matky. Církevní smuteční obřad byl podle přání rodiny neveřejný. Pětadvacetiletý muž se k brutálnímu činu přiznal. Hrozí mu až výjimečný trest. **ČTK**

Jestli utnou plyn, vydržíme 45 dní

Zastavení dodávek by se v cenách promítlo příští zimu.

Nic zatím nenasvědčuje tomu, že by si Rusové s Ukrajinci padli kolem krku a dohodli se na cenách a hladkých dodávkách plynu. Jelikož ten

proudí přes Ukrajinu také k nám, Metro zjišťovalo, jak moc by se výpadky českých domácností dotkly.

Podle oslovených odborníků sice ledová apokalypsa nehrozí, připouštějí však, že by se mohla opakovat plynová krize z roku 2009, kdy Rusko zavřelo kohoutky plynovodů na západ. V případě takového výpadku by nám zásoby vydr-

žely 45 dní. „S tím, jak bude postupovat zima a zvyšovat se spotřeba, se doba dostatečných zásob bude zkracovat, ale mluvíme o úplném výpadku dodávek,“ sdělil Jiří Chvojka, mluvčí národního regulátora. Jak by se to projevilo na cenách?

„Trh s energiemi je velmi citlivý. Obchodníci jsou dnes mnohem opatrnější, a to dokonce i na burzách. Kdyby se zásoby plynu přece jen ztenčovaly, cenu by to jistě ovlivnilo velmi rychle,“ uvedl na dotaz deníku Metro mluvčí Centropol Energy Ladislav Šticha. Zvýšení cen by ale prý bylo spíše otázkou příští zimy.

„V případě plynu mají většinou dodavatelé tepla dlouhodobé kontrakty a ochranu před skokovým zvýšením cen,“ uzavírá Chvojka.

Jak jsme na tom?

Plynové zásobníky v Česku provozují společnosti RWE Gas Storage a MND Gas Storage.

2009, když byly dodávky plynu omezeny přes centrální koridor z Ukrajiny.

- Kapacita obou zásobníků je 2931 milionů kubiků a teď jsou zcela plné.

- Kapacitně tyto podzemní zásobníky stačí na pokrytí minimálně třetiny běžné roční spotřeby celého Česka.

- Zásobníky vyrovnávají sezonní rozdíly ve spotřebě zemního plynu, a tím zvyšují bezpečnost dodávek. V minulosti sehrály klíčovou roli jak v období extrémních mrazů, tak i v roce

- Problém je, že v případě výpadku dodávek bychom se o zásoby museli dělit se zeměmi, které mají plyn v Česku uskladněny – třeba s Německem.

Kramný. Možný vrah zůstává dál ve vazbě

Petr Kramný, který je obviněn z loňské vraždy své manželky a dcery v Egyptě, zůstává i dál ve vazbě. Rozhodl o tom soud, když zamítl jeho žádost o propuštění. Podle žalobce prý hrozí, že by se Kramný skrýval.

Egyptská policie nikoho neobvinila, ta česká Kramného.

Jeho advokátka Jana Rejžková pokládá prodloužení vazby za neústavní. Proč ženy zemřely, není jasné. Spekulovalo se, že byly otráveny, pak se objevily zprávy, že je zabil elektrický proud. Výsledky pitvy ani testu na detektoru lži, který Kramný podstoupil, nebyly zveřejněny. **ČTK**

Zprávy krátce

I cizinci mohou v Česku volit

Cizinci z EU se podle Státní volební komise budou moci zúčastnit letošních obecních voleb, i když u nás mají jen přechodný pobyt. Stalo se tak na základě verdiktu Krajského soudu v Brně. Cizinců z EU s přechodným pobytem je podle údajů policie v Česku zhruba 110 tisíc. **ČTK**

Rejnoci ve Zlíně

Zlínská zoo otevřela Pavilon rejnoků, který nemá v Evropě obdobu. Návštěvníci mohou plující rejnoky hladit i krmit, pokud budou dodržovat jednoduchá pravidla. Zoo chce odchovat jejich mláďata, nyní chystá expozici aligátorů. **IDNES.cz**



Jan Přeučil je se ženou Evou Hruškovou stále v luftě

Herečtí manželé Eva Hrušková a Jan Přeučil jsou příkladem toho, že láska může vypuknout i mezi dvěma sousedy. Stalo se tak po smrti Přeučilovy manželky Štěpánky Haničincové. Bydleli totiž v jednom domě na pražských Vinohradech. Hodně cestují. „Ani jeden nejsme našťásti pecivál, tak jsme pořád někde ve větru. Města, galerie, restaurace, to jsou cíle našich častých výpadů,“ řekla Hrušková pro **IDNES.cz**.

MAFRA

INZERCE

Institut oceňování majetku Vysoké školy ekonomické v Praze
otevřít na podzim 2014 další ročník čtyřsemestrálních

kurzů pro přípravu zalců a odhadců ve specializacích:

- oceňování nemovitostí,
- oceňování podniku (obchodního závodu),
- oceňování nehmotného majetku.

Podrobné informace a přihlášky je možné stáhnout z internetu nebo telefonicky požádat o jejich zaslání.

Informace a přihlášky

internet: <http://iom.vse.cz> (bez www), e-mail: iom@vse.cz

tel.: 224 095 496 (cca 8.00 až 14.00 hod.), příp. 224 095 732

Špitály. Lze je zlepšit

Zdravotnický personál má velké mezery v komunikaci s pacienty, problémem je také strava. „Spíše jde o kvalitu než o množství, lidé často nedojíždají,“ říká Daniel Vavřina z HealthCare Institute, který již devátým rokem provádí

pomocí dotazníků mezi pacienty průzkum, co jim při pobytu v nemocnicích vadilo. Výše zmíněné stížnosti jsou již jakýmsi evergreenem.

Dotazníky jsou ale způsobem, jak můžeme sami kvalitě nemocnic – ať už kraj-

ských, fakultních, státních či soukromých – ovlivnit. Hlasovat mohou pacienti do konce září. Podle Vavřiny není podstatné, že podobných průzkumů spokojenosti u nás probíhá více. Je prý dobře, že s tím vůbec něco dělá. **BEL**

Rozpočet. Mohl by projít, je OK

Sto miliard. S takovým schodkem počítá návrh státního rozpočtu, který včera schválila vláda. Teď míří do Sněmovny a poté jej musí podepsat prezident Miloš Zeman, který rozpočet označil za dobrý. Kabinet rozhodl i o zvýšení platů státních zaměstnanců už od letošního listopadu, a to o 3,5 procenta. Rozpočet počítá také se snížením DPH na léky, knihy a dětskou výživu na 10 procent. Více peněz se dá i do investic. **MAP, ČTK**

Zprávy krátce

Ženy se hrnou do politiky

V letošních obecních volbách kandiduje dosud nejvyšší podíl žen, přes 32 procent. Naopak senátní volby zůstávají záležitostí mužů. Vyplývá to z analýzy organizace Fórum 50%. Podíl je nejvyšší od prvních komunálních voleb v roce 1994. Tehdy kandidovalo necelých 22 procent žen. **ČTK**



Přilbu ozdoby vltaviny

Zlatou přilbu, kterou si 5. října nasadí vítěz stejnojmenného plochodrážního závodu v Pardubicích, letos ozdoby vltaviny. Pavel Lejhanec (na snímku) vybírá pro každý ročník jiné kameny. „Vltaviny jsou pouze v Čechách, je to vesmírný kámen, spadlý meteorit,“ řekl Lejhanec, který navázal na rodinnou tradici. Helmy vyráběl i jeho otec, než jim firmu zabavili komunisté. **MAFRA**

Zimní pneu zase dražší

Ridiči si za bezpečnější jízdu v zimě připlatí, v průměru o tři procenta.

Kupte si na své osobní auto nebo nákladák zimní pneumatiky co nejdříve, radí odborníci. Jejich ceny totiž půjdou možná už od října nahoru, a to v průměru až o tři procenta. Důvodem je zřejmě oslabení české koruny, na které reagují i výrobci pneumatik. To vyplývá z analýzy serveru Pneumatiky.cz.

„Prodej zimních pneumatik se již začal zvyšovat, hlavní nápor ale očekáváme v polovině října,“ řekl ředitel Pneumatiky.cz Vojtěch Schwangmaier.

K největšímu zdražení sáhl Bridgestone, u kterého se roční navýšení cen pohybuje kolem 8,5 procenta. **ČTK**

Kvůli zájmu dražší

Zimní pneumatiky musíte mít od listopadu do března.

- Velmi rozšířený rozměr 205/55 R16, který obouvá třeba Škoda Octavia, vyjde mezi prémiovými značkami nejlevněji u Pirelli, užší variantu na menším ráfku 195/65 R15 nabízí za téměř stejnou cenu Pirelli, Good-Year a Dunlop.

- Ceny nezvýšil finský Nokian. Barum zdražil o tři a Continental o 4,5 procenta.

Kolik se jich prodá

2,5

V Česku se ročně prodá 2,5 milionu zimních pneu. Ty tvoří kolem 60 procent celoročního prodeje pneumatik v Česku.

INZERCE



Statisíce šetří miliony

Už více než 600 000 zákazníků změnilo dodavatele a šetří za elektřinu a plyn.

Přidejte se i vy.

www.bohemiaenergy.cz

Jednoduše změna

844 10 11 12

Při spoření na stáří by měli víc pomáhat zaměstnavatelé

Na penze bude méně a méně peněz, proto si lidé musí začít spořit sami. Stát je podporuje prostřednictvím třetího pilíře.

O tři pilíře se měla opírat penzijní reforma v Česku. Ovšem se změnou vlády už prakticky padnul druhý pilíř, a tak celý penzijní systém stojí jen na krajních dvou. První je průběžný, jde o státem vyplácené starobní důchody.

Tím dalším je doplňkové penzijní spoření, tedy dřívější penzijní připojištění, do kterého si lidé dávají své vlastní prostředky a dostávají státní příspěvek. To na českém trhu existuje už dvacet let. Podle průzkumu, který si nechala udělat Asociace pen-

Výročí

20

Tolik let mohou Češi uzavírat penzijní připojištění (dnes doplňkové penzijní spoření). V současné době ho má uzavřeno 4 847 987 lidí.

zijních společností, si nějakým způsobem na stáří spoří 67 procent Čechů.

Podle odborníků si ale neodkládají dostatečně vysoké částky. Navíc je stále dost lidí, které od spoření v účastnických fondech (třetím pilířem) něco odrazuje. Ve 44 procentech případů je to špatná finanční situace.

Jednou z věcí, která by mohla částečně oba tyto problémy vyřešit, by byl větší podíl zaměstnavatelů, kteří by svým pracovníkům na spoření přispívali. „V současné době jich je zhruba dvacet

procent. Ideální by bylo, aby se poměr otočil a přispívalo 80 procent firem a jen dvacet ne,“ myslí si prezident asociace Vladimír Bezděk.

Přesvědčit firmy, aby více investovaly do svých zaměstnanců, ale nebude podle mnohých jednoduché. „Určitě na to nebudou přistupovat s nadšením. Na druhou stranu i dnes seriózní zaměstnavatelé přispívají, někteří dokonce velmi štědrě,“ říká bývalý prezident asociace a nyní člen Bankovní rady ČNB Jiří Rusnok. Možností, jak firmy přesvědčit, je podle něj motivace v podobě ještě větších úlev, například daňových. „Další variantou je cesta kvazi povinnosti. Definuje se určitá kategorie zaměstnanců a řekne se: Těm musí- te přispívat,“ dodává.



ROMANA BARBOŘÍKOVÁ
romana.barborikova@metro.cz

Jak se lidé zabezpečují na stáří

Asociace penzijních společností prezentovala výsledky průzkumu agentury STEM/MARK ke dvacátému výročí spoření na penze v Česku.

- Na stáří si podle něj spoří 67,1 procenta dotázaných.
- Větší podíl je u vysokoškolsky vzdělaných Čechů. Těch si spoří 84 procent, zatímco u skupiny se základním vzděláním je to jen 50 procent.
- 53 procent respondentů si spoří ve třetím pilíři, 35 procent prostřednictvím spořicíh účtů či termínovaných vkladů, 9,8 procenta lidí pak investuje do vzdělání dětí.
- U těch, kteří si na stáří nespoří, jsou důvody různé. Nejčastěji (44 procent) je to kvůli špatné finanční situaci.

- 28,5 procenta dotázaných nevěří, že se jim úspory „nějak nevytráť“.

- 26 procent lidí prostě neřeší budoucnost.

- Průzkum odhalil i další důležité věci. Například 49 procent lidí nerozumí rozdílu mezi účastnickými a transformovanými fondy.



INZERCE

Dům chráníte před zloději zamčením. Jak chráníte svůj počítač či smartphone?



Nechali byste dveře od bytu otevřené, aby se kdokoliv dostal k vašim osobním věcem? Že byste nikdy nic takového nedopustili? Přistupujete se stejně tak čistým svědomím k ochraně vaše osobního počítače, chytrého telefonu či tabletu? Dle průzkumu si svůj tablet nechrání až jedna pětina uživatelů, smartphone dokonce až celá třetina! A pokud antivir používají, většina z nich volí bezplatná, ne tak spolehlivá řešení. Jste mezi nimi?

Počet virů, podvodných aplikací a dalšího škodlivého obsahu cíleného právě na smartphony a tablety nabývá na intenzitě. Hackeři se dokážou během chvíle dostat k vašim citlivým

datům a ke kompletnímu odcizení vaší identity jim stačí jen několik minut. Těmto útokům neodolají ani antivirové programy nabízené ke stažení zdarma.

Řešení představuje pouze komplexní internetová ochrana, která spolehlivě zabezpečí všechna vaše zařízení od smartphonu přes tablet až po notebook. Příkladem je McAfee LiveSafe, který můžete místo jeho obvyklé ceny 1 590 Kč získat do 12. 10. 2014 zcela zdarma! Stačí nakoupit na Alza.cz nad 1 000 Kč. Více informací o akci na www.alza.cz/alzachrani.

Bezděk: Politici musí lidem říct, co bude dál

Zrušením druhého pilíře odpadá lidem jedna z možností, jak si ušetřit nějaké peníze na penzi. Podle šéfa Asociace penzijních společností Vladimíra Bezděka by proto měli politici lidem nabídnout řešení.

Současná vláda by měla co nejdříve vyřešit penzijní reformu. Novou už nejspíš nestihne, je tedy variantou úprava třetího pilíře?

Co se týče případných úprav třetího pilíře, tak bude jasno během následujících čtyř pěti měsíců. Naše ambice je, aby co nejvíce úprav zvyšujících jeho atraktivitu bylo přibaleno už do toho balíku legislativy, který bude souviset se zrušením druhého pilíře. Obáváme se totiž, že jinak může nastat scénář, že se relativně rychle zruší druhý pilíř, ale pak už nebude dostatek politické vůle udělat



Vladimír Bezděk

MAFRA

také některá z atraktivnějších u pilíře třetího.

Budete tedy tlačit na politiky?

V rámci našich možností ano. Politická reprezentace by totiž měla lidem říct, jak jinak situaci řešit, aby se dostali do kýženého cíle. A jinou cestu než třetí pilíř zde nevidím. **RB**

Zprávy krátce

Kajnar se zrušením činnosti ČSSD neuspěl

Rebelující bývalý sociální demokrat a starosta Ostravy Petr Kajnar a ostatní dřívější členové strany neuspěli. Vláda zamítla podnět k pozastavení činnosti ČSSD. Autoři žádosti tvrdí, že se v ČSSD používají nedemokratické mafiánské praktiky a že stra-

na porušuje práva a svobody svých členů. Popsali sedm případů včetně kauzy ostravského primátora, kdy podle nich strana členy účelově vyloučila, a dvě místní organizace (v Ostravě-Výškovicích a Mohelnici) účelově zrušila, aby se zbavila oponentů s odlišným názorem. Vláda jejich požadavek považuje za neodůvodněný. **ČTK**

Lidé po celém světě podpořili tažení proti změnám klimatu

V New Yorku se uskutečnil pochod za účinnější boj proti klimatickým změnám.

Summit OSN

120

V New Yorku se dnes koná summit OSN o klimatických změnách, kterého se zúčastní více než 120 hlav států a vlád.

Zúčastnily se ho stovky tisíc lidí včetně šéfa OSN Pan Ki-muna či mnoha světových celebrit. Podobné demonstrace se v neděli konaly i v dalších zemích světa od Británie až po Afghánistán či Bulharsko. Bojem proti změnám klimatu se bude zabývat summit OSN, který do New Yorku svolal generální tajemník OSN.

Organizátoři odhadovali, že na pochod v newyorské čtvrti Manhattan vyrazilo asi 310 tisíc lidí. „Počty účastníků překonaly naše nejdřívejší představy,“ uvedl Ricken Patel z aktivistického hnutí Avaaz, které bylo jedním z pořadatelů

akce. Kromě celebrit dorazily i skupiny vědců, odborářů či dvacet pochodujících kapel. Cílem akce bylo zmobilizovat lidi, a tak přeměnit téma boje proti klimatickým změnám na téma, které se týká každého. Pan Ki-mun se pochodu zúčastnil s britskou odborníci na primáty Jane Goodallovou a francouzskou ministryní životního prostředí Ségolene Royalovou.

„Toto je planeta, kde budou žít následující generace,“ řekl šéf OSN. V čele protestu šel i americký herec Leonardo DiCaprio. „Jde o nejdůležitější téma této doby,“ uvedl. **ČTK**



Generální tajemník OSN jmenoval Leonarda DiCapria poslem míru Spojených národů. AP

INZERCE

DENZEL WASHINGTON

OD REŽISÉRA FILMU TRAINING DAY

EQUALIZER

KAŽDÝ SI ZASLOUŽÍ SPRÁVEDLNOST

COLUMBIA PICTURES PRESENTS IN ASSOCIATION WITH LESTAR CAPITAL AND VILLAGE ROADSHOW PICTURES AN ESCAPE ARTISTS / ZHIV / MADE NEUFELD PRODUCTION
A FILM BY ANTOINE FUQUA "THE EQUALIZER" MARTON CSONKAS CHLOE GRACE MORETZ DAVID HARBOUR WITH BILL PULLMAN AND MELISSA LEO
MUSIC BY HARRY GREGGSON-WILLIAMS PRODUCED BY EZRA SWEDELOW DAVID BLOOMFIELD BEN WAISGREEN WRITTEN BY MICHAEL SLOAN AND RICHARD LINDHEIM DIRECTED BY ANTOINE FUQUA
CASTING BY TODD BLACK JASON BLUMENTHAL DENZEL WASHINGTON ALEX SISKIN STEVE TISCH MAKEUP BY MARCE NEUFELD TONY ELDORIDE MICHAEL SLOAN COSTUME DESIGNER ANTOINE FUQUA

V KINECH OD 25. ZÁŘÍ

IMPULS Esquire metro SPEED

Navštivte novou kliniku v Jesenici u Prahy



Základem zdraví je zdravá buňka! Nabízíme prevenci!

Máme k dispozici velmi šetrné léky, protože obsahují látky tělu vlastní. Eliminují v buňce oxidativní stres a toxické látky včetně kancerogenů, které by mohly poškodit DNA a způsobit nádorové zvrhnutí buňky. Posilují imunitu, působí proti bakteriálním a virovým infekcím, proti bolestem pohybového aparátu a také proti alergiím, autoimunitním chorobám, zánětům a nádorům.

Specializujeme se na preventivní onkologii...

Zjistíme, zda Vám nehrozí riziko propuknutí nádorového onemocnění. Pokud je nádor rozpoznán včas, je mnohem větší šance na jeho vyléčení. Ovšem pokud je nádor již generalizovaný, naděje na vyléčení je malá. Bohužel, nádorové onemocnění postihne v ČR každého 3. občana a každý 4. na ně zemře. A proto je prevence život zachraňující!

A co léčba onkologicky nemocných?

Onkologicky nemocným jsme schopni nasadit šetrnou komplementární terapii (k základní radio-/chemoterapii či samostatně v době remise), a to dle doporučení amerického National Cancer Institute. Tato terapie vede k lepší toleranci základní léčby, ke snížení nežádoucích účinků, ke zvýšení kvality života a k lepší prognóze. Terapii vede MUDr. Marta Holíková, atestovaný klinický onkolog.

Bolí Vás klouby nebo záda?

Lékaři na naší klinice aplikují subkutánně MD injekce, které jsou založeny na chráněném patentu „collagen delivery system“ a představují skutečně nový terapeutický koncept, jehož autorem je italský profesor medicíny Leonello Milani. V této oblasti pracuje na klinice MUDr. Hana Jarošová, dlouholetá primářka Revmatologického ústavu, specialista na léčbu myoskeletálních bolestí.

inPHARM CLINIC, telefon 241 416 990, recepce@inpharmclinic.cz, www.inpharmclinic.cz, V Areálu 1243, Jesenice u Prahy (roh ulic Říčanská a V Areálu). Nejvhodnější příjezd do Jesenice je z okruhu spojujícího dálnice D1 a D5 (exit Jesenice).

Spisovatelka. Pustila se také do Kate

Britská spisovatelka Hilary Mantelová pobouřila řadu Britů nevybíravou kritikou bývalé vlivné premiérky Margaret Thatcherové a nynější oblíbené

vévodkyně Kate. Konzervativní političku označila za „duševní transvestitku“ a přýsi dokonce jednou představovala, jak Thatcherovou zabíjí.

Držitelka Man Bookerovy ceny řekla, že v roce 1983 zahlédla ze svého okna nehlídanou Thatcherovou a zamířila na ni hned pistolí vytvořenou

ze svého prstu a palce. Dvaadesátiletá Mantelová o víkend v literárním listu London Review of Books Lecture označila nyní těhotnou vé-

vodkyni Kate kromě jiného za „pozlátko s umělým úsměvem“. Již dříve vévodkyni přirovnala k figuríně z obchodní výlohy. **ČTK**

Španěle léčí druhého pacienta s ebolou, je v kritickém stavu

Do nemocnice v Madridu včera dorazil z Afriky druhý Španěl nakažený virem ebola.

Podle lékařů je Manuel García Viejo ve vážném stavu, trpí dehydrací a nemoc už postihla játra a ledviny. Devětašedesátiletý kněz působil dvanáct let v Sieře Leone jako specialita na tropickou medicínu a vedl kliniku ve městě Lunsar. Když laboratorní vyšetření potvrdila jeho nákazu virem ebola, projevil přání léčit se doma ve Španělsku. Vláda pro něj vyslala speciál, který ho v neděli vyzvedl ve Free-

Oběti eboly

Podle posledních statistik Světové zdravotnické organizace zabila ebola už nejméně 2630 lidí, infikováno je dalších nejméně 5357 osob.

- Epidemie zasáhla hlavně Libérii, Sierra Leone a Guineu. Virus se rozšířil i do Senegalu a Nigérie.
- Mezi nakaženými je také 318 lékařů a dalších zdravotnických pomocníků, 151 z nich nákaze podleho.

townu. Pacient byl po celou dobu převozu v přísné izolaci a podle španělských úřadů prakticky neexistuje možnost, že by virem nakazil někoho dalšího. **ČTK**



Proti ebolě zatím neexistuje žádný schválený lék ani vakcína. Umrtlost na nákazu je vysoká. AP

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

Práce - nabídka

• BALENÍ drobné ELEKTRONIKY, ranní/odpolední směny. Nutná registrace v agentuře Nabrigadu.cz, Brno, ul. Tábor 526/46D, www.nabrigadu.cz

Přijmeme strážné! ADAM SECURITY

Přijmeme MUŽE a ŽENY na pozice – STRÁŽNÝ – Praha, Mladá Boleslav, Pardubice, Písek
NÁSTUP MOŽNÝ IHNE!
Fyzicky náročné – nevhodné pro důchodce

800 600 333
www.adamsecurity.cz

Finance - nabídka

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

Služby - nabídka

VÝKUP ZLATA!

za nejlepší cenu hotově
nejvýhodnější půjčky na zlato
www.avarrio.cz
Soukenická 8, Praha 1

737 858 585

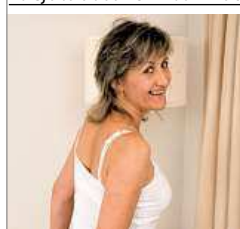
Intimní - nabídka

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

• Chci pořádného mužského! Volej: 844 844 005, 5 Kč/min.
• ČESKÉ ŽENY hledají BOKOVKU! Tvůj region, Tvoje město! Pošli svou SMS ve tvaru 97JJT a text na 909 15 40

• Milenku, chceš? Pomůžu ti s hledáním. Jsem Leona, krásná, vlnatá a šikovná v pelišku. Zavolej mi 909 80 50 40 nebo piš SMS na 909 15 45 s kódem 33BCL a tvůj text!

• Jsem ženská s ostřejším jazyčkem. Nebudeš to mít se mnou lehké, ale v sexu tě nikdy nezklamou. Prostořeká Dana 40. Volej 909 90 99 25 kód VFZ96



• Stáří a stres se na mně hodně podepsaly. Víru v nalezení správného chlapa pro život ztrácím každým dnem. Jsí má poslední naděje v lepší zítřky! **Osamělá Eva 58**. Vytoč 909 801 801 nebo pošli SMS na 909 15 50 s kódem 53GMX a tvůj text!

Zprávy krátce

Večery u ohně pomohly kultuře

Večerní táborový oheň sehrál zásadní roli při rozvoji kultury a pospolitosti. Antropoložka Polly Wiessnerová z americké Utažské univerzity to vyvodila z pozorování Křováků v africké Botswaně a Namibii. Kontrolovaný oheň našim předkům před zhruba dvěma miliony lety prodloužil den.

130

Do Turecka se za poslední dny uchýlilo už 130 tisíc Kurdů, kteří prchají ze sousední Sýrie před postupujícími radikály z organizace Islámský stát. Kvůli masovému přílivu běženců Turecko uzavřelo část hranicních přechodů se Sýrií a zároveň se připravuje na to, že v nejbližší době budou na jeho území hledat útočiště další stovky tisíc lidí. **ČTK**

Japonsko. Záplava černých hambáčů

V Japonsku začali prodávat dva nové černé hamburgery. Houska a sýr se barví bambusovým uhlím a hamburgery doplňuje temná cibulovo-česneková omáčka obarvená inkoustem z chobotnic. Nadná-

rodní řetězec rychlého občerstvení je vyrábí v Japonsku od roku 2012. Tyto dvě novinky jsou třetím a čtvrtým představeným hamburgerem. Cena za chuťovku je v přepočtu od 110 do 160 korun. **IDNES.cz**



Ukrajina začala stahování

Ukrajinská armáda zahájila přípravu ke stažení těžké bojové techniky na vzdálenost 15 kilometrů od osídlených míst. Má se tím vytvořit zóna bez vojenské techniky. **AP**

Lucerna Music Bar. Legenda slaví 25 let



Začátek ve 20 hodin GL

Skupina General Lee, průkopníci jižanského bigbítu u nás, slaví 25. výročí své existence. Počátky této formace okolo Milana Fibigera, Karla Zástěry a Zdeňka Šikýře sahají až do léta 1989. Tehdy tito tři vynavači jižanského rocku začali shánět další kytaristy, protože k jižanskému rocku prostě více kytar patří. Zítřejší koncert v pražském Lucerna Music Baru bude výjimečný i v tom, že se na pódiu objeví i bývalí členové – Michal Pelant nebo Omar Khaouaj. Nebude chybět ani řada hostů – například spřátelená teplická kapela Blue Rocket s jejím frontmanem Márou Lepším. **METRO**

Zajděte na návštěvu ke Karlu Čapkovi

Čapkovy psací pero, gramofon nebo vycházkové hole. To ukáže výstava ve Vršovicích.

Na návštěvě u Karla Čapka je nová výstava, která představuje artefakty, fotografie a další zajímavosti z vily legendárního spisovatele a dramatika Karla Čapka. Pořádá ji Praha 10 v Galerii Deset na náměstí Svatopluka Čecha ve Vršovicích.

Na výstavě jsou k vidění například psací pero z Čapkovy pracovny nebo jeho klobouk a další exponáty. Fotografie představují i zatím nepřístupnou památku – vilu bratří Čapků, kterou loni za 44 milionů korun koupila Praha 10.



Výstava nese název Návštěva u Karla Čapka.

ČTK

Vila však zatím veřejnosti nepřístupná není. „V současné době v samotné vile pracují odborníci, kteří její inventář

katalogizují, a expertní skupina zároveň připravuje přesný koncept využití vily a její zpřístupnění veřejnosti,“ říká sta-

rosta Praha 10 Bohumil Zoufalík. Výstava potrvá do poloviny října a vstup je zdarma. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

INZERCE

KFC
sogood

KAŽDÉ ÚTERÝ

POUZE
129 Kč

ZA 10 KOUSKŮ KUŘETE

4 x HOT WINGS
4 x PORCE KUŘETE
2 x STRIPS

Pro zdraví do Poděbrad

Kardiopreventivní program VYSOKÝ TLAK
Osmidenní pobyt v komfortním hotelu s polopenzí. Vstupní lékařské vyšetření vč. EKG a 12 lázeňských procedur **již od 8.000 Kč.**

Léčebně rehabilitační program SRDCE
Osmidenní pobyt v komfortním hotelu s plnou penzí. Vstupní lékařské vyšetření vč. EKG a spirometrie a 11 lázeňských procedur **již od 9.300 Kč.**

Pobyt pro seniory s lékařskou konzultací
Šestidenní pobyt v komfortním hotelu s polopenzí. Lékařská konzultace a lázeňských procedur **již od 4.990 Kč.**

Informace a rezervace na:
www.lazne-podebrady.cz
ck@lazne-podebrady.cz
nebo tel. **325 606 500**

LÁZŇNĚ PODEBRADY
AKČIOVÁ SPOLEČNOST

Sudoku

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

Napište svou bublinu



FOTO: 2x AP

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



Počasí

DNES Min. 11 Max. 15	ZÍTRA Min. 14 Max. 18	ČTVRTEK Min. 13 Max. 17	PÁTEK Min. 15 Max. 19
---------------------------------------	--	--	--

Stupeň zátěže pro dnešek: bio 1

Mírná zátěž: Stupeň zátěže umožňuje běžný denní režim bez omezení, pouze s přihlednutím k aktuálnímu zdravotnímu stavu.
Teplotní rekord: 28,1 °C
Rok výskytu: 1987

Kvíz

- Kypr je ostrovní stát ve východním Středomoří, který získal nezávislost na Británii roku:
a) 1940
b) 1950
c) 1960
- Nejvyšší stavba Německa je televizní věž v Berlíně u náměstí Alexanderplatz, má:
a) 318 metrů
b) 368 metrů
c) 418 metrů
- Beatrix Bourbonská byla druhou manželkou a českou královnou krále:
a) Rudolfa II.
b) J. Lucemburského
c) Václava II.
- Nejstarší odborná keramická škola v Čechách dosud funguje v jihočeském lázeňském městě:
a) Bechyně
b) Písek
c) Tábor
- Zakladatel psychoanalýzy, který se narodil roku 1856 v českém Příboru, je:
a) W. Stekel
b) C. G. Jung
c) S. Freud

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

ČT1

- 12:00 Zprávy ve 12
- 12:20 Předpověď počasí, Sportovní zprávy, Události v regionech plus
- 12:30 Sama doma
- 14:00 Vše o vaření
- 14:20 Okouzlení III (10/52)
- 15:10 Kriminálka Paříž (36/92)
- 16:05 Zajíc v pytli
- 17:05 Cestomanie
- 17:40 Černé ovce
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 AZ-kvíz
- 19:00 Události
- 19:50 Branky, body, vteřiny



20:00 Vyprávěj
Seriál (ČR, 2009). Lze vstoupit do téže řeky dvakrát? Oblíbený seriál o tom, že v každé době toužíme po štěstí. Hrají: R. Vojtek, A. Kerestešová, V. Freimanová a další

- 20:55 Oči Petra Čepka Dokument (ČR, 1999)
- 22:00 Černí andělé Krimiseriál (ČR, 2001)
- 22:55 Kingová (4/8)
- 23:40 Otec Brown (3/10)
- 00:25 Na stopě
- 00:50 AZ-kvíz
- 01:15 Sváteční slovo ředitelky Slezské diakonie Zuzany Filipkové
- 01:20 Zajímavosti z regionů
- 01:50 Dobré ráno
- 04:20 Zkus mít vkus

ČT2

- 13:15 Letecké katastrofy: Když není kde přistát
- 14:05 Soubor vojevůdců
- 14:50 Jak vyrobit motor pro tryskové letadlo
- 15:45 Generál Patton: Nemilosrdný velitel
- 16:30 Vesmír: Cizí měsíce
- 17:10 Pán času V
- 18:15 Moje rodina III
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Dobrodružství vědy a techniky
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



20:00 Poslední tajemství třetí říše: Hitlerův architekt
Dok. cyklus (N, 2011). Albert Speer. Byl jedním z největších Hitlerových oblíbenců a čelních představitelů Německa, přesto celý život vystupoval jako nic netušící svědek a „hodný nacist“ - a zřejmě i díky tomu unikl popravě

- 20:55 Letecké katastrofy: Ztraceni v mlze
- 21:45 Kuře melanholik Drama (ČR, 1999)
- 23:45 Sestřička Jackie III
- 00:15 Nedokončený film
- 01:40 Babylon
- 02:10 O vědě a vědcích: Okouzlení pohybem
- 02:30 Z očí do očí

NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:25 Vražedná čísla III (23)
- 13:20 Odložené případy (20)
- 14:20 Dr. House V (5)
- 15:15 Ordinace v růžové zahradě 2 (119)
- 16:35 Dva a půl chlapa II (10)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 17:25 Mentalista III (19)
- 18:25 Ulice (2667)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



20:20 Ordinace v růžové zahradě 2 (515)
Seriál (ČR, 2014). Mirka páli mosty. Chce odejít od Mázla i z nemocnice. Jirka se dozví, že pracuje pro zločince a vraha. Hrají: Z. Adamovská, P. Rychlý, J. Český a další

- 21:35 Víkend
- 22:30 Kriminálka Miami (19)
- Krimiseriál (USA, 2002)
- 23:25 Nebezpečná identita (1)
- Krimiseriál (USA, 2011)
- 00:15 Mentalista III (19)
- Krimiseriál (USA, 2010)
- 01:05 Dr. House V (5)
- Seriál (USA, 2008)
- 01:50 Novoshopping
- 02:25 Kriminálka Miami (19)
- Krimiseriál (USA, 2002)
- 03:15 DO-RE-MI

PRIMA

- 13:25 Wolffův revír IV (2)
- 14:25 Doktor z hor: Nové příběhy II (12)
- Děti. Seriál (N, 2009)
- 15:25 Rizzoli & Isles: Vraždy na pitveň III (10)
- Komisař Rex (6)
- Mrtvá ze Schönbrunnu. Krimiseriál (N, 1993)
- 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 Svatby v Benátkách (20)
Seriál (ČR, 2014). Každý den je radost! Olga s Lolou si dělí svatební salon. Davida „přepadne“ v ordinaci matka jeho dítěte. Aloisova pomsta Šrámkovi se obrací proti němu. Hrají: P. Hřebíčková, M. Kraus, Q. Veselý, A. Bendová a další

- 21:30 Očima Josefa Klímy
- 22:25 Ano, šéfe!
- 23:40 Myšlenky zločince VII (7)
- 00:35 Spravedlnost v krvi III (13)
- 01:35 Vraždy v Kitzbühelu VI (5)
- 02:30 Doktor z hor: Nové příběhy II (12)
- 03:15 Wolffův revír IV (2)
- 04:05 Prima ZOOM Svět
- 04:30 Trní

PRIMA COOL

- 12:40 Akta X VII (12)
- Poldové - X. Myster. seriál (USA, 1999)
- 13:40 Jmenuju se Earl IV (15)
- Darnell odhalen 1/2. Komed. seriál (USA, 2009)
- 14:10 Simpsonovi XI (19, 20)
- 15:10 Boičí mýtů III (5)
- 16:15 Ztraceni III (7)
- V Portlandu ne. Seriál (USA, 2004-2010)
- 17:10 Jmenuju se Earl IV (16)
- 17:40 Grimm II (9)
- 18:30 Simpsonovi XI (21, 22)
- 19:20 Kdo přežije: Tocantins (3)



20:15 Top Gear: Nejhorší auto všech dob (2)
Motoristický magazín (VB, 2012). Jeremy Clarkson a James May se pustili do hledání nejhoršího vozu všech dob. Předvedou vám své favority a také důvody, proč se při výběru nejnepovedenějšího auta dostali tak vysoko

- 21:15 Teorie velkého třesku II (8)
- 21:45 Partička
- 22:35 Satan přichází Horor (USA, 2006)
- 00:50 The Big Bang Theory II (8)
- 01:15 Tráva VI (12)
- 01:45 Partička
- 02:25 Vychovávat Hope II (5, 6)
- 03:05 Satan přichází

ÓČKO

- 06:00 Ranní fresh
- 09:00 Millennium
- 10:00 Óčko hity
- 12:00 Óčko news
- 12:05 Óčko hity
- 13:30 Zabil.cz
- 13:35 Óčko hity
- 14:00 Óčko news
- 14:05 Óčko hity
- 15:00 Zabil.cz
- 15:05 Óčko hity
- 15:30 Óčko news
- 15:35 Mixxxer show
- 17:00 Óčko news
- 17:05 Mixxxer



18:00 Óčko hity
Klipy nonstop

- 19:00 Óčko news
- 19:05 Moje desítka TOP 10 klipů podle diváka Óčka
- 20:00 České a slovenské klipy
- 21:00 Millennium Největší hity nového milénia
- 21:45 Filmshot
- Filmová jízda s Kryštofem a Denisou
- 22:00 Simply the best Ty největší hity všech dob
- 23:00 Love zone
- Hodina plná lásky
- Óčko flirt
- 00:00 Proud klipů se vzklady diváků Óčka

Sloupek

PAVEL MAURER

MILOVNÍK JÍDLA



BERAN

Jedl jsem u moravské sestry vynikajícího berana. Přesněji řečeno jehně. Beran nebo výraz skopové je noční můra třeba pro mé rodiče nebo většinu lidí, co měli možnost si v době socialismu vyzkoušet tuto lahůdku v podání tehdejších kuchařů. Prakticky každému, komu je dnes nad padesát a vzpomene si na maso skrývající se pod krásnou ovčí kůží, se dělají mžítka před očima a raději špitne, že si dá k jídlu něco jiného. Zkušenost ze špatně upraveného masa je v naší zemi téměř pandemická. Jedním z důvodů pachutě je i fakt, že ovce byly chovány, dokud z nich teklo mléko nebo dávaly vlnu. Když přestaly být užitečné, poku-

Citát

Pokud tedy člověk neumíral hladý, dal si příště raději housku s máslem.

vám je nabízejí v mnoha variantách. Vozí se z Nového Zélandu, ale i z lokálních farem. Jehněčí od mé sestry je pro mne pochopitelně nejlepší na světě. Jehněta pocházejí z jejich vlastního stáda. Takže vím, jakými dobrotami jsou krmena, v jakém krásném prostředí se nacházejí a že sestřin manžel, povoláním vědec, se o ně stará s profesorskou pečlivostí. Navíc má každá ovečka své jméno, což je hezká zábava pro děti, snad jen když je pak třeba divoký Ulrik nebo přítulná Amoletka na talíři, trochu nám vážnou vzpomínku. Ale my to nějak překleneme. Ne však rodiče. Když jsme si nedávno na vsi Veselíčko pochutnávali na domácím jehněčím, které vám takhle neudělají ani v Paříži, moji rodiče – to víte, stará škola – si raději dali kuře. Jejich vzpomínky na špatné berany ve špatných gastronomických dobách naší historie jim holt už nikdo nikdy nevymaže.

Dopisy a vzkazy

Zase brbláme jen u piva

Bydlím na Praze 10, kde o víkendu proběhlo první kolo voleb do Senátu. Tyto volby jsou výjimečné tím, že jsou spojeny s místním referendem. Hned během prvního kola voleb se mohli občané vyjádřit k jednomu z nejzásadnějších problémů – otázka zněla: Jste pro nulovou toleranci heren v Praze 10? Pokud by dorazilo alespoň 35 procent občanů, bylo by jejich rozhodnutí pro radnici závazné. Nakonec se však referenda stejně jako voleb do Senátu zúčastnilo 11 procent voličů, tudíž je referendum neplatné. Co na tom, že drtivá většina byla pro zrušení heren. Tento národ je vážně neskutečný. Kam se hnete, všude slyšíte lidi nadávat na velký počet heren ve městech. A když konečně mají šanci to změnit a dát jednoznačnou stopku těmto mafiánským podnikům, vykašlou se na to, zůstanou doma dřepět na zadku nebo si odjedou na chalupy. Typické... Češi si vážně neumějí vládnout sami.

P. SEDLÁČEK

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

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

Výrok dne



„Nedávno jste byli lepší než Němci, ale ztratili jste lesk.“

GÉRARD HOULLIER,
FRANCOUZSKÝ TRENÉR

Na trenérský seminář v Praze dorazil i bývalý trenér francouzské reprezentace. Houllier věří, že český fotbal se zase zlepší.

Slovo dne

PANDEMIE

(Ze sloupku Pavla Maurera na této straně)

Hromadný výskyt infekčního onemocnění lidí bez prostorového omezení

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



INZERCE

Astrohled.cz
HOROSKOP
Přesné prognózy na míru!
VOLEJTE
906 701 701

- ★ Kompetentní poradenství od profesionálních poradců
- ★ Záruka spojení s poradcem dle vašeho přání
- ★ Dostupnost 24 hodin denně, 365 dní v roce, vč. svátků

Beran 21/3–20/4
Věčně v zaměstnání nestáháte, což vám přináší nepřijemný pocit napětí a stresu. Řešení se nabízí mnoho. Neváhejte být radikální.

Býk 21/4–21/5
Partner bude sklízet úspěchy. Naoko se s ním budete radovat, v duchu však zuříte. Závist ovšem není nejlepší cesta ke štěstí.

Bliženci 22/5–21/6
Z důvodu přepracování se nebudete cítit úplně nejlépe. Naučte se relaxovat a vyčistit si hlavu. Jinak se z vás stane workoholik.

Rak 22/6–22/7
Suverénně požadate o zvýšení platu. Kolegové to možná budou považovat za důkaz drzosti, vy však víte, co chcete, a jdete za tím.

Lev 23/7–22/8
Jestli toužíte po kariérním postupu a úspěchu v práci, budete muset přidat! To, že plníte své povinnosti, nestačí. Vzdělávejte se!

Panna 23/8–22/9
Zamilujete se a budete se doslova vznášet na křídlech lásky. Tak intenzivní cit jste ještě nezažili. Dočasně vás silně poznamená.

Váhy 23/9–23/10
Dnes s vámi takřkajíc šijí všichni čerti. Výsledkem bude značná roztěkanost, která způsobí, že v práci neuděláte takřka nic.

Bliženci 22/5–21/6
Z důvodu přepracování se nebudete cítit úplně nejlépe. Naučte se relaxovat a vyčistit si hlavu. Jinak se z vás stane workoholik.

Bliženci 22/5–21/6
Z důvodu přepracování se nebudete cítit úplně nejlépe. Naučte se relaxovat a vyčistit si hlavu. Jinak se z vás stane workoholik.

Bliženci 22/5–21/6
Z důvodu přepracování se nebudete cítit úplně nejlépe. Naučte se relaxovat a vyčistit si hlavu. Jinak se z vás stane workoholik.

Bliženci 22/5–21/6
Z důvodu přepracování se nebudete cítit úplně nejlépe. Naučte se relaxovat a vyčistit si hlavu. Jinak se z vás stane workoholik.

Bliženci 22/5–21/6
Z důvodu přepracování se nebudete cítit úplně nejlépe. Naučte se relaxovat a vyčistit si hlavu. Jinak se z vás stane workoholik.

Bliženci 22/5–21/6
Z důvodu přepracování se nebudete cítit úplně nejlépe. Naučte se relaxovat a vyčistit si hlavu. Jinak se z vás stane workoholik.

Bliženci 22/5–21/6
Z důvodu přepracování se nebudete cítit úplně nejlépe. Naučte se relaxovat a vyčistit si hlavu. Jinak se z vás stane workoholik.

Bliženci 22/5–21/6
Z důvodu přepracování se nebudete cítit úplně nejlépe. Naučte se relaxovat a vyčistit si hlavu. Jinak se z vás stane workoholik.

Bliženci 22/5–21/6
Z důvodu přepracování se nebudete cítit úplně nejlépe. Naučte se relaxovat a vyčistit si hlavu. Jinak se z vás stane workoholik.

Bliženci 22/5–21/6
Z důvodu přepracování se nebudete cítit úplně nejlépe. Naučte se relaxovat a vyčistit si hlavu. Jinak se z vás stane workoholik.

Bliženci 22/5–21/6
Z důvodu přepracování se nebudete cítit úplně nejlépe. Naučte se relaxovat a vyčistit si hlavu. Jinak se z vás stane workoholik.

Bliženci 22/5–21/6
Z důvodu přepracování se nebudete cítit úplně nejlépe. Naučte se relaxovat a vyčistit si hlavu. Jinak se z vás stane workoholik.

Bliženci 22/5–21/6
Z důvodu přepracování se nebudete cítit úplně nejlépe. Naučte se relaxovat a vyčistit si hlavu. Jinak se z vás stane workoholik.

Bliženci 22/5–21/6
Z důvodu přepracování se nebudete cítit úplně nejlépe. Naučte se relaxovat a vyčistit si hlavu. Jinak se z vás stane workoholik.

Bliženci 22/5–21/6
Z důvodu přepracování se nebudete cítit úplně nejlépe. Naučte se relaxovat a vyčistit si hlavu. Jinak se z vás stane workoholik.

Bliženci 22/5–21/6
Z důvodu přepracování se nebudete cítit úplně nejlépe. Naučte se relaxovat a vyčistit si hlavu. Jinak se z vás stane workoholik.

Řešení sudoku

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

Anketa

Jak by měla v budoucnu vypadat Letenská pláň?



Jakub Štěpánek
Zasadit stromky a postavit dětská hřiště.

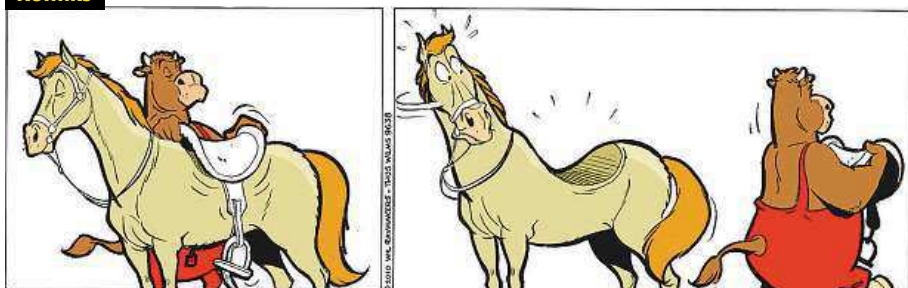


Borek Janíček
Viděl bych ji jako „ostrov“ zábavy a kulturního vyžití.



Pavel Sváb
Jako bezpečné, čisté, upravené a zelené místo.

Komiks



ANDĚLSKÁ VĚŠTBA!
Zavolejte si na pomoc své anděly!
Pošlete SMS ve tvaru 56AAU a svoje přání či dotaz na číslo 900 30 55
Tuto službu poskytuje: E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, technicky zajišťuje Materna, 1SMS/55Kč vč. DPH, 1min/70Kč vč. DPH, www.ema.biz, www.platmobilem.cz



Just swim and the wave will do the rest.

PROFIMEDIA.CZ

Bodysurfing. Dolphins know what's best

The English page is back. This time, you will be reading about interesting facts from everyday life as well as about things you might never have heard of before.

I have been lucky enough to be right next to dolphins playing in perfect surf, using the power of the waves to travel even faster than they normally swim. There is no doubt they are enjoying themselves and, though of course I can't swim like a dolphin, I can experience this same fun when bodysurfing.

What is bodysurfing?

Bodysurfing involves riding on a wave with no help from any buoyant device such as a surfboard, which makes it the 'purest' form of surfing. In fact, it is one of very few extreme sports – free climbing and cliff diving

Lesson No. 4



are others – that can be practised using nothing but the human body.

What do you need?

Nevertheless, it is more enjoyable – and safer – if you use flippers (large flat rubber shoes). This is because they enable you to swim faster, and so catch waves and surf along them more easily. A wetsuit is also advisable unless you are bodysurfing in tropical seas.

Another aid is a handboard, a mini-surf board about the size of an iron, held in one hand to generate more speed along the wave. These are frowned on by purists, however.

How do you do it?

To catch a wave, swim to where the waves break and, as one approaches, start swimming towards the beach. You must try to travel at the same speed as the wave

Activity 1

Before you read, match the word or phrase to a definition.

- 1. buoyant
 - 2. coral reef
 - 3. frowned on
 - 4. iron
 - 5. razor-sharp
 - 6. wetsuit
-
- a. a formation made of small animal skeletons near the surface of the ocean
 - b. a rubber suit used by swimmers or divers to keep them warm
 - c. able to stay on top of the water
 - d. a heated device with a flat bottom for pressing clothes
 - e. considered bad or wrong
 - f. that can cut very easily

and, if you do it correctly, you will feel the wave lifting you and pushing you forwards. Then try and cut along the surface of the wave.

World championship

Bodysurfing is not a profes-

Activity 2

Now complete the sentences using words and phrases from the text.

- 1. Can I use the (.....)? I want my shirt to look good when I go to my job interview.
- 2. In some countries being in a public place without a shirt is (.....), so you shouldn't do it when you're there.
- 3. Luckily, the piece of wood he held on to was (.....)

and so he was able to survive until he was rescued from the river.

- 4. Off the coast of Queensland in Australia is the largest (.....) in the world, where you can find more than 1,500 species of fish.
- 5. She accidentally cut her finger with the (.....) kitchen knife.
- 6. The water was very cold so I wore a (.....) to keep warm.

sional sport, but it does have its own unofficial world championship – the Pipeline Bodysurfing Classic – held each year at the legendary Banzai Pipeline in Hawaii. Local bodysurfers compete against athletes from places such as Australia, Brazil, Japan or France, in terrifying walls of water above the razor-sharp coral reef. Famous bodyboarder Mike Stewart has won the event no fewer than 12 times, and Kelly Slater, the greatest surfer in his-

tory, has also competed. For me no other sport is as much fun as bodysurfing. There's a good reason why dolphins choose not to use surfboards!

Answers

Activity 1

1. c; 2. a; 3. e; 4. d; 5. f; 6. b

Activity 2

1. iron; 2. frowned on; 3. buoyant; 4. coral reef; 5. razor-sharp; 6. wetsuit

Znáte nejčastější mýty o nemocích srdce a cév?

Nemoci srdce a cév stále vedou žebříček příčin úmrtí.

Kardiovaskulární onemocnění souvisí s rizikovými faktory. Některé ovlivnit nelze (věk, pohlaví, výskyt nemoci v rodině), ostatní rizika, jako je zvýšená hladina cholesterolu, cukrovka, vysoký krevní tlak, obezita či kouření, však ovlivnit lze. A jaké jsou nejčastější mýty spojené s onemocněním srdce a cév?

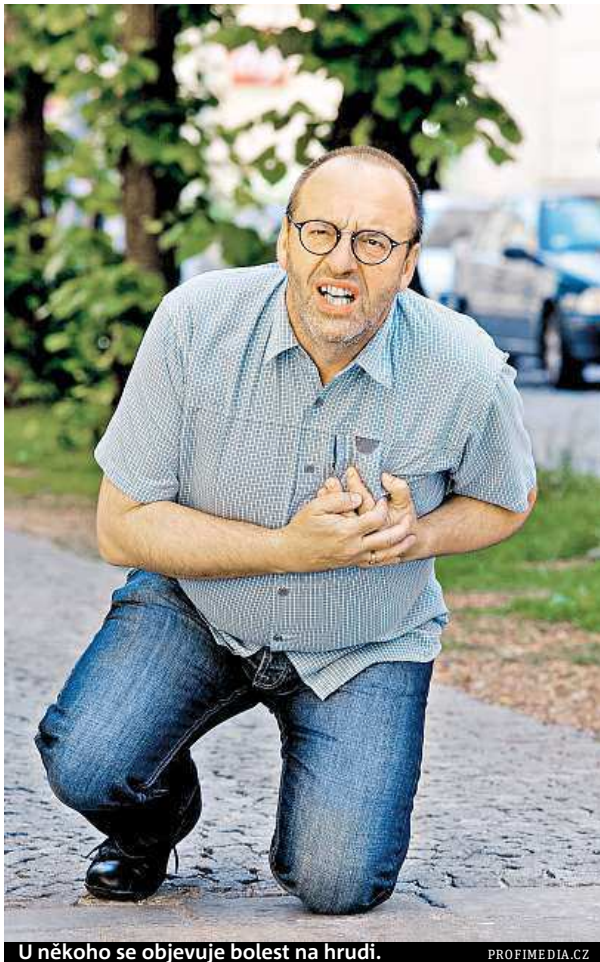
1. Infarkt bolí u srdce

Pravda: Typický infarkt myokardu je provázen svíravou bolestí na hrudi, která se šíří do levé horní končetiny. U některých pacientů, zejména s cukrovkou nebo u žen, se může infarkt projevit i pocitem nedostatku vzduchu, pocením, potřebou zvracení, úzkostí nebo se také nemusí objevit žádné obtíže.

2. Po infarktu se mám šetřit

Pravda: Pohybová aktivita by naopak měla být zahájena co nejdříve. Při nekomplikovaném infarktu začínají pacienti cvičit již první den na lůžku, po týdnu již absolvují závažné vyšetření na maximum.

Pacienti, kteří začnou pravidelně cvičit, mají výrazně



U někoho se objevuje bolest na hrudi.

PROFIMEDIA.CZ

nižší riziko opakování infarktu a významně se u nich snižuje úmrtnost.

3. Při vysokém krevním tlaku nesmím posilovat

Pravda: Pravidelná pohybo-

Projekt

Důležitá je prevence, především zdravý životní styl a správná životospráva. Na to se zaměřuje i projekt VZP s názvem Mýty a skutečnost v léčbě a prevenci civilizačních onemocnění.

- Jeho cílem je poukázat na důsledky nezdravého životního stylu.
- První ze tří edukačních akcí proběhla v Gymnáziu Na Vítězné pláni v Praze, další se plánuje dnes v Brně a v sobotu v Českých Budějovicích.
- Za přítomnosti lékařů, nutričních terapeutek a sportovních instruktorů si můžete zasportovat a zjistit, v jakém stavu se nachází vaše tělo pomocí měření inBody.
- Více informací na: civilizacnionemocneni.cz.

vá aktivita má stejnou účinnost jako užívání jednoho léku na hypertenzi. Pohyb dovede snížit systolický krevní tlak až o 8 mm Hg.

4. Mám-li dobrý tlak/cholesterol, nemusím brát léky

Pravda: Vysazení léků na vysoký krevní tlak nebo zvýšený cholesterol vede opět k navracení problému. Lidé s těmito potížemi tak musí užívat léky celý život.

Zprávy krátce

Specifická porucha učení

Specifické poruchy učení způsobují dětem výukové obtíže. Patří mezi ně například dysgrafie, dyslexie a podobně. Po určení diagnózy musí rodiče začít více spolupracovat se školou, která vypracuje individuální vzdělávací plán, podle kterého se pak žák učí. Jedná se třeba o drobné úlevy ve výuce – hlavně časové a obsahové.



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



5. Dušnost při námaze znamená onemocnění srdce nebo plic

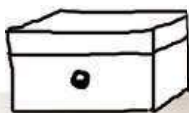
Pravda: Dušnost je přirozený příznak zvýšeného dechového úsilí. Začíná se projevovat při zvyšující se intenzitě zátěže, a to v závislosti na fyzické daného jedince. Pravidelnou pohybovou aktivitou se intenzita zátěže, při které pocítujete dušnost, dá zvyšovat, což platí také u lidí s chronickým srdečním selháním. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

INZERCE

PROMĚŇTE SVÉ SNY V REALITY

www.reality.idnes.cz

reality
IDNES.cz

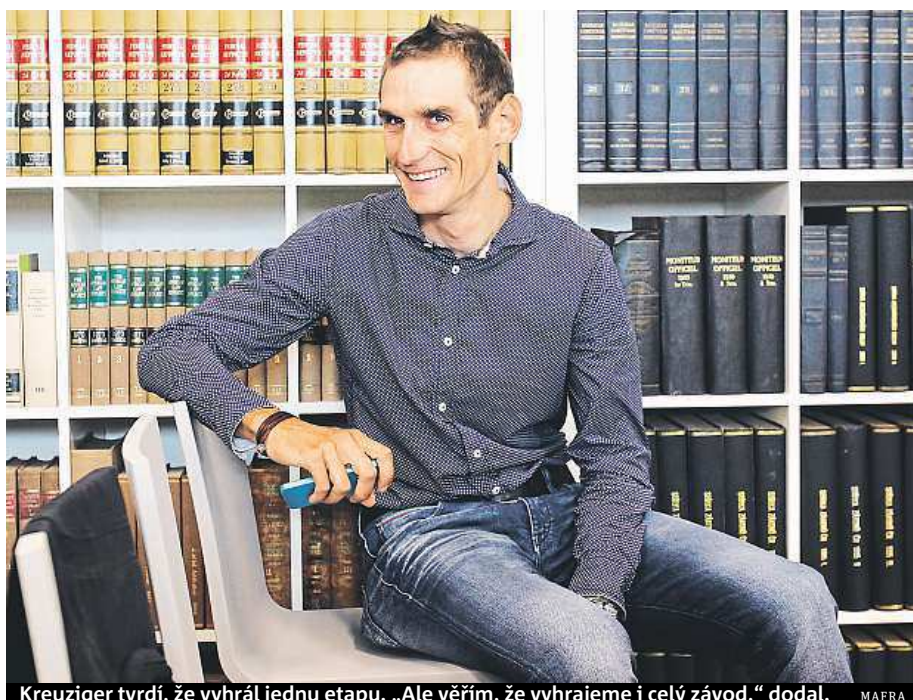


Je nevinný. Doufá, že si letos zazávodí

Cyklista Roman Kreuziger se podle verdiktu Rozhodčí komise Českého olympijského výboru nedopustil porušení antidopingových pravidel.

Jezdec stáje Tinkoff-Saxo má od 2. srpna od Mezinárodní cyklistické unie (UCI) pozastavenou činnost kvůli nesrovnalostem v biologickém pasu z let 2011 a 2012. Proti rozhodnutí české komise se nyní UCI může odvolat k mezinárodní sportovní arbitráži CAS v Lausanne, Kreuziger však věří, že v tomto mezidobí bude moci závodit a ještě letos stihne odjet některé podniky.

Kreuziger připustil, že se mu ulevilo. Alespoň dočasně. „Rád bych zdůraznil, že nejsem podvodník a nikdy jsem nic neudělal. Nehledám klíčky, výmluvy ani alibi, protože nemusím. Samozřejmě je závěr komise velmi potěšující. Je to situace, v níž se ne-



Kreuziger tvrdí, že vyhrál jednu etapu. „Ale věřím, že vyhrájeme i celý závod,“ dodal. MAFRA

chce žádný sportovec ocitnout,“ uvedl Kreuziger. „Nemohl jsem více než sto dnů vykonávat svou profesi, což je závodění. Teď se k němu mohu vrátit,“ věří Kreuziger, ale tuší, že ještě nemá úplně

vyhráno. „Pokud se druhá strana odvolá, spadalo by to pod rozhodnutí CAS v Lausanne, ale v tom mezidobí budu moci závodit. Mohou se odvolat, ale neměli by vydat žádné nové stanovisko. Už bych

chtěl mít tuto noční můru za sebou,“ doplnil Kreuziger.

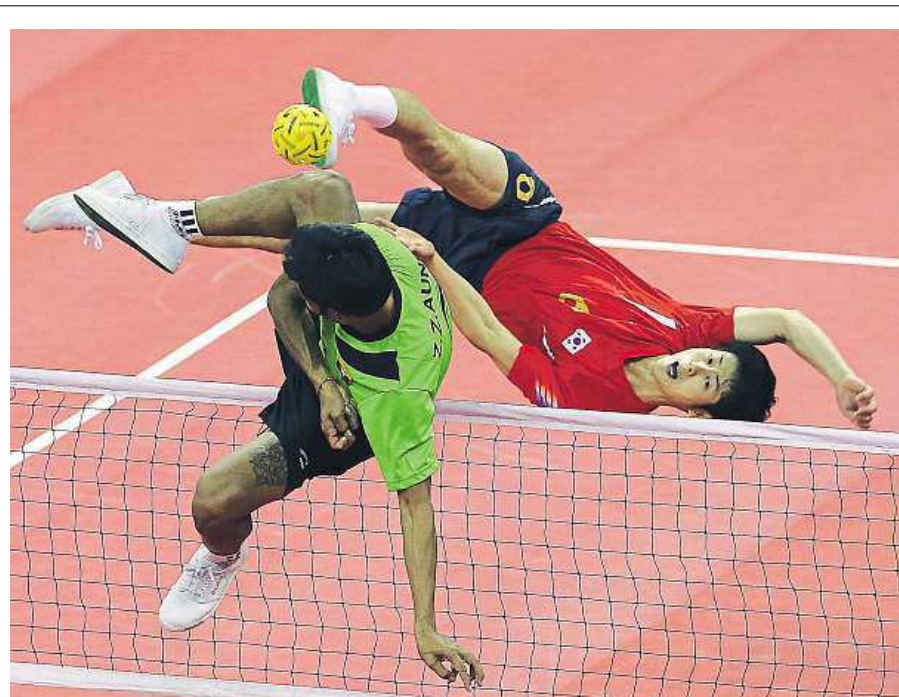
UCI zatím nechce verdikt Rozhodčí komise Českého olympijského výboru nijak blíže komentovat. Má nyní jeden měsíc na odvolání. **ČTK**

Ricciardo. Ke třetímu místu pomohly kódy

Australanovi Danielu Ricciardovi prý pomohl ke třetímu místu v nedělní Velké ceně Singapuru formule 1 kódovaný vzkaz od vedení Red Bullu. Tvrdí to sportovní ředitel McLarenu Eric Boullier. Dávat během závodu jezdcům kódované pokyny bylo právě před Grand Prix Singapuru zakázáno. Mezi nepřipustná témata byly zařazeny také informace ohledně kontaktu vozů s obrubníky. Ricciardo, který se během závodu potýkal s výpadky výkonu motoru kvůli potížím s baterií, dostal opakovaně radu, aby se vyhýbal obrubníkům, že by mu to mohlo s těmito problémy pomoci. **ČTK**

Hokejová Plzeň nesouhlasí. Trest je vysoký

Vedení hokejové Plzně nesouhlasí s desetizápasovým trestem pro amerického útočníka Ryana Hollwega za faul na slávistu Tomáše Vlasáka a proti rozhodnutí disciplinární komise hokejové extraligy podá odpor. Generální manažer Indiánů Martin Straka se zároveň ohradil proti vyjádření předsedy komise Karla Holého, který označil Hollwegův faul kolenem za likvidační. **ČTK**



Jsou jak z gumy. Tak se hraje sepak takraw

Jižní Korea hostí v těchto dnech sportovní Asijské hry. Na jejich programu je pro nás velmi exotický sport zvaný sepak takraw. Jde o míčovou hru, která připomíná nohejbal, ale hraje se s proutěným míčem a přes vyšší síť. Šampiony se stali hráči Barmy. **AP**

Karolína Plíšková. Výhra po přesunu

Tenista Karolína Plíšková den po vítězství v Soulu zvládla vstup do dalšího turnaje. Po rychlém přesunu z Jižní Koreje do Číny ve Wu-chanu porazila Australanku Samantha Stosurovou dvakrát 6:4. S premiérovým ročníkem turnaje se už v 1. kole rozloučila Lucie Šafářová po prohře s Němkou Sabine Lisickou 5:7, 6:2 a 3:6. **ČTK**



Karolína Plíšková **AP**

Zprávy krátce

O titul na antuce

Finále Davisova poháru mezi tenisty Francie a Švýcarska se bude hrát na antuce na fotbalovém stadionu v Lille 21. až 23. 11.

Vyléčila se

Americká tenistka Victoria Duvalová se vyléčila

z rakoviny. Osmnáctiletá hráčka, které byl v létě diagnostikován Hodgkinův lymfom, dokončila chemoterapii a je zdravá.

Poláci to zvládli

Volejbalisté Polska slaví po čtyřiceti letech titul mistrů světa. Ve finále porazili Brazílii 3:1. **IDNES.cz**