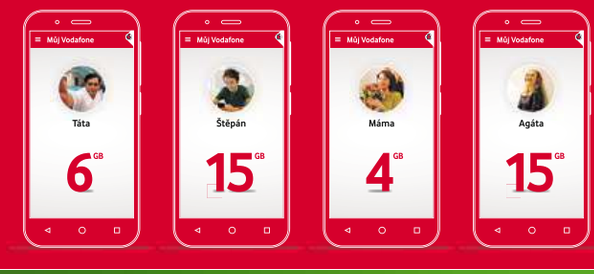
INZERCE

Už se nemusíte hlídat

S rodinným tarifem Red+ získáte
4 neomezené tarify a navíc 40 GB dat.



metro®

PÁTEK, 24. ÚNORA 2017
Č. 43 • WWW.METRO.CZ

Víme, kdo má nejrychlejší LTE síť

Server DSL.cz se specializuje na přehled připojení k internetu a zároveň je jedním z předních portálů na měření rychlosti internetového připojení. Pravidelně zveřejňuje přehledy průměrných rychlostí podle typu připojení a podle poskytovatele.

Podle DSL.cz mobilní internet v roce 2016 výrazně zrychlil. Meziročně to bylo o výrazných 39 %, s výslednou průměrnou rychlostí 23,8 MB/s. Na obrovské zrychlení měla vliv výstavba LTE sítí.

Mezi operátory poskytoval po celý rok 2016 nejrychlejší připojení Vodafone. Meziročně jeho síť LTE zrychlila o 15 % na výsledných 30,3 MB/s. Podle DSL.cz poskytuje Vodafone nejrychlejší mobilní internet v deseti krajích ze čtrnácti.

A jak to bude dál?

Většina datových přenosů v mobilních sítích probíhá v LTE – technologii, která se odloučila od předchozí GSM/3G a v podstatě je to čistě datová síť. Dostatečná je i kapacita sítě. Rychlá mobilní data může užívat každý.

LTE využívají i nejrůznější zařízení ovladatelná na dálku, např. monitorovací zařízení nebo pokladní systémy v obchodech a restauracích. Mobilní sítě prošly za 35 let obrovský kus cesty. Na dveře již klepou sítě páté generace.

Na vylepšování sítí se stále pracuje. Vodafone úspěšně otestoval technologii 4,5G, což je další krok nezbytný pro zvyšování kapacity LTE sítě a přípravu na příchod vysokorychlostních sítí dalších generací. Díky této technologii uživatel stáhne soubor o velikosti 500 MB za vteřiny místo minut nutných ke stažení souboru ve standardní LTE/4G síti. Zařízení podporující tuto technologii se objeví na trhu během roku 2017.

Co potřebujete, abyste si mohli užít rychlou síť naplno?

• 4G LTE telefon nebo tablet

Jen se zařízením, které podporuje 4G LTE, si rychlý mobilní internet užijete naplno. Proto se ujistěte, že máte to správné zařízení.

• 4G LTE SIM kartu

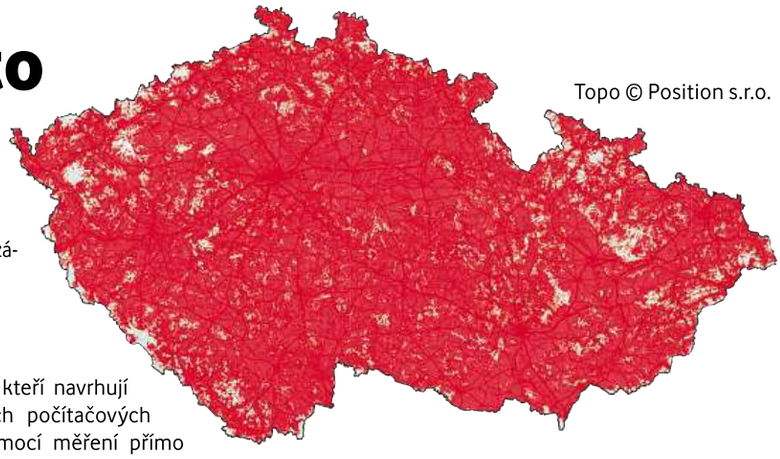
Tu správnou SIM kartu poznáte jednoduše. Na její zadní straně v pravém spodním rohu má totiž nápis LTE. Pokud jste u Vodafonu a ještě ji nemáte, zdarma vám vaši starou SIM kartu za tu novou podporující LTE technologii vymění v kterékoliv prodejně Vodafonu nebo prostřednictvím samoobsluhy Můj Vodafone.

• Tarif s daty

Každý využívá data jinak, proto Vodafone nabízí širokou nabídku tarifů. K Red LTE tarifům od Vodafonu navíc dostanete druhou datovou 4G LTE SIM kartu zdarma. Můžete tak sdílet objem dat svého tarifu třeba v notebooku nebo tabletu.

99 % populace pokryto

Vodafone v loňském roce pokračoval v pokrývání České republiky sítí LTE. Většinu buněk převedl na standardní frekvenci 800 MHz, získanou v aukci. Frekvence 800 MHz je standardní evropskou LTE frekvencí, umožňující distribuovat rychlý mobilní internet do všech oblastí České republiky. Vedle této frekvence se pro distribuci LTE používají i jiné. Ve městech to jsou frekvence 1 800 a 2 100 MHz, které se používají i pro pokrytí budov.



Topo © Position s.r.o.

Za rozvojem rychlého mobilního internetu v České republice stojí právě technologie LTE, využívající frekvenci 800 MHz. Čím vyšší je frekvence, tím je nutná hustší síť buněk. To byl nedostatek předchozí technologie 3G, využívající jen vysoké frekvence, a tudíž se nehodila pro distribuci signálu pro velké a řídce osídlené oblasti. U frekvence 800 MHz to jsou desítky kilometrů, u používaných vysokých frekvencí to jsou kilometry. To vše vyžaduje správné plánování a designový návrh celé sítě. Což není nic jednoduchého, protože se musí počítat nejenom se vzdálenostmi, ale i s terénem, a třeba v zástavbě s budovami.

Proto se návrhem sítě zabývá u operátorů celý tým odborníků, kteří navrhují síť na sofistikovaných počítačových systémech, ale i pomocí měření přímo v terénu. Mobilní signál samozřejmě naráží na nejrůznější překážky, od kterých se odráží. A i s tím se musí při návrhu sítě počítat. Navíc dnes technici operátorů musí kalkulovat s moderními stavebními prvky, jako jsou pokovená okna nebo železobetonové konstrukce.

Mobilní antény se za posledních dvacet let staly nedílnou součástí naší krajiny. Někde jejich přítomnost nevadí, jinde by ale působily rušivě. I proto se operátoři snaží v daných místech využívat nejnovější technologie a antény maskují. Někdy to mohou být falešné stromy, jindy jsou pak antény ukryté třeba za vikýřem nebo za fasádou. Taková řešení se používají například v památkově chráněných oblastech, kde by byla viditelná anténa nevhodná a kde ale zákazníci mobilní signál včetně rychlých dat vyžadují.

9 771211 781002 17040

Pražská integrovaná doprava

aktuálně 24. února 2017

TRAMVAJOVÝ PRŮZKUM 2016: TRAMVAJEMI JEZDÍ I NAVZDORY PRODLOUŽENÍ METRA „A“ VÍCE LIDÍ

Počátkem listopadu 2016 proběhl celosíťový průzkum tramvajových linek, který poskytl podrobná data o tom, kolik cestujících během typického pracovního dne využívá k cestám Prahou tento druh dopravy. Sčítači byli přítomni v 5 828 denních tramvajových spojích, které v období od 6 do 23 hodin přepravily celkem 1 069 863 cestujících.

Srovnání celkového počtu přepravených osob s daty z předchozích průzkumů je obtížné, protože v letech 2011, 2014 i 2016 byly průzkumy prováděny vždy v době, kdy probíhala nějaká výluka. Průzkum v roce 2016 byl ovlivněn ještě dvěma dalšími faktory. Po změnách realizovaných v srpnu minulého roku přibyla řada přímých spojení, tedy ubyla část nutných přestupů a tím i počet cest, které cestující vykonají. Vlivem otevření nového úseku metra A směrem do Motola přešlo do podzemní dráhy 11 022 cestujících v oblasti Evropské ulice a 7 798 lidí z okolí tratě na Petřiny.

„Očekávali jsme, že by právě kvůli prodloužení metra A na Praze 6 mohl průzkum ukázat mírný pokles počtu přepravených osob, nicméně ten nenastal. Tramvaje ve zbytku sítě tento úbytek dorovnaly a ještě přepravily o dalších téměř 19 tisíc lidí denně navíc, což je velmi dobrá zpráva. Cílem totiž je, aby ekologickou kolejovou dopravu využívalo co nejvíce cestujících,“ říká náměstek primátorky a radní hl. m. Prahy pro oblast dopravy Petr Dolínek. Při nezahrnutí území Prahy 6 ovlivněného metrem tramvaje oproti roku 2014 dokázaly v rámci celé sítě přepravit v pracovní den od 6 do 23 hodin o 37 587 cestujících více (+3,58 %). Při zahrnutí území Prahy 6 narostl počet přepravených cestujících oproti předchozímu průzkumu absolutně o 18 767 (+1,79 %).

„Nárůst počtu cestujících i přes jejich částečný přesun do nového úseku metra nám napovídá, že změny tramvajové sítě provedené v srpnu loňského roku dokázaly již dva měsíce po jejich provedení přilákat do tramvajové dopravy další uživatele,“ dodává ředitel ROPID Petr Tomčík.

„Výsledky z pravidelných přepravních průzkumů jsou pro nás důležitou zpětnou vazbou. Listopadový průzkum nám potvrdil, že zájem cestujících o cestování pražskými tramvajemi i nadále roste. Naší snahou bude i nadále udržet vysoký komfort cestování našimi dopravními prostředky,“ doplňuje dopravní ředitel Dopravního podniku hl. m. Prahy Ladislav Urbánek.

ZAJÍMAVÉ ÚDAJE Z PRŮZKUMU TRAMVAJÍ 2016

(uvedená srovnání jsou vždy s průzkumem z roku 2014)

Celkový počet přepravených osob (pracovní den 6:00 – 23:00 hodin):

1 069 863 (nárůst o 1,78 % absolutně, při nezahrnutí okolí metra na Praze 6 nárůst o 3,58 %)

Linky s největším počtem cestujících (počet přepravených osob na lince za celé období průzkumu):

- **22** *118 075 cestujících (-11,3 % vlivem posílení Ječné ulice linkou 6)*
- **9** *101 226 cestujících (-9,4 % vlivem posílení Seifertovy ulice linkou 15)*
- **10** *65 520 cestujících (-1,0 %)*
- **26** *58 548 cestujících (-15,1 % vlivem posílení Seifertovy ulice linkou 15)*
- **16** *54 891 cestujících (+3,6 %)*

Nejvíce využívané linky (průměrný počet cestujících, kteří nastoupí do jednoho spoje linky):

- **24** *274 cestujících (+80,3 %, vlivem provozu linky jen v období vyšší poptávky)*
- **10** *265 cestujících (beze změny)*
- **22** *258 cestujících (-9,8 %)*
- **26** *250 cestujících (-15,0 %)*
- **16** *233 cestujících (+6,9 %)*

Nejvytíženější zastávky a uzly:

Anděl	*83 480 cestujících (+6,6 %, bez lokality Na Knížecí)*
Karlovo náměstí	*73 790 cestujících (+5,1 %, včetně zast. Novoměstská radnice a Moráň)*
I. P. Pavlova	*65 552 cestujících (+3,8 %, včetně zastávek v Bělehradské ulici)*
Palmovka	*54 688 cestujících (+4,7 %)*
Hradčanská	*44 184 cestujících (+4,3 %)*

Počet přepravených osob v nejvytíženějších úsecích

Karlovo náměstí – I. P. Pavlova	*84 731 cestujících (+14 %)*
Václavské náměstí – Jindřišská	*78 578 cestujících (+11 %)*
I. P. Pavlova – Náměstí Míru	*65 400 cestujících (+2 %)*
Národní divadlo – Národní třída	*65 128 cestujících (-2 %)*
Hlavní nádraží – Husinecká	*65 400 cestujících (+2 %)*

Počet přepravených osob na dalších vybraných úsecích

Náměstí Míru – Jana Masaryka	*38 109 cestujících (+3 %)*
Zborovská – Palackého náměstí	*46 229 cestujících (+10 %)*
Lotyšská – Vítězné náměstí	*19 002 cestujících (+19 %)*
Bruselská – I. P. Pavlova	*19 952 cestujících (+22 %)*
Nádraží Vršovice – Otakarova	*25 827 cestujících (+33 %)*

Vývoj kapacitní nabídky a počtu cestujících na vybraných tramvajových radiálách

Sídl. Petřiny – Vozovna Střešovice	*nabídka klesla o 34 %, poptávka klesla o 40 %*
Divoká Šárka – Dejvická	*nabídka klesla o 13 %, poptávka klesla o 34 %*
Sídl. Modřany – Nádraží Braník	*nabídka vzrostla o 8 %, poptávka vzrostla o 6 %*
Sídl. Barrandov – Smíchovské nádraží	*nabídka vzrostla o 13 %, poptávka vzrostla o 16 %*
Nádraží Vysočany – Balabenka	*nabídka vzrostla o 93 %, poptávka vzrostla o 43 %*

Úseky, kde došlo k největšímu zlepšení z pohledu průměrného vytížení spojů

Olšanské náměstí – Flora	*ve špičkách ze 103 % na 41 %*
Jindřišská – Hlavní nádraží	*ve špičkách z 97 % na 67 %*
Hlavní nádraží – Olšanské náměstí	*ve špičkách z 84 % na 74 %*
I. P. Pavlova – Karlovo náměstí	*dopoledne a kolem poledne ze 76 % na 66 %*

Průměrná délka jedné cesty tramvají

2,87 km (délka jedné cesty se oproti roku 2014 prodloužila o cca 100 metrů, tedy o 3,2 %)

234 704 560
www.ropid.cz
ROPID, únor 2017

PRAŽSKÁ INTEGROVANÁ DOPRAVA
Dopravní podnik hlavního města Prahy

ANANAS NA PIZZU SI BUDOU DÁVAT DÁL

SLIB ISLANDSKÉHO PREZIDENTA: HAVAJSKOU PIZZU NEZAKÁŽU STRANA 8

metro

Nejčtenější noviny v Praze

PRAHA
Pátek, 24. února 2017
Č. 40, www.metro.cz
Volný prodej 6 Kč
/ ostatní distribuce
Svátek slaví: Matěj/Matyáš

Fyzioterapie: hodně teorie, ale málo praxe

Problém. Čechy stále více trápí bolesti zad i kloubů. **Rychlokvašky.** Terapeuti často nemají zkušenosti, lékaři se zlobí, že tuto práci může dělat každý. **Rekvalifikační kurzy.** Hlásí se na ně čím dál víc lidí STRANA 6

Tři místnosti masek. Milevské maškary mají své muzeum

Milevské maškary z největšího tuzemského masopustního průvodu, který je zapsaný v České knize rekordů, mají od včerejška muzeum. Otevřelo se v budově bývalé milevské spořitelny. „Historie milevských maškar sahá do roku 1862, náklady na vznik muzea dosáhly milionu korun," řekl jednatel Maškarního sdružení Vít Kratochvíl. Stálá výstava zabírá tři místnosti. V první je asi třicet figurín s maskami a informace o nich. V další se nachází kinosál s ukázkami, jak průvody maškar městem procházely. Třetí místnost tvoří dílna, kde si mohou lidé masku koupit nebo namalovat, a fotokoutek. Expozice by se měla ještě rozšiřovat. Milevský průvod maškar je současně nejstarší dokumentovanou tradicí městského masopustu v jižních Čechách. ČTK

Úlek. Siréna ve čtvrtek

Tísňové linky strážníků a policie včera dopoledne zahltily stovky telefonátů. Lidi vyděsila siréna „mimo pořadí". Hasiči uctili památku mrtvého kolegy. STRANA 2

V MHD se už našla skoro celá kapela

Více než pět a půl tisíce předmětů loni lidé zapomněli v prostředcích pražské městské hromadné dopravy. Počet ztrát rok od roku roste. STRANA 3

Provazy, tyče, stěny i válce

Fyzická zdatnost a týmová spolupráce. Oboje si lze vyzkoušet ve hře nazvané Quick Game. Přečtěte si, jak si vedli členové redakce deníku Metro. STRANA 10

Konec Sparty v Evropě

Fotbalisté Sparty hráli v odvetě 1. kola vyřazovací fáze Evropské ligy s Rostovem 1:1. STRANA 17

9 771211 781002 17040

Nejen Pražané se lekli sirény za mrtvého hasiče

Telefonáty zahltily tísňové linky strážníků i policistů. Tohle nebyla klasická zkouška sirén.

První středa v měsíci je známá tím, že se přesně v poledne rozhučí sirény. Varovnému táhlému zvuku předchází upozornění, že se jedná o zkoušku. Včera byl ale čtvrtek a siréna se rozezněla krátce před desátou hodinou.

To vyděsilo mnohé obyvatele Prahy i středních Čech. Většinou totiž nevědí, že nebezpečí oznamuje pouze kolísavý tón. „Během hodiny jsme vyřídili víc než stovku hovorů. Mohu potvrdit, že jsme uklidňovali vystrašené lidi, že je vše v pořádku, i když není první středa v měsíci," sdělila mluvčí strážníků Irena Seifertová. Mluvčí policie Andrea Zoulová zmínila, že jen v Praze zaznamenali čtyři desítky telefonátů. „Sirény se však ozývaly i ve středních Čechách a mohu potvrdit další telefonáty z celé země," podotkla. Několik telefonátů, co se vlastně děje, zaznamenali od svých blízkých i členové redakce deníku Metro.

„Lidé se mohli o uctění památky dozvědět předem z médií, aby nedošlo k nepokojům," tvrdí Eva Kropáčová, mluvčí policejního prezidia, pod které spadá linka 158. Ne všichni s tím souhlasí. „Uctít památku zesnulého hasiče lze určitě lépe a vhodněji než neohlášeným použitím varovné sirény," napsal účastník jedné z diskusí na internetu na toto téma, s nímž se mnozí shodují. Další lidé siréně nepřikládají důležitost a vyjadřují respekt památce hasiče, který sloužil v pražském Radotíně od roku 1993. **DAV**

Uctění památky hasiče Jana Odermatta

Hasič se smrtelně zranil 14. února při požáru lakovny ve Zvoli, včera v den jeho pohřbu se rozezněly sirény v Praze i celém Středočeském kraji.

- V 9 hodin a 55 minut se sirény rozezněly na 140 sekund. Jednalo se o dlouhý nepřerušovaný tón, zvuku nepředcházelo žádné upozornění či doprovodný text.
- Od 1. listopadu 2001 existuje v Česku jediný signál, který varuje před hrozícím nebezpečím. Je to 140 vteřin trvající **kolísavý tón** sirény.

Opozice. Marně bojovala za Červeného

Odvolání ředitele Správy hřbitovů Martina Červeného se včera stalo jedním z hlavních témat jednání pražského zastupitelstva. Opozice i zástupci spolků a veřejnosti kritizovali radu města za jeho odvolání. Červeného odvolali radní letos na konci ledna. „Na základě auditu, který je nedůvěryhodný a shromažďuje obecné teze a který jsme nikdy neviděli, se lze domnívat, že to bylo účelové rozhodnutí, aby se obnovily klientelistické vazby, neprůhledné zadávání zakázek nebo šmelení s hroby," řekl předseda zastupitelů TOP 09 Václav Novotný. Podle Novotného se Červený zasloužil například o nápravu nevýhodné zakázky na svoz odpadu, či opravu Malostranského hřbitova. Také zavedl program záchrany významných hrobů. Na program jednání se pak následně pokusili neúspěšně zařadit bod, v němž po vládnoucí koalici požadovali vysvětlení jejich kroku. Materiál ale nebyl na program zařazen, nehlasoval pro něj dostatečný počet zastupitelů. **ROW**

INZERCE

Pomoc při řešení nouzových situací spojených s únikem vody

Pražské vodovody a kanalizace, a.s., (PVK) sjednaly pro své smluvní zákazníky asistenční službu nouzových situací spojených s únikem vody za vodoměrem. Pro každého zákazníka PVK s platnou odběratelskou smlouvou na dodávku pitné vody je k dispozici asistenční služba 24 hodin denně, 365 dnů v roce.

ZDARMA

K vám přijede asistenční služba a provede odborné práce potřebné pro odstranění nouzové situace spojené s únikem vody za vodoměrem v rozsahu 2 hodin.

Neplatíte za výjezd vozidla ani provedené nezbytné práce.

Součástí služby není uzavírání a otvírání vodovodních přípojek ani vyhledávání úniků na vnitřním rozvodu.

Asistenční služby zahrnují **DOMÁCÍ ASISTENCI a REFUNDACI ÚNIKU VODY**. Jde o částečnou náhradu nákladů na vodné, způsobené únikem vody za vodoměrem v důsledku prokazatelně nastalé nouzové situace, a to za podmínek, že spoluúčast odběratele na úniku vody dosáhne výše 10 m³, což je minimální limit pro refundaci. Maximální limit pro refundaci úniku vody je stanoven na 15 000 Kč na jedno odběrné místo za rok.

Zákazník PVK může ZDARMA využít na jedno odběrné místo až tři asistenční služby ročně.

Partnerem PVK na tomto projektu je renomovaná asistenční služba UNITED ASSISTANCE.

V případě nouzové situace neprodleně volejte asistenční službu

212 812 212

Služba je určena jen pro **SMLUVNÍ ZÁKAZNÍKY PVK**.

Pražské vodovody a kanalizace

www.unitedassistance.cz
www.pvk.cz

Balík sena nebo africký buben

Lidé v MHD ztratí téměř cokoli, tvrdí dopravní podnik.

Hůl pro mažoretky, andělská křídla, lékařské oblečení nebo policejní obušek. To je jen zlomek z více než pěti a půl tisíce předmětů, které Pražané loni zapomněli v městské hromadné dopravě. Podle mluvčí dopravního podniku Anety Řehkové jsou přitom cestující čím dál tím zapomnětlivější.

„Počty ztrát rok od roku rostou, za poslední čtyři roky se jejich počet zvedl na více než dvojnásobek. Poslední roky se více zapomínají mobilní telefony, tablety a čtečky," řekla deníku Metro Řehková, podle které si cestu ke svému majiteli našlo 2170 předmětů, tedy asi čtyřicet procent. Na seznamu ztrát a nálezů se každý rok najde mnoho kuriozit.

Citát

Lidé ztrácejí téměř všechno. Nevymizelo v podstatě nic. V posledních letech zapomínají hlavně mobily.

ANETA ŘEHKOVÁ, MLUVČÍ DPP

Zaměstnanci dopravního podniku tak už v metru nebo tramvaji našli třeba plovací vestu, dron, krabičku na zuby i s chrupem, archeologické nářadí, africký buben či balík sena. Samostatnou kapitolu tvoří hudební nástroje. Z těch by se podle Řehkové dala sestavit už celá kapela: „Nalezen byl hoboj, trumpeta, housle, flétna a klarinet." Lidé ztratili i 998 různých osobních dokladů. Ty se do souhrnu ztrát nezapočítávají.

V případě ztráty mohou cestující volat na informační linku dopravního podniku, kde se dozvědí, kam si pro ztracenou věc mohou přijet. Komplikovanější je, když cestujícímu spadne věc do kolejiště. „Měl by se obrátit na dozorčího stanice, který může předmět vytáhnout vyprošťovacími kleštěmi. Pokud se jedná o něco drobnějšího, vyndá se to během přepravní výluky v noci. Cestující si věc vyzvedne druhý den, " uvádí mluvčí dopravního podniku Jiří Štábl. V létě padají do kolejišť nejčastěji dámské sandály, ale i mobily či fotoaparáty. „Dokonce se stalo, že mamince sjel do kolejiště prázdný kočárek. Dítě měla naštěstí v náručí," usmívá se Štábl. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

The King's Singers v Praze

Jeden z nejžádanějších vokálních ansámblů, který je dvojnásobným držitelem ocenění Grammy, se po třech letech vrací do Prahy. A to na pozvání Kühnova dětského sboru (dole). Jejich společný galakoncert se koná zítra od 19.30 hodin v Rudolfinu při zahájení 85. sezony sboru. Vstup stojí od 390 do 650 korun. ANDY STAPLES, KAREL ŠUSTER

INZERCE

CVAKNI TO A POŠLI NA **metro.cz**

Metro hlídač

Stovky za vaše fotky z Prahy

Ovlivněte tvář deníku Metro. Foťte aktuální dění v pražských ulicích, zajímavé scény nebo veselé selfie s novinami na známých i netradičních místech a vždy přidejte krátký popisek. Snímky posílejte na **mms@metro.cz** a v případě otištění v novinách **získejte 300, 500 nebo 800 korun.** Noviny tvoříme společně. My jsme Praha.

Zprávy krátce

Nová trať do Lysé dostala zelenou

Pražské zastupitelstvo včera podpořilo přípravu změny územního plánu, která umožní modernizaci železniční trasy do Lysé nad Labem. Počítá se s modernizací nádraží ve Vysočanech a přibýt by měla především zbrusu nová železniční stanice na Rajské zahradě s přestupem na metro. ROW

V rybníku našli mrtvolu cizince

Policie včera dopoledne vyjížděla k nálezu mrtvého muže v Újezdu nad Lesy. Těla pod ledem v místním rybníce si všiml kolemjdoucí. Kriminalistům se už podařilo zjistit, že utonulý je pětatřicetiletý cizinec, který byl od poloviny letošního ledna v databázi pohřešovaných. Muž zřejmě přišel o život bez cizího zavinění. ČTK

Stop smogu!

Před magistrátem na Mariánském náměstí včera několik desítek demonstrantů kritizovalo politiky, že neřeší špatný stav životního prostředí a smog. Zejména jim vytýkali, že nemají plán, jak situaci do budoucna řešit a nepracují na něm. Akci Chceme dýchat! pořádalo několik občanských sdružení, zúčastnili se jí také někteří zastupitelé Zelených včetně předsedy Matěje Stropnického. Demonstranti si přinesli transparenty a roušky. MAFRA

Dětským zubům pomůže projekt

V Thomayerově nemocnici se chystá centrum, které má vylepšit dětské úsměvy.

Pryč jsou doby, kdy školáci docházeli na preventivní prohlídky. Dnes k zubaři mnohdy berou rodiče děti, až když si stěžují, že je zub nesnesitelně bolí. A to bývá už pozdě. Přitom v metropoli je podle statistik jen 44 procent pětiletých dětí bez kazu. V rámci průzkumu byli zachyceni i předškoláci, kteří neměli v ústech jediný zdravý zub.

V současné době chystá magistrát změnu, připravuje projekt, který by měl významně pomoci problematiku dětské stomatologické péče řešit. „Projekt si klade za cíl zvýšit dostupnost a kvalitu ošetření malých pacientů zřízením nového pracoviště zaměřeného na zubní péči o děti a dorost," vysvětluje radní pro zdravotnictví Radek Lacko. „Připravujeme pro ně zřízení dvou zubních ordinací se společným zázemím," dodává Lacko.

První podobné místo by mělo vzniknout v Thomayerově nemocnici. Pro jeho provoz by totiž mohly nejlépe sloužit prostory v místě již fungujícího zařízení. Bude zde působit několik stomatologů na částečný úvazek a dvě zdravotní sestry na plný úvazek. Na částečný úvazek by zde mohla působit i dentální hygienistka. „Při plném vytížení by se v centru mohlo ošetřit 400 až 500 dětí měsíčně, tedy zhruba pět až šest tisíc ročně," řekl Lacko.

ROBERT OPPELT
robert.oppelt@metro.cz

Zuby a prevence

České děti mají přibližně 2,5krát více zkažených zubů než děti v jiných evropských státech, jako je Švýcarsko nebo Finsko a Dánsko.

- Výsledky posledního epidemiologického šetření v dětské populaci jsou alarmující, neporušený chrup byl u českých pětiletých dětí nalezen jen ve 49,4 procenta, u 12letých ve 34,3 procenta.
- Vedle častějšího výskytu kazů je nejvážnějším problémem dětské stomatologie vlastní ošetřování dětského chrupu – téměř 80 procent zubů s kazem u 5 letých dětí není ošetřeno, u 12 letých je neošetřeno 70 procent.
- Zubnímu kazu lze spolehlivě předejít správnou péčí.
- Problémem je i nízká motivace zubních lékařů děti ošetřovat.

INZERCE

ZEMANovy ceny:
od 27. 2. do 5. 3. 2017

Vepřová krkovice — S KOSTÍ 74,90 1 kg — BEZ KOSTI 114,90 1 kg
Mletá vepřová plec — 74,90 1 kg — SUPER CENA
Uzená pečeně s kostí — 89,– 1 kg — SUPER CENA
Zauzená šunka Delikates (tř. jakosti standard) — 12,90 100 g — SUPER CENA
Anglická slanina — 12,90 100 g — SUPER CENA
Libové párky — 6,90 100 g — SUPER CENA
VÍKENDOVÁ CENA: Čt 2. 3. až Ne 5. 3. 2017 — Hovězí kližka (nožina) — 139,90 1 kg
www.prodejnyzeman.cz

DÍVČÍ KATOLICKÁ STŘEDNÍ ŠKOLA
Získej střední vzdělání za dva roky!

Staň se chůvou u dětí předškolního věku!
(a najdi uplatnění u dětí třeba v mateřské školce.....)

Staň se pečovatelkou – Pracovníkem v sociálních službách!
(pečuj o klienty ve stacionářích, domovech pro seniory, v domácí péči....)

Staň se sanitářem!
(a najdi si práci v nemocnici, léčebně dlouhodobě nemocných či v jiném zdravotnickém zařízení)

Staň se kuchařkou!
(vař pro sebe a blízké, vař profesionálně v kuchyních jídelen, restaurací.....)

Dokážeš to!
- pomůže ti náš psycholog, speciální pedagog, asistent pedagoga, výchovný poradce, sociální pracovník,...
- bydlet můžeš v našem školním ubytování
- na víru nebo příslušnost k církvi se nikoho neptáme
- školné se neplatí!

DÍVKO, NEVÁHEJ, PŘIJĎ MEZI NÁS!
Najdeš nás na www.divciskola.cz | Piš na divciskola@divciskola.cz | Volej: +420 604 451 423

Obří detonace v továrně. Už poněkolikáté

Bojují o život. Exploze ve fabrice na likvidaci munice těžce zranily několik lidí.

„Došlo tam k výbuchům. Ještě nevíme čeho, protože nebezpečných látek ve skladu bylo více," uvedl před polednem operační důstojník pardubických hasičů. Strojírnami v Poličce otřásla série detonací a fabriku pohltil obrovský požár. Podle posledních zpráv v tamním skladu vybuchla trhavina v cisterně. Na místě zasahovalo několik hasičských sborů, kolem půl třetí odpoledne už byla situace pod kontrolou. Exploze zranila 19 lidí, z toho čtyři těžce, kteří jsou v ohrožení života. Jedná se o zaměstnance, ostatní jsou hasiči. Po explozích policie z vrtulníku zjistila, že plameny poničily část haly, a ačkoli byla situace o poznání klidnější, v objektu, kde se trhavina nachází, stále hořelo. Nemocnice a záchranáři pracovali v režimu mimořádné události. Pyrotechnici ani policisté nedokážou odhadnout, jak dlouho bude trvat vyšetření celé události. **ČTK, iDNES.cz a MAP**

Smrt a zranění v Poličce

Mimořádná událost se stala v Poličských strojírnách naposledy 9. září 2015, kdy v jejich areálu explodovalo 320 tun střelného prachu. Tehdy se popálili dva zaměstnanci.

- **V roce 2007** vybouchl granát při jeho demontáži, **vážně zranil dvě ženy.** Tragická byla nehoda, která se stala **v roce 1996,** kdy se vznítily výbušniny používané pro výrobní účely. Jeden **člověk uhořel,** pět jich bylo zraněno.

Mrtví ve skladech s municí

4

V dubnu 2011 se v pardubické firmě Explosia stala největší tragédie svého druhu za posledních 15 let. Kvůli výbuchu tam zemřeli čtyři lidi, dalších devět se zranilo. Příčinu události v podniku, kde se vyráběla trhavina dynamitového typu, se nepodařilo vyšetřit. Odložen byl také případ exploze střelného prachu ve Vlašimi, kde v září 2015 zemřeli tři zaměstnanci. Dva mrtvé si vyžádal známý případ z října 2014 v areálu u Vrbětic.

Shindy poprvé uvidíte 4. března

Zoologická zahrada Dvorec nedaleko Českých Budějovic se může pochlubit novým mládětem. Během mrazivého 19. ledna přišlo na svět lvíče Shindy. Zatím je mimo zraky návštěvníků, poprvé se lidem slečna představí 4. března, kdy ji pokřtí herec jihočeského divadla Ondřej Veselý. K vidění pak bude každý den do 12. března. MAFRA

Táta Gábiny. „Chci být dědou až po Pekingu," říká Soukal

Otec zlaté medailistky z MS Gabriely Koukalové Karel Soukal byl dalším hostem Kauzy dne. V rozhovoru uvedl, že by byl rád, kdyby jeho dcera vydržela v bílé stopě až do zimních olympijských her v Pekingu 2022. Gábina si podle něj oblíbila biatlon i díky tomu, že si mohla odpočinout na střelnici. Řeč padla také na doping.

Poslouchejte pořad Kauza dne od pondělí do čtvrtka od 18 hodin na Rádiu Impuls. **MET**

látky® Mráz

ZLEVNILI JSME, CO SE DALO!

OBLÍBENÉ

ZIMNÍ SLEVY 30-50%

JSOU TADY!!!

NA LÁTKY A GALANTERII

Platí v kamenných obchodech i e-shopu www.dumlatek.cz

DŮM LÁTEK.CZ LÁTKY MRÁZ

nakupujte nyní v unikátním e-shopu www.dumlatek.cz

10% sleva

Na veškerý metrový textil lze uplatnit slevu 10 % na základě tohoto inzerátu. Sleva platí v kamenných obchodech.

Sleva platí: 10. 2. – 10. 3. 2017

Slevu 10 % nelze uplatnit na již zlevněné látky.

Vše pro stylové šití

Pestrobarevný a inspirativní svět látek a galanterie, to jsou obchody Látky Mráz, kde najdete co potřebujete pro domácí i profesionální šití.

Sortiment každý týden doplňujeme o nové kolekce látek. **Novinky** hledejte také na facebooku.

MALOOBCHOD • VELKOOBCHOD • E-SHOP

4x v Praze

Fajtlova 1090/1 | Praha 6 – OC Šestka | tel.: 225 023 222
Haškova 10 | Praha 7 – Letná | tel.: 233 376 536
Košická 27 | Praha 10 – Vršovice | tel.: 271 740 541
Sázavská 34 | Praha 2 – Vinohrady | tel.: 222 510 625
Kralupy nad Vltavou | Hůrka 1033 a Hůrka 1034 | tel.: 311 284 924

látky.cz

Co Čech, to „fyzioterapeut“. Úroveň kolísá, tvrdí odborníci

Napravování zad prožívá velký boom. Na úkor kvality služeb.

Výborní teoretici s téměř nulovou praxí či rychlokvašky s několikadenním kurzem. Tak v posledních letech mluví odborníci o většině začínajících fyzioterapeutů. Do oboru, který se těší v tuzemsku velké oblibě, se totiž podle fyzioterapeutky Karolíny Stočilové nebojí pustit prakticky kdokoliv.

„Stačí vám jen triviální kurz, živnostenský list a je z vás fyzioterapeut. S kvalitou už to bývá horší,“ řekla deníku Metro Stočilová. Lépe na tom nejsou ani absolventi vysokých škol. Ti dnes sice mají podrobné znalosti teorie z posluchárен, díky kterým pak umějí diagnostikovat, podle Stočilové jim však chybí kontakt s reálnými pacienty. „Prakticky nesáhnou na člověka,“ dodává Stočilová, podle které pak takový fyzioterapeut potřebuje dalšího odborníka na rehabilitaci.

Fyzioterapie jako obor prožívá v posledních letech velký boom. Ačkoliv se obor před lety přesunul ze středních škol pouze na vyšší odborné a vysoké školy, počet lidí, kteří se na něj hlásí, je každý rok větší. „Na naši fakultu se každý rok hlásí osmi až desetinásobek uchazečů, než je počet studentů, který můžeme ke studiu přijmout,“ říká proděkanka II. lékařské fakulty Univerzity Karlovy Alena Kobesová, podle které by měl mít právo se zabývat fyzioterapií pouze ten, kdo řádně dokončil zdravotnické vzdělání.

Přes osmdesát procent populace trpí podle statistik obtížemi, které lze léčit pomocí fyzioterapie a rehabilitace. Na tento trend sází také ti, kteří se rekvalifikují s úřadem práce. Masérství, fyzioterapie a osobní služby – tyto obory patří spolu s počítačovými kurzy a kurzy účetnictví mezi nejžádanější volby. „Samozřejmě zájemcům doporučujeme i jiné kurzy, abychom jim zajistili lepší uplatnění. Pokud je v jednom městě třicet fyzioterapeutů, je na zváženou jiný obor,“ vysvětluje mluvčí úřadu Beránková, podle které se stejně v rámci kurzu mohou stát maximálně maséry.

Ačkoliv v rekvalifikačním kurzu obvykle získáte větší množství praxe než student vysoké školy za tři až pět let studia, mnoho prestiže vám to v oboru nepřinese. Podle Gabriely Sýkorové Dvorníkové z Univerzity Palackého v Olomouci má navíc každý opravdový fyzioterapeut ze zákona povinnost kontinuálně se vzdělávat v oboru dál, podobně jako u jiných lékařských oborů. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

Osm tisíc fyzioterapeutů. V Evropě jsme na průměru

Na fyzioterapeuty narazíme hlavně v nemocnicích, ambulancích, lázních a rehabilitačních ústavech. Pro práci zde bývá obvyklou podmínkou vysoká škola a dvousethodinový kurz. Fyzioterapeuti také obvykle působí ve sportovním prostředí.

- Bolesti páteře trápí osmdesát procent dospělých a tři čtvrtiny dětí. Zdravotní pojišťovny hradí fyzioterapii do limitu, pokud chtějí klienti víc, musí si připlatit. Lékaři varují, že fyzioterapie nenahradí zdravý životní styl. O ten se musí každý člověk snažit sám.
- Severské země či Německo mají sto až sto padesát fyzioterapeutů na sto tisíc obyvatel, ČR kolem 80, podobně jako Rakousko. Hůř na tom jsou například Slovensko, Polsko či Maďarsko.
- K nejproblémovějším patří kolenní, hlezenní a kyčelní klouby. Ty přidělávají fyzioterapeutům práci také proto, že jsou nejčastěji přetěžovány například kily navíc.
- U fyzioterapie platí podobný trend, který postihuje mnoho jiných lékařských oborů. Odborníků je totiž stále méně a odcházejí za lépe placenou prací do zahraničí.

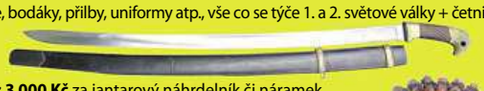
Bolavá záda

6

Zhruba tolik miliard korun ročně vynaloží české pojišťovny za rehabilitační procedury lidí, které trápí bolesti zad a kloubů. Takto nemocných je v tuzemsku asi jeden a půl milionu lidí.

INZERCE

SBĚRATELSKÝ KABINET
Michelská 12A, Praha 4, Michle
VYKOUPÍ IHNED ZA HOTOVÉ:
Šavle, bodáky, přilby, uniformy atp., vše co se týče 1. a 2. světové války + četnictvo.



Až 3 000 Kč za jantarový náhrdelník či náramek.
Také šperky z českých granátů, korálů, grandlí atp.
Dále též veškeré vyznamenání, mince, sklo, porcelán, pohlednice, šicí a psací stoje, nábytek do r. 1970 Kč.

Obrazy, vánoční ozdoby, betlémy, rádia, lustry, lampy, žehličky, váhy, hmoždíře - bereme téměř vše. **Odznaky, housle,** hudební nástroje, vše i poškozené.

Hračky, auta, autobusy, pásáky, bývalé ČSSR, na kabel, setrvačník, a to i poštou.

Hodinky Omega, Heuer, Schassen, Breitling, hodinky se stopkami, Prim, Orlík, Spartak, Doxa, Glashütte, kapesní hodinky + řetízky k nim. Vše může být i velmi silně poškozené. Máme zájem též o hodinářskou pozůstalost.

Naše orientační ceny:

Přijedeme rádi kamkoliv v Čechách i na Moravě.
Návštěvy u Nás až po tel. domluvě.
Likvidujeme též celé pozůstalosti.
Tel.: 602 229 348
sberatelskykabinet@post.cz

Barevný běh rozzáří v červnu ulice

Zimní počasí příliš barev nenabízí, ale registrace na pražský běh The Color Run, který se uskuteční v sobotu 3. června, je už otevřena. Závod je známý také jako Pět nejšťastnějších kilometrů na Zemi. Na trase se čas neměří, ale na každém kilometru jsou účastníci od hlavy k patě zasypáváni zdravotně nezávadnými barvami. Startovné na akci je možné zakoupit na www.thecolorrun.cz. MAFRA

Zprávy krátce

Za smrt dítěte jim hrozí šest let

Policie obvinila za loňský tragický pád dvouleté dívky z jedoucího vlaku na Olomoucku průvodčí a vlakvedoucí. Obě ženy čelí obvinění z usmrcení z nedbalosti, za což je sazba šest let ve vězení. Dívka vypadla z vlaku ve chvíli, kdy byly s matkou a starší sestrou na toaletě. Podle výsledků vyšetřování Drážní inspekce vlak ze stanice v Olomouci odjel s neuzavřenými dveřmi, při rychlosti 111 kilometrů za hodinu se pak dveře samovolně naráz otevřely. Kriminalisté uvedli, že obviněné ženy porušily své povinnosti. **ČTK**

Sobotka v dvojroli

Dvojí roli, premiéra i ministra průmyslu a obchodu, zatím zastane premiér Bohuslav Sobotka. Nového ministra chce vybrat až po sjezdu ČSSD. Požádal prezidenta Miloše Zemana, aby ho zatím pověřil vedením resortu. Prezident to akceptoval, stejně jako odvolání Mládka. **iDNES.cz**

Zprávy krátce

Herec Jan Tříska na archivním snímku z roku 2012 MAFRA

Tříska přijede do Prahy

Herec Jan Tříska přicestuje z USA na Febiofest kvůli ceně Kristián za přínos světové kinematografii. Ocenění převezme 23. března v pražském Obecním domě.

Češi polské potraviny neradi

Češi podle dat Českého statistického úřadu loni poprvé za 18 let ubrali na intenzitě nákupů polských potravin. Do té doby dovozy levných potravin do Česka, a tedy i poptávka po nich, rok od roku strmě rostly. Od aféry s technickou solí v potravinách před pěti lety přitom tuzemští spotřebitelé tvrdí, že polskému jídlu nevěří a v obchodech se mu vyhýbají. Určitou roli v tom sehrálo i to, že Češi si finančně přilepšili a také nedávná aféra s polskými vejci od firmy Wozniak kvůli výskytu salmonely. **iDNES.cz**

Obleva lyže neohrozí

Bude sněžit. Na hory se vrátí zima.

Předpovědi počasí jsou před víkendem tradičně nejsledovanější. Deník Metro zjišťoval, jak na tom budou české hory. Ačkoli v posledních dnech panovaly teploty spíše jarní, zima rozhodně neodchází. „U nás v oblasti šumavského Špičáku už přestalo pršet a lyžaři se vrací na svahy. Dnes ráno mají teploty podle předpovědí spadnout pod nulu a dopoledne se očekává sněžení. O víkendu pak mrazy až minus osm stupňů, během dne okolo nuly," řekl pro deník Metro provozní ředitel ze skiareálu Ski&Bike Špičák Vladimír Kasík.

Dobré podmínky hlásí také z Krkonoš. „Na sjezdovkách je stále přes metr sněhu. Jde o sníh technický, který je méně náchylný na teplotní výkyvy. Nijak zásadně ho během oteplení neubylo," říká za Špindlerův Mlýn Martina Voráčková s tím, že teploty opět klesají.

Návrat zimních teplot očekávají také ve středočeském Moníncí, který leží v oblasti, jíž se říká česká Sibiř. Na dnešek tam chystají večerní závody Dark Show.

„Monínec nabízí jednu z nejdelších osvětlených sjezdovek v Česku. Závodí se v nočním tichu, sjezdovka je osvětlena loučemi a světelnými efekty," láká Polák. Závodníci jako odměnu dostanou celodenní skipas.

Lyže si užijete i na Lipně. Zkusit si tam můžete skikrosovou trať, kterou vybudoval tým Evy Samkové. O víkendu se tam konají závody v obřím slalomu a sjezdu. **MAREK PEŠKA**

Počasí

Lyžaři mají na Špičáku i po dešti vrstvu od 60 do 80 centimetrů sněhu. Chladné počasí přinese dnes do hor sníh.

- O víkendu bude pod mrakem, v noci na zítřek bude mrznout, což bude k dnešnímu sněžení ideální kombinace. Zítra přes den bude kolem tří stupňů.
- V neděli se o něco oteplí, ale vlekaři budou schopni vyrobit kvalitní sníh.

www.FLEX-TEX.cz

ZPŘÍJEMNĚTE SI U NÁS POSLEDNÍ ÚNOROVÝ PÁTEK
NÁKUPEM SKVĚLÝCH LÁTEK A GALANTERIE ZA NESLÝCHANÉ CENY

Nabídka platí pouze pro kamennou prodejnu a do vyprodání zásob.

Elegance v kožíšku – úchvatný umělý kožíšek s kratším chlupem (cca 1cm), v temně šedém odstínu, najdete dnes u nás již od rána. Tento hebký a na omak neodolatelně příjemný „chlupáček", Vám padne jako ulitý v podobě šik módní vesty a zimního kabátku. Lze použít na lemy límců nebo rukávů již Vašeho stávajícího kabátu, anebo s ním povlečte dekorační polštářky v interiéru. Možností využití, je u chlupatých materiálů nespočet. Materiál: 100% polyester. Šířka 155 cm. Skladem 42 m. **V prodeji dnes od 09:00 hodin.**
Max. 3 m/zák. Běžná cena: 289,- Flex-tex cena **99,-**

Vstříc zimě ve vlně – zima nás ještě neopouští, a tak jsme do výhodné nabídky zařadili hřejivou vlněnou látku, v decentní barevné kombinaci šedobílé. Hodí se na různé kostýmy, kabátky i slušivé čepice. Ani sukní se v chladném počasí nemusíte vzdávat. Vytvořte si teplou sukni konkrétně z tohoto materiálu a zima si na Vás už nepřijde. Díky méně výraznému odstínu, můžete následný model kombinovat, s libovolně barevným kouskem z Vašeho šatníku. Složení: 68% vlna, 32% polyester. Šíře 160 cm. Skladem 72 m. **V prodeji dnes od 10:00 hodin.**
Max. 3 m/zák. Běžná cena: 219,- Flex-tex cena **39,-**

Tajemství šedé – jelikož máme v sortimentu také velké množství podšívkových materiálů, vždy pro Vás vybereme jednu, za výhodnou cenu. Nyní 100% viskózová podšívka v univerzální tajemné šedé. Ideální k podšití sukní, sak, kabátů, šatů a dalších oděvů, které si vyžadují kvalitní podšívku. Potřebujete-li jiný odstín podšívky, zastavte se u nás a s prázdnou neodejdete. Šíře 140 cm. Skladem 82 m. **V prodeji dnes od 11:00 hodin.**
Max. 3 m/zák. Běžná cena: 99,- Flex-tex cena **9,-**

Věčně vděčné puntíky – moderní bavlněné plátno, plné pravidelně uspořádaných puntíků (1,5 cm), v zemitých odstínech na bílém podkladu. Harmonicky působící látka nabízí všestranné využití, ať už na oděvy nebo dekorace. Slušet Vám bude puntíkatá sukně i šaty, stejně tak košile, anebo bavlna dokonale podtrhne krásu Vašeho interiéru, ve formě polštářků a jiných bytových doplňků. Zapomenout nesmíme ani na patchworkové tvoření, při němž Vám látka přijde jistě vhod. Jedná se o 100% bavlnu. Šířka 110 cm. Skladem 63 m. **V prodeji dnes od 12:00 hodin.**
Max. 3 m/zák. Běžná cena: 199,- Flex-tex cena **49,-**

Nugátový krém – pevná 100% bavlněná látka se zátěrem, v teplém nugátově hnědém odstínu. Vhodné využití nalezne především pro extravagantní oděvy a modely, například kalhoty či pláště, a především na módní doplňky, jakými jsou tašky, kabelky a mnohé další. Po vyprání se na látce může vytvořit lehce popraskaná struktura, vytvářející neotřelý efekt. Šířka 150 cm. Skladem 55 m. **V prodeji dnes od 13:00 hodin.**
Max. 3 m/zák. Běžná cena: 159,- Flex-tex cena **9,-**

Nespoutané víno – dokonalý společenský úplet, s hrubším abstraktním dezénem, uplatníte na rozmanité příležitosti. Vášnivý tón bordó odstínu, zvýrazní s jistou noblesou Váš půvab, v podobě smyslného topu na večírek i rande. Dále si navrhněte originální halenky a trička, přiléhavé šaty i sukni, která podtrhne křivky každé ženě. Složení: 97% polyester, 3% elastan. Šíře 155 cm. Skladem 69 m. **V prodeji dnes od 14:00 hodin.**
Max. 3 m/zák. Běžná cena: 119,- Flex-tex cena **29,-**

Zimní žirafa – nechali jsme se inspirovat žirafím vzorem a vznikla zajímavá zimní látka okrového odstínu, s chlupatým a zacuchaným povrchem. Materiál uplatníte především v bytovém textilu, jako přehozy přes různé předměty a nábytek, mimo interiérový textil jako teplou podšívku, zdobné části oděvů, čepice a přehozy. Lze použít na výrobu plyšových zvířátek. Pouze ruční praní. Složení: 64% polyester, 20% acryl, 16% vlna. Šíře 150 cm. Skladem 67 m. **V prodeji dnes od 15:00 hodin.**
Max. 3 m/zák. Běžná cena: 169,- Flex-tex cena **19,-**

Bavlněná radost 2v1 – netradiční sněhově bílá látka, s vysokým podílem bavlny, složena ze dvou vrstev. Po vyprání se látky rozdělí a budete mít k dispozici: tenké plátýnko na košile či interiérový textil a látku, v podobě baby manšestru, na oděvy jako jsou sukně, saka a kalhoty. Pokud budete chtít pouze jednu látku, vyperte materiál až po ušití vysněného kousku. Složení: 65% bavlna, 35% polyester. Šířka 150 cm. Skladem 45 m. **V prodeji dnes od 16:00 hodin.**
Max. 3 m/zák. Běžná cena: 129,- Flex-tex cena **9,-**

Flanelová slast – pro příznivce luxusně pohodlných košil se vzorem kostky, zde máme dnes na závěr bomba nabídku – modrobílý bavlněný flanel. Vynikající příležitost ušít si nyní slušivou a ležérní košili, kterou unosí jak dámy, tak pánové, ale ani v případě dětí nešlápnete vedle. Hřejivý materiál v aktuálním počasí oceníte. Kromě košil nalezne látka uplatnění také jako komfortní kalhoty a příjemné pyžamko, v němž budete mít ty nejkrásnější sny. 100% bavlna. Šíře 145 cm. Skladem 110 m. **V prodeji dnes od 17:00 hodin.**
Max. 3 m/zák. Běžná cena: 219,- Flex-tex cena **29,-**

NA PRODEJNĚ NAJDETE I STÁLOU NABÍDKU

FLEECE	119,-	PATCHWORK	od 49,-
SAMET	99,-	ORGANZY	39,-
SATÉN	od 79,-	TYL	od 39,-

POUZE NA LÁTKY - HOTOVOSTNÍ PLATBA -10% 0217

FLEX-TEX
Jateční 31, Praha 7
mobil: 721 443 662, tel.: 283 870 783

Sleva se vztahuje na veškeré látky i zlevněné!

Ananas prezident na pizzu nezakáže

Otázka, zda je vhodné dávat na pizzu ananas, dokáže vyvolat bouřlivou diskusi.

Prezident Jóhannesson

Islandský prezident Gudni Jóhannesson nedávno v debatě se středoškolskými studenty v severoislandském přístavním městě Akureyri řekl, že havajskou pizzu s ananasem nenávidí. „Kdybych měl tu moc, tak bych ji v naší zemi zakázal," uvedl doslova.

Agentura AP to označila za nejkontroverznější výrok islandského prezidenta od jeho loňského nástupu do funkce. Jeho post má převážně ceremoniální charakter. Jóhannessonovy výroky vyvolaly mnoho reakcí také na sociálních sítích na Islandu i ve světě. Ty ho přiměly, aby se k tématu vrátil na Facebooku. „Nemám pravomoc zakázat lidem ananas na pizze, a jsem rád, že takovou pravomoc nemám. Prezidenti by neměli mít neomezenou moc," napsal. „Na pizzu bych doporučil plody moře," dodal prezident, který působil před nástupem do úřadu jako profesor politické historie.

Osmačtyřicetiletý Gudni Jóhannesson byl zvolen loni a mezi Islanďany je nesmírně populární. Je známý především svým neformálním vystupováním. **MET, ČTK**

Číslo dne

81,4

Tolik procent Islanďanů vyjádřilo v lednovém průzkumu veřejného mínění podporu svému prezidentovi. Ten sám sebe označuje za obyčejného otce od rodiny, který rád čte, běhá a hraje fotbal.

Karnevalové masky

Město Kolín nad Rýnem se včera připravovalo na pouliční karneval. Pořadatelé po předchozích zkušenostech zvýšili počet policejních hlídek. Pro ženy a dívky je připraven i zvláštní automobil, v němž se mohou obrátit na specialisty v případě sexuálního obtěžování nebo násilí. AP

INZERCE

NEJVYŠŠÍ CENY NA TRHU
AUKČNÍ DŮM ARCIMBOLDO
Do jarní aukce právě přijímáme
OBRAZY A STAROŽITNOSTI
Z ČÍNY, JAPONSKA, TIBETU,
INDIE A JIHOVÝCHODNÍ ASIE

ARCIMBOLDO
AUKČNÍ DŮM ARCIMBOLDO
Lázeňská 9, Praha 1
T: 603 811 873
WWW. ARCIMBOLDO.CZ

Bouře. Trhala vedení a zrušila lety

Velkou Británii včetně hlavního města Londýna zasáhla včera ráno prudká bouře Doris, kvůli které byly zrušeny desítky leteckých spojů. Na londýnském letišti Heathrow, které je největší v zemi, zrušili zhruba deset procent letů. Irská letecká společnost Aer Lingus uvedla na svém webu, že zrušila dvanáct spojů mezi Británií a Irskem. Bouři provází lijáky a silný vítr, který byl nejcitelnější na severu. Vítr o rychlosti více než 150 kilometrů v hodině byl zaznamenán v severním Walesu, oznámila policie. V Severním Irsku byla přerušena dodávka elektřiny pro až 20 tisíc domácností. Postižena byla železniční doprava, a to zejména v oblasti Londýna, kde byly zrušeny mnohé spoje. **ČTK**

Zprávy krátce

Měli informovat o kritice Turecka

Turecké zpravodajské aktivity v Německu jsou zřejmě výrazně širší, než se myslelo. Zástupci tureckých konzulátů v Severním Porýní-Vestfálsku se do nich podle listu Rheinische Post snažili zapojit i učitele a rodiče, kteří je měli informovat o kritice prezidenta Erdogana na německých školách. Věc už začalo prověřovat státní zastupitelství v Düsseldorfu. Minulý týden německá policie zasahovala proti čtyřem tureckým muslimským duchovním a podezírá je ze špionáže ve prospěch Turecka. **ČTK**

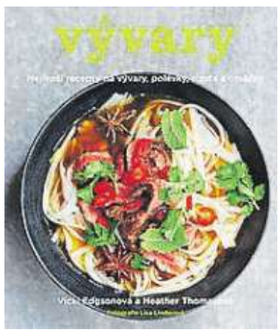
Interrupce. Nizozemská loď nabídne zákrok na moři

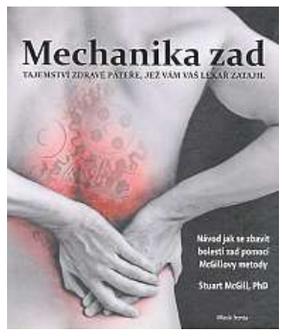
K pobřeží Guatemaly směřuje nizozemská loď, na níž si budou moci nechat těhotné ženy bezplatně provést interrupci. Dostanou tak možnost obejít přísná pravidla, která zákrok povolují jen za mimořádných okolností. Tuto pomoc nabízí nizozemská nevládní organizace Ženy na vlnách (WoW), která podobné služby poskytuje od roku 1999 i v dalších zemích.

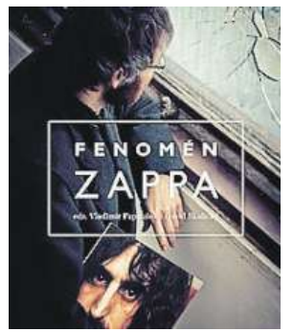
V Guatemale jsou potraty povoleny jen v případě ohrožení života matky. Ženy zákaz obcházejí zákroky načerno. Ročně se jich v zemi, která má zhruba 15 milionů obyvatel, uskuteční na 65 tisíc. Konají se často za nevyhovujících hygienických a zdravotnických podmínek a jsou třetí nejčastější příčinou smrti žen.

Loď má zakotvit v přístavu San José. Pro provedení zákroků ale odpluje do mezinárodních vod, aby se neporušily guatemalské zákony. **ČTK**

Je tu další nálož nových knížek







Můj květinový ateliér

Květinové dárky jsou vhodné v každém ročním období. Své o tom ví i floristka Markéta Keclíková. O svoje umění se podělila v nové knize, kde najdete 200 fotografií, jak při vázání květin postupovat. Ale nejen kyticí – detailní fotodokumentace se týká i věnců, svícnů, aranží a dalších nápadů na dárky. Vše je psáno srozumitelně a pro laiky. Kniha potěší všechny kreativní milovníky květin a květinových dekorací, ať už je pro ně floristika pouhým koníčkem, nebo přemýšlejí o profesionální dráze. *Cena: 399 Kč*

Vývary

Obyčejný vývar má zázračné schopnosti. Posiluje kosti, napomáhá regeneraci těla a je jedním z nejvýživnějších jídel na světě. Nyní se o jeho chuti a zdraví můžete dočíst v nové kuchařce. Nabízí recepty na deset základních vývarů z masa, ryb i zeleniny. Přečtěte si, jaké jsou jejich nutriční výhody, a pak je s knihou krok za krokem uvařte. Navíc obsahuje přes padesát receptů na polévky, rizota, omáčky a jídla založená na dušeném mase se zeleninou, jejichž podstatu tvoří jeden z vývarů. *Cena: 278 Kč*

Mechanika zad

Třetí kniha kanadského lékaře představuje první počin svého druhu určený široké laické veřejnosti, který přistupuje komplexně k problematice bolesti zad. Kniha prezentuje výsledky 35 let výzkumu a studií funkce páteře. Přináší celou sérii postupů, které dohromady tvoří metodu řešení problémů s bolestmi zad. Vedle popisu funkcí zad radí, jak dělat každodenní pohyby, jak můžeme odhalit původ bolesti a ukazuje i základní cviky a pohyby vedoucí ke správným pohybovým návykům. Cena: *299 Kč*

Fenomén Zappa

Kolem osobnosti a tvorby amerického hudebníka Franka Zappy se u nás vytvořil specifický kulturní fenomén, který nemá ve světě obdoby. Novinka z nakladatelství Akropolis tento úkaz kompletně mapuje. První část nabízí akademické studie, které se Zappovi věnují z různých hledisek. Mimo jiné se snaží hudebníka uchopit po poetické stránce. Druhá část knihy využívá postupů orální historie a konstruuje Zappův obraz ve vzpomínkách jeho českých fanoušků. Knihu doprovází plno fotek. *Cena: 224 Kč*

Před komiksem

Co bylo před komiksem? Prakomiks! Martin Foret a Tomáš Prokůpek zmapovali počátky obrázkových seriálů v našich zemích. Ponořili se až do poloviny 19. století a odhalili i díla, která dosud zůstávala zcela neprozkoumána. Publikace určená všem zájemcům o domácí obrázkový seriál, ale i obecněji vizuální či tiskovou kulturu 19. století nahlíží optikou „komiksu před komiksem“ i práce známých českých výtvarníků a ilustrátorů, jako byli například Josef Mánes nebo Mikoláš Aleš. *Cena: 495 Kč* **HOP**

INZERCE

FairCredit

PŘIVÝDĚLEK S FAIR CREDITEM.
JÁCHYM, 22 LET, STUDENT VYSOKÉ ŠKOLY EKONOMICKÉ. U NÁS SI ZA MINULÝ ROK PŘILEPŠIL KAŽDÝ MĚSÍC O 7 100 KČ.

Žiji mezi čísly. Vysoká škola je náročná a najít zajímavý přivýdělek může být potíž. Ale ne u Fair Creditu.

VAŠE VAŠEŇ, VAŠE VÝHODA!

Bezplatná linka: **800 050 288**
E-mail: **info@faircredit.cz**
Web: **www.vydelejtesivic.cz**

Dopřejte si vyhlazení vrásek!

OČNÍ KLINIKA Horní Počernice

Plastické a estetické zákroky:
Aplikace botulotoxinu
Plastické operace horních víček
Biodermální nitě **(novinka)**
Operace ektropia, entropia

ZBAVTE SE VRÁSEK, ZJEMŇETE SVOU TVÁŘ

Na Oční klinice v Horních Počernicích je možno podstoupit aplikaci botulotoxinu do vytížených a k vráskám náchylných oblastí obličeje, stejně tak lze odstanit nadměrné pocení z podpaží či plosek rukou. Ceny aplikace dle použitého množství látky, od 1000 Kč za oblast.

PLASTICKÉ OPERACE HORNÍCH A DOLNÍCH VÍČEK

Na Oční klinice Horní Počernice taktéž provádíme plastickou operaci horních a dolních víček. Nejenže rozjasníte a oživíte svůj pohled, ale také se zbavíte obtíží často spojených s pokleslými víčky. Jako je omezené zorné pole, zvýšená únava očí, nadměrná slzivost či bolesti hlavy.

tel.: 281 865 664, 602 105 355
email: info@ocniklinikahp.cz
Obchodní 2694/2, Praha 9
www.ocniklinikahp.cz

Provazy, tyče, stěna i válce. Hlavně je to ale velká dřina

Chcete prověřit fyzičku a týmovou spolupráci? Pak vyrazte na hru nazvanou Quick Game.

Ležíme na červené žíněnce a těžce oddychujeme. Máme sedřené nohy. Nad námi je spousta natažených provazů a mám pocit, že se nám smějí. Ani na devátý pokus jsme je nepokořili.

Jsme s kolegou Markem na okraji Prahy v Kyjích v jedné z jedenácti klecí v rámci hry Quick Game. Za hodinu jsme uspěli v devíti včetně bonusové, kam nás ale pustili jen z lítosti. Vždy ale jen na nejlehčí ze tří obtížností. Rozhodně je tahle výzva náročnější, než jsme čekali.

Je to trochu fiasko, vždyť jsme uhráli jen osm bodů. Dva borci o týden dříve získali plný počet 99 bodů. Takže na každé z disciplín měli víc než my dohromady ze všeho. „Ale i snaha se cení," pokouší se nás uchlácholit jeden z pořadatelů Tomáš Chroust.

Fyzicky náročné úkoly dají zabrat. Ať už jde o ručkování, různé prolézání či skákání. Prvky jsou známé z her a televizních show Wipe Out a Ninja factor. Občas mě chytají křeče, jednou si dám ránu do kolena a Marek do ramene. „Přes den sem chodí firmy na teambuildingy nebo i školy," říká nám provozovatel Jan Daneš a dodává: „O víkendu se u nás protočí i 250 lidí."

Nám se ale spíš točí hlava. Trošku se i stydíme. Vždyť jsme přece sportovci a tohle by měla být brnkačka. „Dávají to i dvanáctileté děti," hecuje nás Chroust, když vylézáme z jedné z klecí, kde jsme právě nestihli dorazit do cíle v časovém limitu.

To je totiž kámen úrazu. Na každou trať máte jen několik desítek vteřin. Třeba u lezecké stěny pro mě dost málo. Čím víc je vás v týmu, tím více máte času. Úkolem je totiž, aby se dostal do finiše celý tým. A víc hráčů sice může znamenat více pomoci na trati, ale i víc těl, která se na překážkách navzájem pletou.

Na to, aby týmy nepodváděly, dohlíží chytrý elektronický systém. Hráči se musí dotknout na startu i v cíli stejného počtu dotykových čidel, jinak úkol nebude splněn. Elektronika tu řídí skoro všechno. Když se na trati dotknete něčeho, čeho nemáte, například země, tak cela zabzučí. Že máte už málo času, zase poznáte ze zvuků, které nemilosrdně oznamují, že se blíží konec limitu.

„Musíte zatnout zuby a trochu se hecnout," radí nám Chroust. Jsme na něj trochu naštvaní. Takhle nás popichovat! Ještě víc jsme pak naštvaní na sebe, když zjišťujeme, že měl pravdu. Hecnuli jsme se a po tyčích jsme přeručkovali do cíle.

Hra je krásná v tom, že je to prostě něco jiného. V pracovním i osobním životě jsme si už vyzkoušeli leccos, ale Quick Game nás nadchla svou originalitou. Tohle prostě jen tak nezažijete. Za hodinu hraní jsme se namakali víc než v posilovně. Unavení a pomlácení míříme do redakce a oba myslíme na jedno. Sem se určitě vrátíme a ty prokleté provazy prolezeme v limitu. Prostě musíme. Vždyť nejsme žádné bábovky. **PAVEL URBAN, MAREK HÝŘ**

Tak s touhle překážkou jsme si neporadili. 2x QUICK GAME

Nová soutěž už brzy

Quick Game chce návštěvníky od 1. 3. motivovat soutěží.

- O počtu bodů rozhodují týmy samy, počet bodů je závislý na obtížnosti každé výzvy.
- Sledujte, jak si vede váš tým na Facebooku QuickGame Czech a na quickgame.cz.
- Odměnu dostanou tři nejlepší týmy, které dosáhnou nejvyššího počtu bodů za měsíc. Soutěží se ve všech skupinách.

Někdo se stihne i smát.

Tipy na víkend

Noc reklamožroutů

Světová reklamní show Noc reklamožroutů opět zavítá do Česka. Na více než pětihodinovou přehlídku se můžete těšit dnes od 20 hodin v kině Lucerna. V nejnovější kolekci je přes 300 reklam z více než 50 zemí světa.

Do kavárny pro opuštěnou kočku

Dnes od 15 do 18 a zítra od 11 do18 hodin se uskuteční kavárenská umisťovací výstava koček. Přijďte na kávu do kavárny The Spot v Chodské ulici na Vinohradech a domů si odneste kočičího kamaráda.

Masopust na Jižním Městě

Zítra od 14 do 18 hodin proběhne tradiční Jihoměstský masopust. Přijďte si užít průvod, který začíná u metra Opatov, s doprovodnou výtvarnou dílnou. Ale i soutěže a pohádku Jak šel Honza do světa.

Moravský ples

Tradiční Moravský ples se koná zítra v Paláci Zofín od 19.30 hodin ve všech sálech a prostorách. Představí se zde dechová hudba Podlužanka, ale i hudebníci, tanečníci a zpěváci folklorních souborů ze Slovácka, Valašska i Hané.

Poberounský masopust

V Zadní Třebani se koná zítra od 10 hodin už 28. Poberounský masopust. Kromě reje maškar vystoupí třeba staropražská kapela Třehusk, dětská lidová muzika Notičky nebo kejklíř Petr Theimer. **MET**

INZERCE

NA MÍRU KAŽDÉMU! Přemýšlíte nad novým nábytkem nebo si jen chcete osvěžit Váš domov? Vaše zařízení by mělo být v souladu s Vaší představou o útulném bydlení a co je důležité, v jeho společnosti se máte cítit příjemně, zkrátka jako u Vás doma! Navštivte prodejny **ASKO – NÁBYTEK**, kde naleznete vše na jednom místě a můžete se tak kompletně zařídit! Rádi Vám s výběrem poradíme, naplánujeme vše individuálně přesně na míru dle Vašich představ a možností. Bát se nemusíte ani nákladů, k dispozici jsou Vám naše výhodné finanční služby. **Přijďte se k nám přesvědčit a bydlete dle Vašich představ!** *Více informací ve všech prodejnách ASKO – NÁBYTEK v ČR.*

ASKO NÁBYTEK

Dotkněte se luxusu. Retroden ukáže spodní prádlo a korzety

Doprovodná akce k oblíbené výstavě ukáže vše, co je ve světě módy skryto.

V Nové budově Národního muzea se víkend opět ponese na vlně retrostylu. Pro módní nadšence se zde zítra uskuteční akce s názvem Retroden – Láska na první dotek.

Pro všechny ženy, které obdivují módu let minulých a rády by se dozvěděly, jak docílit dokonale štíhlého pasu či plného poprsí, bude připraven workshop se známou korzetiérkou Riwou Neronou. Ta se s nimi podělí o zkušenosti se spodním prádlem a rovněž jim vysvětlí, jak co nejlépe zdůraznit ženské křivky.

Také se mohou přijít poradit, jakou látku budou potřebovat například na kolovou sukni ve stylu 50. let. Na návštěvníky dále čeká soutěžní kvíz a odpolední tombola, kde mohou vyhrát zajímavé ceny – například punčochy od přední české návrhářky Beaty Rajské nebo od značky Elite, předplatné módního časopisu a lákavou odměnou bude jistě i voucher na kurz šití ve sdílené šicí dílně.

Součástí programu bude i prohlídka výstavy s její kurátorkou. **ROW**

Workshop

Hvězdou bude Riwa Nerona.

- Česká korzetiérka a designérka spodního prádla, jež sama ráda nosí korzety nebo zkouší různé spodní prádlo, se s vámi podělí o své zkušenosti na workshopu od 15.30 do 17.30.
- Akce je kapacitně omezena, místo si rezervujte na vzdelavani@nm.cz.

Na workshopu Riwy Nerony se prádlo bude i předvádět. NM

Program

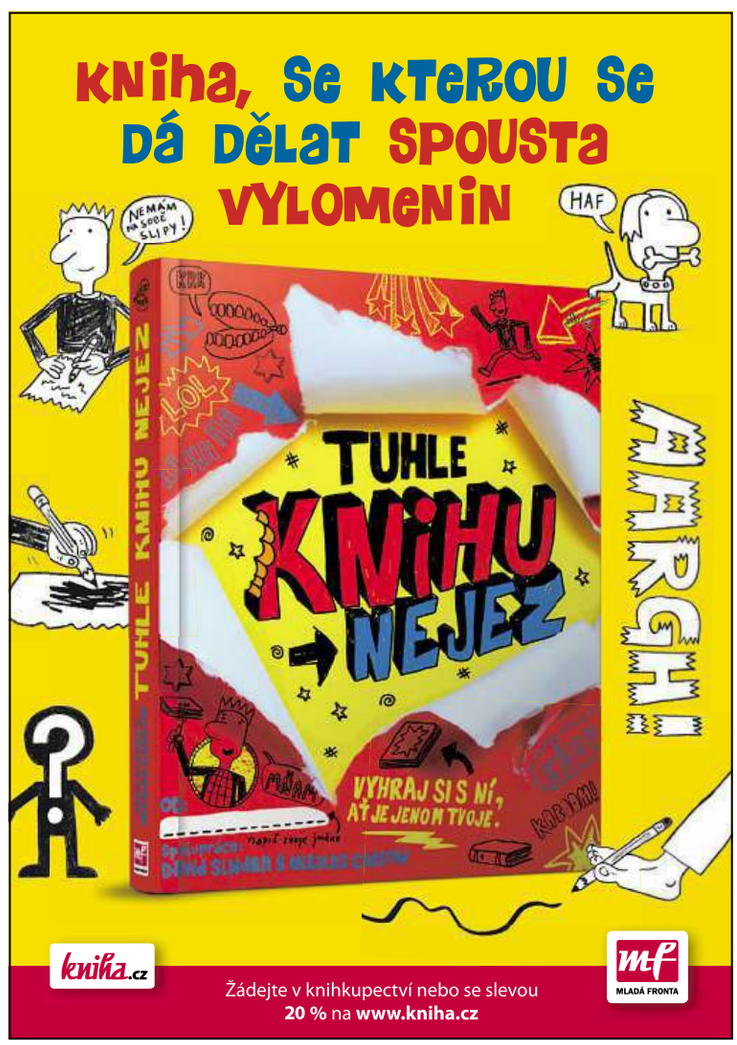
Akce Láska na první dotek se koná v Nové budově Národního muzea (bývalé Rádio Svobodná Evropa).

- **13.30 – 14.30** Komentovaná prohlídka výstavy Retro – autorka výstavy Míra Burianová tentokrát zaměří svůj výklad na historické látky, spodní prádlo a střihy.
- **15.00** Ze všech správně vyplněných kvízových tiketů vylosujeme výherce z řad dospělých i dětských návštěvníků, kteří získají hodnotné ceny.
- **11.00 – 17.00** Látky s příběhem – zájemci si budou moci prohlédnout a dotknout se různých druhů látek od hedvábí po krimplen. Na místě se také mohou poradit s odborníky ze sdílené šicí dílny Pokoj č. 10, kteří je inspirují k vlastní módní tvorbě.

Les na dosah ruky návštěvníkům

Národní zemědělské muzeum v Praze připravilo novou interaktivní expozici Myslivost. Návštěvníci se mohou kromě řady zajímavých exponátů těšit na unikátní šestnáctimetrové panoramatické plátno s videoprojekcí (foto dole) a další zábavné prvky pro malé i velké. Třeba rozsáhlý biotop s názvem Les (foto nahoře). Výstava tematicky navazuje na další projekty, které se věnují vztahu mezi člověkem a přírodou. NZM

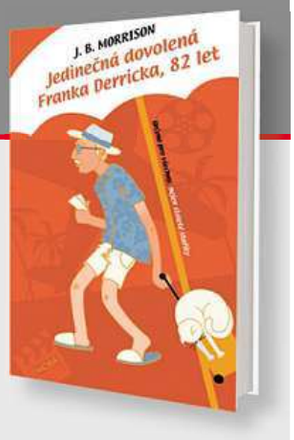
INZERCE



KOMERČNÍ SDĚLENÍ

KOSMAS

TIP NA DOBRÉ ČTENÍ



JEDINEČNÁ DOVOLENÁ FRANKA DERRICKA, 82 LET

J. B. Morrison

Přestože hrdina Mimořádného života Franka Derricka oslavil už 82. narozeniny, je stále plný elánu. Jeho dcera v Los Angeles prožívá špatné období, a tak Frank neváhá a opouští rodnou Anglii.

Již vyšlo: Mimořádný život Franka Derricka, 81 let

Co na tom, že ještě nikdy neletěl letadlem. Autor je mistrným pozorovatelem a skvělým vypravěčem lidských příběhů, do nichž tak akorát dávkuje moudrost míšenou s břitkým anglickým humorem. Lehce úsměvné, optimistické i sladkobolné... takové je stáří v podání J. B. Morrisona.

www.kosmas.cz

Praha voní kávou. Objevujte kavárny

Průvodce po pražských kavárnách pro Čechy i cizince poprvé vydává Prague City Tourism.

Průvodce najdete i na www.praguecitytourism.cz DOUBLESHOT

Podniky s atmosférou zaměřené na výběrové druhy káv, podniky slavných jmen i místa, kam se nechodí jen za kávou, ale i na výstavy nebo koncerty. To vše přináší průvodce Pražské kavárny. V publikaci najdete čtyřicet sedm nejlepších pražských kaváren. „Oslovili jsme odborníky na kávu, ale vycházeli jsme i z vlastních zkušeností," popisuje mluvčí Prague City Tourism (dříve Pražská informační služba) Barbora Hrubá, jak kavárny vybírali.

Průvodce, doplněný o přehlednou mapu a krátký úvod do historie pražských kaváren, čtenářům představí 47 jedinečných podniků. V anglické a německé verzi je doplněn o informace o specifických rysech české kavárenské etikety a přehled nejoblíbenějších typicky českých zákusků. Krátké anotace jsou pak rozděleny do čtyř kategorií podle toho, co dané kavárny činí výjimečnými.

V posledních letech je na pražské kavárenské scéně patrný podle průvodce neuvěřitelně rychlý posun vpřed. A Praha je dnes jenom krůček od toho stát se stejnou kavárenskou velmocí jako Berlín, Londýn nebo New York. Najdete tu množství kaváren, které fungují již od přelomu 19. a 20. století i nových moderních podniků světové úrovně. Jejich společným jmenovatelem je – v souladu s evropskými trendy – vysoká kvalita nabízeného sortimentu, kávy, zákusků a domácího pečiva.

Průvodce je již třetím z řady titulů upozorňujících na vysokou úroveň gastronomické kultury v Praze. „V letošním roce se věnujeme kavárnám, a to zejména proto, že gastronomická témata zajímají stále větší počet návštěvníků Prahy," říká ředitelka Prague City Tourism Nora Dolanská. V poslední době se podle ní v metropoli objevila řada nových, netradičních podniků a lidé si je velmi oblíbili. „Poukazujeme i na to, co se v Praze jí ke kávě za sladkosti a speciality. Nechceme, aby ani ti, kteří se ve městě zdržují jen krátkou dobu, o možnost tento fenomén blíže poznat přišli," dodala Dolanská. **ROBERT OPPELT**

Průvodce rozděluje nejlepší kavárny do čtyř okruhů

Nejkrásnější zahrádku má letenská cukrárna Alchymista. PCT

- **Genius loci – atmosféra**
  Kavárna Nový Svět (Hradčany)
  Cathedral Cafe (St. Město)
  TriCafe (Staré Město)
  Styl & Interier (Nové Město)
  Super Tramp Coffee (N. Město)
  Mamacoffee Londýnská (Vinohrady)
  Café Pavlač (Žižkov)
  Café Letka (Holešovice)
  Cukrárna Alchymista (Letná)
  Kavárna Pod Lipami (Letná)
  Bistro Proti Proudu (Karlín)
  Café Jen (Vršovice)
  Café Sladkovský (Vršovice)
  Coffee House (Vršovice)
- **Moderna – zaměřeno na kávu**
  Original Coffee (Staré Město)
  EMA espresso bar (N. Město)
  Oliver's Coffee Cup (N. Město)
  Double B (Vinohrady)
  La Boheme Café (Vinohrady)
  Momoichi (Vinohrady)
  Monolok cafe (Vinohrady)
  Pražírna (Vinohrady)
  Coffee Room (Vinohrady)
  Café Záhorský (Vršovice)
  Kafemat (Dejvice)
  Místo (Dejvice)
  Alza Café (Holešovice)
  Ye's Kafe (Holešovice)
  Eska (Karlín)
  Kafe Karlín (Karlín)
  Můj šálek kávy (Karlín)
- **Historie – slavná jména**
  Café Savoy (Malá Strana)
  Café Lounge (Malá Strana)
  Grand Café Orient (St. Město)
  Obecní dům (St. Město)
  Kavárna Slavia (St. Město)
  Café Imperial (Nové Město)
  Café Louvre (Nové Město)
- **Kultura – kavárny s přesahem**
  Café NONA (Nové Město)
  Café Neustadt (Nové Město)
  Kavárna co hledá jméno (Smíchov)
  Bitcoin Coffee (Holešovice)
  Café Jedna (Holešovice)
  Forbidden Spot (Holešovice)
  Zenit Café (Vršovice)
  Café V lese (Vršovice)
  Signature (Holešovice)

Týdeník Téma. Jídlem proti nemocem

Skoro každá jeho kniha o zdraví a výživě se stane bestsellerem. Slovenský lékař Igor Bukovský se otázkám výživy věnuje skoro třicet let. „Na chřipku mi fungují ořechy, syrový česnek, zvýšená dávka ovesných vloček, plus ovoce a zázvorový čaj. Pak stoprocentní mrkvová a řepová šťáva a hodně vody. A když to nezabere, tak coldrex nebo ibuprofen. Žádné céčko v tabletách. To podle mě nemá efekt. A ještě jsem zapomněl na zinek. Ten může být na přechodnou dobu v tabletkách. Při zánětech hrtanu, nosohltanu či průdušek se cucá každé tři hodiny. To opravdu potlačuje zápal a zkracuje dobu onemocnění. A na virová onemocnění platí černý bez. Buď klasický bezový čaj, několik šálků denně. Nebo si můžete připravit vlastní extrakt. Sušený bezový květ se zalije vodkou. Měsíc se nechá louhovat, pak se přecedí a užívá se to jako prevence – jedna až dvě čajové lžičky denně," radí Igor Bukovský.

Co pomáhá proti migréně? A kolik se má pít denně kávy? Více se dočtete v dnešním vydání týdeníku Téma.

Air Festival. Vystoupí Timmy Trumpet a KSHMR

Pořadatelé Air Festivalu, který vloni uvedl třeba show Martina Garrixe nebo Don Diabla, opět zalovili mezi nejzvučnějšími jmény světové elektronické scény a pro letošní ročník získali Timmyho Trumpeta a KSHMRa! DJe, kteří se nebojí hudebních experimentů a jejichž live sety patří k tomu nejpozoruhodnějšímu, co současná EDM scéna nabízí.

Festival bude opět hostit královéhradecký Festivalpark a sety těchto DJů vyvrcholí večery 28. a 29. července. **MET**

Sudoku

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

Počasí

DNES	ZÍTRA	NEDĚLE	PONDĚLÍ
Min. 4	Min. 3	Min. 5	Min. 8
Max. 8	Max. 7	Max. 9	Max. 12

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: -18,3/17,9 °C
Rok výskytu: 1875/2008

Napište svou bublinu

FOTO: 2x AP

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

Kvíz

1 Mendelova polární stanice je česká základna v Antarktidě otevřena roku 2007 na ostrově:
a) krále Jiřího
b) Jamese Rosse
c) Scottově

2 Americký herec Sidney Poitier byl první černoch, který získal Oscara i Zlatý glóbus. Je mu:
a) 70 let
b) 80 let
c) 90 let

3 První státní návštěvu Číny prezidenta USA uskutečnil před 45 lety americký prezident:
a) Lyndon Johnson
b) Richard Nixon
c) Gerald Ford

4 Německá rychlostní kanoistka Birgit Fischerová je olympijská vítězka z let 1980 – 2004:
a) čtyřnásobná
b) osminásobná
c) dvanáctinásobná

5 Autor Vinnetoua a Old Shatterhanda, německý spisovatel Karl May, zemřel v roce:
a) 1882
b) 1912
c) 1942

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

ČT1

12:20 Předpověď počasí, Sportovní zprávy, Události v regionech plus
12:30 Sama doma
14:00 Soudkyně Amy III
14:45 Tak neváhej a toč speciál
15:45 Reportéři ČT
16:35 Polopatě
17:30 AZ-kvíz
18:00 Události v regionech
18:25 Kde domov můj?
18:55 Události za okamžik a počasí
19:00 Události
19:50 Branky, body, vteřiny
20:00 Četníci z Luhačovic: Zpěvačka Seriál (ČR, 216). Hrají: P. Zedníček, J. Langmajer, D. Morávková a další
21:25 13. komnata H. Rytířové
21:54 Výsledky losování Šťastných 10
21:55 Všechnopárty
22:50 Silvestrovský koktejl
23:45 Případy detektiva Murdocha IX
00:30 AZ-kvíz
00:55 Objektiv
01:25 Toulavá kamera
01:55 Dobré ráno

ČT2

15:10 Reportáž z Aleutských ostrovů
16:00 Poslední tajemství třetí říše II: Záhadný Hess
16:50 Velká vlastenecká válka II
17:40 Podzemní Čechy (2/10)
18:05 Krásy evropského pobřeží
18:15 Gomera
18:45 Večerníček
18:55 Divnopis
19:00 Evropa dnes
19:20 Na pomoc životu – cévní mozková příhoda
19:40 Postřehy odjinud
19:50 Zprávy ve znakovém jazyce
20:00 Zázračná planeta: Záhady zvířecích shromáždění Motýli monarchové, andulky, sardinky, tučňáci, pakoně a další
21:00 Jak vytvořit planetu (2/2)
22:05 Sbohem buď, lásko má Krimifilm (USA, 1944)
23:40 Jméno růže Koprodukční film (Fr./N, 1986)
01:45 Vesnicopis
02:05 Chcete je?
02:10 Folklorika
02:40 Řezbářské vandrování

NOVA

12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
12:25 Dva a půl chlapa XII (11)
12:55 Ordinace v růžové zahradě (100)
14:05 Mentalista VI (10)
15:00 Mentalista VI (11)
15:55 Námořní vyšetřovací služba VIII (15)
17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
17:25 Co na to Češi
18:25 Ulice (3195)
19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí

20:20 Osamělý jezdec Dobrodružný film (USA, 2013). Indiánský bojovník a muž zákona se vydávají na divokou jízdu plnou velkolepých překvapení a humorných neshod, které museji oba rozpačití hrdinové překonat, aby dokázali společně bok po boku bojovat s lidskou chamtivostí a korupcí. Hrají: J. Depp, A. Hammer, T. Wilkinson, W. Fichtner
23:10 Riddick Akční film (USA/VB, 2013)
01:35 Mentalista VI (10)
02:20 Mentalista VI (11)
03:05 Dva a půl chlapa XII (11)
03:25 Prásk!
04:05 Ordinace v růžové zahradě (100)

PRIMA

12:10 Polední zprávy
12:20 Jake a Tlusťoch II (5)
13:20 Komisař Rex V (13)
14:25 Komisař Rex V (14) Krimiseriál (N/Rak., 1999)
15:35 Castle na zabití III (12) Kouzla a čáry. Krimiseriál (USA, 2011)
16:25 Odpolední zprávy
16:40 Soudní síň
17:35 Prostřeno!
18:55 Zprávy FTV Prima
19:25 Krimi zprávy
19:40 Divácké zprávy
19:55 TOP STAR

20:15 Přístav II (8) Seriál (ČR, 2017). Milena dál žije svým food blogem, přestože díl natočený u ní doma propadl. S Martinem natočí další v hospodě, ale nachytá je Drak. Po obrovské hádce dá Milena výpověď, ona bude bohatá i tak. Zatím vaří Pivoda a Drak se musí starat o kemp, což nezvládá. Hrají: J. Kohák, F. Blažek, V. Hybnerová, M. Zounar
21:40 Divočina Dobrodružný film (USA, 2014)
00:10 Castle na zabití III (12)
01:05 Soudní síň
01:50 Rosamunde Pilcherová: Láska navzdory celému světu

PRIMA COOL

12:55 Simpsonovi XXIII (17, 20)
14:55 Teorie velkého třesku (9) Cooper-Hofstadterova polarizace. Sitcom (USA, 2007)
15:20 Teorie velkého třesku (10) Loobenfeldův rozpad. Sitcom (USA, 2007)
15:50 Futurama III (15)
16:20 Hvězdná brána III (20) Mateřský instinkt. Seriál (USA, 1999)
17:20 Kdo přežije: Jeden svět (9)
18:15 Simpsonovi XXIII (21, 22)
19:15 Simpsonovi XXIV (1, 2)
20:15 Námořní vyšetřovací služba L. A. V (13) Krimiseriál (USA, 2013). Hrají: Ch. O'Donell, D. Ruahová, E. Ch. Olsen a další
21:10 Námořní vyšetřovací služba L. A. V (14)
22:05 Invaze terordaktylů Katastrofický film (USA, 2015)
00:10 Stav ohrožení (10)
01:05 Živí mrtví V (15)
02:05 Stav ohrožení (10)
02:45 Applikace
03:15 Živí mrtví V (15)

ÓČKO

06:00 Ranní fresh
09:00 Zpátečka
10:00 Óčko hity
12:00 Óčko news
12:05 Óčko hity
14:00 Óčko news
14:05 Óčko hity
15:00 Óčko news
15:05 Óčko hity
15:30 Smash! Svět komiksů s Torenem
15:35 Óčko hity Klipy nonstop
16:00 CZ & SK České a slovenské klipy
17:00 Novinky Nové klipy pěkně pohromadě
18:00 Óčko hity Klipy nonstop
19:00 Óčko news Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neuteče
19:05 Moje desítka Top 10 klipů podle diváka Óčka
20:00 CZ & SK
21:00 Óčko hity
22:00 Digital Love
22:30 Party ride
01:00 Óčko flirt

INZERCE

INZERCE

Sloupek

TEREZIE KAŠPAROVSKÁ

MODERÁTORKA PARTIE TV PRIMA

DVA Z BRUSELU

Tento týden budeme mít v Partii návštěvu z Bruselu. Proti sobě usednou česká eurokomisařka Věra Jourová a europoslanec Jiří Pospíšil. Evropská unie chystá řadu opatření, která mají omezit terorismus. Rok 2016 byl v tomto ohledu tragický, zemřely stovky nevinných lidí, po útoku na vánočním trhu v Berlíně byla mezi nimi i první Češka. Unie chce začít ve věznicích. Plánuje, že zabrání tomu, aby nápravná zařízení vychovávala další radikály a budoucí teroristy. Jak to chce udělat a je to vůbec možné? Tyto jednoduché otázky napadnou asi každého a já se na ně pokusím najít odpověď. Zatím je jasné jen to, že EU už za tuto věc (zatím) utratila šest milionů eur, což je hodně peněz, a zatím úplně nezaznělo, za co to bylo. S tím souvisejí i zbraně. Unie plánuje výrazně zpřísnit podmínky pro jejich legální držení. V původním plánu Evropské komise byl i zákaz zbraní pro muzea, sportovní střelce a filmaře. To se z něj povedlo odstranit, přesto je tam podle kritiků mnoho nesmyslů, které jsou jen další ranou pro osobní svobodu. Bude zajímavé slyšet, jak nápad hájí členka Evropské komise, i argumenty odpůrce zákona, kterým je Jiří Pospíšil od začátku. Možná nechcete mít doma zbraň, nejste myslivec ani sportovní střelec, ale možná i vy byste si měli položit otázku, zda jsou taková opatření na místě. Zda něčemu pomůžou. Nebo jde jen o další složitý legislativní paskvil, který se míjí s realitou, málokomu pomůže, mnoha lidem život zkomplikuje, a hlavně po něm zůstane další (v poslední době poměrně častý) pocit zbytečnosti? Opravdu Unie zastaví teroristy tím, že jim vezme zbrojní průkaz? Jen tak na okraj – teroristé útočí nelegálně drženými zbraněmi. Budu se těšit v Partii. Tuto neděli, v 11 hodin dopoledne na Primě.

Citát

Evropská unie chystá řadu opatření, která mají omezit terorismus.

Dopisy a vzkazy

Ráda bych na zkoušku žila za západní důchod

Jak dlouho se ještě bude mlčky přihlížet, jak naši mladí lékaři a sestřičky odcházejí do zahraničí? V zahraničí je studium daleko dražší než u nás, kde vystudují zdarma, a místo, aby své vlasti odvedli poctivou prací to, co do nich společnost vložila, odejdou se mít lépe. Bohužel nostalgicky vzpomínám na umístěnky v bývalém režimu. K něčemu to přece jen bylo dobré. Proč u nedostatkových povolání nezavést povinnost si odpracovat určitá léta nebo zaplatit studium, když chci odejít? Je nejvyšší čas studium v Česku zpoplatnit a chudším rodinám to vynahradit stipendii. Všechna povolání jsou v zahraničí lépe placena, a proto nemůže odejít každý. Já jako důchodkyně bych taky ráda odešla na zkušenou žít za západní důchod a přes zimu třeba pobývat na Mallorce nebo v lepším případě v Karibiku.

A. KNOPPOVÁ

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

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

Výrok dne

„Mistrovství světa pojedu od Portugalska."

MARTIN PROKOP
AUTOMOBILOVÝ JEZDEC

Účastník lednové Rallye Dakar zvažoval, že se letos bude věnovat hlavně startům v cross country soutěžích. Nakonec však zasáhne i do klasické rallye.

Slovo dne

VTIP TÝDNE S DOBRÝM KORCEM

Baví se manželé, muž se ptá: „Miláčku, uděláme si hezký víkend?"
„Ano zlato, jistě."
„Báječné, tak ahoj v pondělí."

Student matematicko-fyzikální fakulty přijde do fotolabu.
„Dobrý den, já bych chtěl nechat udělat fotky."
„Jistě a 9 x 13?"
„117 a proč?"

Vtip Vlasty Korce poslouchejte každé všední ráno v 8.50 na Rádiu Impuls.

Řešení sudoku

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

Anketa **Jaké máte zkušenosti s fyzioterapeuty?**

Michael Ott
Parádní, ale většinou je to běh na dlouhou trať.

Zlata Kovrzková
Nikdy neřeknou, že už příště nemusíte chodit. Ale pomohli.

Václav Hoš
Myslíte tantrickou fyzioterapeutku? Tak zatím žádnou.

Komiks. Nové představení pro dospělé Spejbl a město hříchu 8. března 2017 v 19 hodin

INZERCE

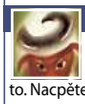
HOROSKOP na pátek 24. 2.

Kartář Natan

TRÁPÍ VÁS?
Zjistěte, jak se vymanit ze smutku a najít štěstí! Mé karty vám odpoví na vše.
Zavolejte mi na 906 70 30 35 nebo pište SMS na číslo 904 30 55 s kódem 95MDN a svým datem narození!

Beran 21/3–20/4
Dámské magazíny vás budou příjemně ukolébávat a vy si dáte takovou náhradní dovolenou v lenošce, ideálně u krbu či topení.

Váhy 23/9–23/10
Není vyloučeno, že se v pátek dozvíte, že jste naprosto out. Ne že by vám zvlčila drahá polovička, ale puberťáci se nezapřou.


Býk 21/4–21/5
Na jarní únavu je ještě čas, ale zimní únava také stojí za to. Nacpěte se vitaminy a hned se budete cítit o poznání lépe.

Štír 24/10–22/11
Neberte si dnes všechno osobně, protože vás snadno vytočí i maličkosti. Naopak velkorysost vás bude šlechtit mnohem více.

Blíženci 22/5–21/6
Dovedete dnes snadno formulovat, co vám dělá starosti a co naopak na vaší rodině oceňujete nejvíce. Poklona, a to opravdu.

Střelec 23/11–21/12
Vyrazte si na místa, kam jste dlouho neměli možnost se podívat a která vám umí nalít do žil nový život. Potřebujete vzpruhu.

Rak 22/6–22/7
Motivujte nejmenší ke studiu cizího jazyka svým vlastním příkladem. Jsou navíc lekce, kam můžete chodit pěkně společně.

Kozoroh 22/12–20/1
Nesnažte se být za každou cenu v čemsi příkladem. Důležité je, abyste se vy sami cítili dobře. Pak teprve vše půjde dobře.

Lev 23/7–22/8
Nezanedbávejte nejstarší členy vaší rodiny. Budou vděční za váš zájem a navíc si můžete bezvadně popovídat a smát se spolu.

Vodnář 21/1–20/2
Vitaminy nemusíte nosit jenom v síťkách marodům. Ideální jsou i jako prevence. Tak si dopřejte osvěžení citrusy.

Panna 23/8–22/9
Začnete už pozvolna myslet na letní dovolenou. Zkuste se dnes poptat ve svých oblíbených cestovních kancelářích po akcích.

Ryby 21/2–20/3
Dnes můžete troubit k ústupu ohledně jisté debaty až příliš brzo. A to i přes to, že vaše argumenty nejsou vůbec od věci.

Horoskop lásky
Milostné výklady z oblasti vztahů!
Zeptejte se astroložky!
Pište SMS ve tvaru 32XEZ a svoje datum narození na číslo 904 30 46

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.bz, www.platmobilem.cz

metro

Vydává MAFRA, a. s., se sídlem Praha 5, Karla Engliše 519/11, PSČ: 150 00, IČ: 45313351. Tel.: 225 065 111. E-mail: dopisy@metro.cz; web: www.metro.cz.
Redakce: Jan David - šéfredaktor; Petr Holeček - zástupce šéfredaktora. Tištěný náklad ověřuje ABC ČR, člen IF ABC.
Obchodní oddělení, e-mail: sales@metro.cz, inzerce@metro.cz, Brno, tel.: 516 202 521. Tisk: mafraprint – Praha a Olomouc • Evidenční číslo MK ČR E 16400, ISSN 1211 - 7811.
Distribuci zajišťuje Česká pošta, s. p. Vychází denně v pracovních dnech. © MAFRA, a. s., 2017 nebo uvedení dodavatelé obsahu. Jakékoli užití a šíření částí nebo celku obsahu deníku METRO (včetně jejich překladu) bez písemného svolení vydavatele je zakázáno. Vydavatelství MAFRA, a. s., je členem koncernu AGROFERT.

Jaro. Nastal čas na očistu PC

Zprvu se to může zdát jako banalita, ve finále vás však její zanedbání může stát i tisíce korun. Řeč je o čištění počítačů a notebooků, které mnoho lidí zcela opomíjí, případně čistí špatně, tedy nešetrně k citlivým komponentům uloženým uvnitř počítače.

V tomto ohledu je největším nepřítelem počítačů prach usazující se na ventilátorech a v zákoutích počítačové skříně, což velmi negativním způsobem ovlivňuje cirkulaci vzduchu. To vede k přehřívání komponent,

Zavolejte odborníky MIRONET

čímž se výrazně zkracuje jejich životnost a zásadně klesá výkon, na který jste byli dříve zvyklí. Dalším velkým problémem jsou chlupy domácích mazlíčků, jež mají na účinnost chlazení podobný vliv jako usazený prach.

Jak jsme naznačili na začátku, čištění by měl vždy provádět někdo zkušený, aby nedošlo k nešťastnému poškození jednotlivých komponent. Pokud si na čištění sami netroufáte, svěřte vaše zařízení vyškoleným odborníkům z největšího IT e-shopu v České republice – Mironetu. Ti se o něj postarají s maximální možnou péčí za bezkonkurenční cenu 200 korun. Nově můžete svůj počítač přinést i na právě otevřenou pobočku Mironetu přímo u zastávky metra Nové Butovice, kde si odteď také vyzvednete objednané zboží nebo prohlédnete desítky vystavených produktů.

Pokud vás navíc baví IT a práce ve světě elektroniky je vaším snem, máte nyní jedinečnou příležitost připojit se k tamnímu týmu prodejců. V případě zájmu navštivte stránky Mironetu nebo kontaktujte HR oddělení na e-mailu personalni@mironet.cz.

Samsung Gear S3 mění zápěstí v hi-tech nástroj

Na výběr jsou dva modely.

Když před pár lety odstartoval boom chytrých hodinek, nechyběl v nabídce prakticky žádného předního výrobce elektroniky. Záhy se ovšem ukázalo, že šanci uspět budou mít jen nejsilnější hráči, kteří mají skutečně co nabídnout. Mezi úzkou elitu se zařadil jihokorejský gigant Samsung s modelem Galaxy Gear, na jehož úspěch později navázaly další modely i nová řada Gear S, vybavená vlastním systémem Tizen. A právě třetí ge-

Chytré hodinky Samsung Gear S3 MIRONET

nerace hodinek Gear S dostala do rukávu tolik es, že se při pohledu na ně vaše stávající hodinky dost možná zastaví hanbou.

Vybírat můžete ze dvou variant, jež se liší provedením řemínku a mírně odlišnou konstrukcí. Zatímco decentnější Classic s koženým řemínkem se lépe hodí například k obleku, robustnější Frontier ocení převážně sportovci. Největší pozornost na sebe ale strhává dotykový AMOLED displej chráněný tvrzeným sklem. Displej nově dokáže nepřetržitě zobrazovat základní informace v úsporném módu, čímž šetří baterii, která slibuje výdrž až čtyři dny, a řadí se tak k tomu nejlepšímu, co je u takzvaného wearables k vidění.

Hodinky dále splňují normu IP68, takže se nemusíte bát deště nebo polití a s jejich sundáváním se nemusíte obtěžovat ani před vstupem do sprchy. Aktivní uživatelé jistě přivítají zabudované navigační systémy GPS a Glonass, aby nemuseli brát telefon s sebou, až si půjdou zaběhat. Kromě klasických funkcí chytrých hodinek, jako jsou notifikace z telefonu nebo monitoring fitness aktivit, můžete také využít integrovaný mikrofon s repráčkem a volat přímo ze svého zápěstí.

mBank. Jak na jazyk úředníků

Jak porozumět jazyku úředníků za přepážkou v bance? Poradí vám Michal Pokluda, odborník na bankovní produkty mBank.

Za úrokovou sazbou a dobou splácení najdete jednoduché významy. Když si půjčíte peníze, banka vám obvykle naúčtuje nějaký úrok, tedy částku, kterou musíte zaplatit za to, že vám peníze půjčila. Úroková sazba je právě číslo, které vám v procentech řekne, kolik peněz budete muset zaplatit navíc. Úroková sazba může být navíc fixní, to znamená, že se po celou dobu půjčky nezmění. Nebo může být variabilní. Tedy částka, kterou platíte jako úrok během úvěru, se může měnit. Variabilní nebo také plovoucí sazbu ale najdete leda u úvěrů na bydlení, tedy u hypoték. Doba splácení je pak počet měsíců nebo let, během nichž půjčku splácíte.

Finance. Nechte starost na odbornících

Třicetiletý Daniel Urminský je top manažerem, má náročnou profesi. Kvůli nedostatku času si rád nechá dobře poradit v oblastech, kterými se sám nezabývá. Proto začal spolupracovat s Ondřejem Hatlapatkou z finančně poradenské společnosti Partners.

„Dříve jsem poradcům moc nevěřil, snažil jsem se starat o své peníze sám," vypráví Urminský. To bylo do doby, než se do bytového domu, kde žije, nastěhovala rodina poradce Ondřeje Hatlapatky. Nejprve se seznámily jejich manželky, pak i oba tatínkové. „Tehdy jsem řešil koupi auta a zmínil se, že uvažuji o úvěru. Ondra přišel s nabídkou tak nízkého úroku, že se to nedalo odmítnout. A tím začala naše spolupráce," vypráví Urminský a dodává, že jeho nový soused byl ochotný přijít za ním řešit jeho finanční záležitosti do práce, dokázal přivést i úředníka z banky, aby šetřil jeho čas. Poslední detaily ladili často večer, kdy už neměl pracovní shon. Po dalších pozitivních zkušenostech převzal nový poradce celé portfolio jeho investic a pojištění, od běžného účtu po hypotéku a připravil mu finanční plán, který jeho peníze co nejlépe využil. „Věděl jsem, že mi na účtu zůstávají peníze, a chtěl jsem je někam výhodně investovat." Dnes proto posílají měsíčně stanovenou částku na investiční účet, který mají jako „sběrný".

Zde se mírně zhodnocuje jednorázová částka peněz, kterými klient také disponoval, a postupně se rozpouští do dlouhodobějších investic spolu s průběžně ušetřenými prostředky. „Využíváme několik aktivně řízených fondů. Portfolio máme diverzifikované mezi akcie z různých oborů, dluhopisy atd. Máme tam slušnou míru jistoty, že když se nějaké investici nebude dařit, jiný ztráty vykryje," vysvětluje Hatlapatka a doplňuje, že důležitá je pravidelná investice, která klientovi umožňuje využít ve svůj prospěch i propady na trhu. Když nechá peníze pracovat dost dlouho, může na jednu korunu vložených peněz připadat i víc než koruna nakumulovaného výnosu.

„I kdybychom teď ukončili spolupráci a klient už nikdy nic neudělal, tak bude dále vydělávat," uzavírá Ondřej Hatlapatka.

Celý příběh najdete na adrese: Lidovky.cz/Byznys/Moje peníze.

Byty - poptávka

Koupím jakýkoliv byt v Praze jako investici pro děti.
Právní vady exekuce nejsou překážkou. Záloha a platba ihned. V bytě můžete dále bydlet. RK nevolat.
721 256 822

• Přímý investor ihned vykoupí byty v Praze. Platba v hotovosti a právní servis zdarma. Tel: 602 21 21 21

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

• Lékařka koupí byt v Praze v jakémkoliv stavu. Okamžitá platba v hotovosti. Tel/SMS: 773109561. RK nevolat.

• 100.000 Kč okamžitá záloha.Koupím byt v Praze v jakémkoliv stavu možnost náhradního bydlení..Exekuce a dluhy uhradím. Volejte nebo SMS: 775432964

• Přímý zájemce: koupím byt v Praze, rychlé a seriozní jednání. Záloha do 24 hodin, dluh není překážkou. Tel. 605031041

• Koupím byt v Praze, DR, OV i v privatizaci. Platím hotově, dám zálohu, uhradím dluhy, exekuce, na vystěhování nespěchám. Tel. 777290352

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

Práce - nabídka

• UDĚLEJ TO. Daruj krevní plazmu. Náhrada 500 Kč dle §32 odst.2 zákona č.373/2011 Sb., tel: 702278928, www.caraplasma.cz, Perlová 5. Pomáhat je lidské.

• Popelář, metař v Praze, nabízíme UBYTOVÁNÍ, týdenní zálohy, práce na DPČ i HPP. Bezplatná linka 800100166. www.amboseli.cz

JLV
POKOJSKÁ
do * hotelu na Praze 4**
Pracovní doba: 7.00 -14.30, práce i o víkendech a svátcích
Hrubá mzda: 16.000 Kč
Volejte PO-PÁ od 9.00-17.00 na tel.: 724 460 427
e-mail: provoz@abitohotel.cz

• Až 110 Kč/hod za práci na pokladně v Praze a okolí. Směny dle vašich potřeb. PENÍZE následující den. Tel.: 222534534 www.creditczech.cz

• AŽ 109 KČ/HOD za noční doplňování zboží, dopek pečiva, pultový prodej. Zálohy druhý den. Tel.: 222534534

• Práci nabízíme: www.kompakt-cr.cz, e-mail: manager@kompakt-cr.cz, tel.: 325 613 594.

• Maturujte při zaměstnání. 4leté studium oboru ekonomika a podnikání. Příprava prostřednictvím internetu. Závazný termín podání přihlášky 1.3.2017. Více na www.soazatec.cz, tel: 736605905, email: studium.maturita@gmail.com

• Úřad městské části Praha-Slivenec přijme referenta(ku) odboru životního prostředí a dopravy na plný úvazek. Bližší informace na www. praha-slivenec.cz

• Gymnázium, Praha 9, Českolipská 373 přijme od 27. 2. 2017 aprobovaného učitele/učitelku FJ na poloviční úvazek. Možnost ubytování. Informace na 283 882 028, nabídky zasílejte na: info@ceskolipska.cz.

• Pracovník u linky–potravinářství Praha. PLAT až 30.000 Kč,BENEFITY,top lokalita. Praxe v potravin. výrobě/obsluhou strojů, práce s chemií/zkušenost s mícháním surovin podmínkou. Tel. 777440555

• Přijmeme telefonní operátory do call centra na aktivní telemarketing. Pevná hod. sazba, výplaty týdně! Volejte 724182772

• Facility společnost přijme úklidového specialistu - čištění koberců, myti oken, Praha 5, noční směny, HPP, čistý TR. Nástup ihned. T. 778762046

Gatebo s.r.o.
přijme osoby částečně či plně invalidní na pozici:
ASISTENTKA Pha 2, 10
(SŠ, znalost práce na PC - Excel, příjemné vystupování)
ŠIČKA (sériová výroba – částečný úvazek, 120 Kč/h čistého)
FAKTURANTKA (SŠ, praxe nutná)
MANIPULAČNÍ DĚLNÍK VE SKLADU
Náborové dny Út a Čt od 9 – 13h, Žirovnická 3133/6, Praha 10
Kontakt 234 090 300
Po – Pá od 9 – 15h

ÚDRŽBÁŘ – SEŘIZOVAČ
Pracovní poměr: HPP
Jsme stabilní, stále se rozvíjející se výrobní společnost sídlící v Praze 9 - Satalicích a hledáme do našeho kolektivu údržbáře -seřizovače. Vyrábíme v čistých prostorách zdravotnické prostředky. Jedná se o údržbu a seřizování výrobních poloautomatických, automatických strojů a montážních přípravků ve třísměnném provozu.
CO OČEKÁVÁME: spolehlivost, pečlivost, flexibilitu, schopnost učit se novým věcem, týmovou spolupráci.
CO NABÍZÍME: stabilní zaměstnání ,seriózní mzdové ohodnocení, profesionální rozvoj, 5 týdnů dovolené, závodní stravování, Příplatky za odpolední a noční směny, příspěvek na penzijní/životní pojištění, příspěvek na kartu Multisport. Nástup možný ihned.
KONTAKT: B. Smejtek, tel: 286 001 321, e-mail: smejtek@safemed.cz
safemed medical devices®

• Přijmeme brigádníky na ranní úklid admin. prostor v budově na P1. PO-PÁ od 5,00 hod. cca 3 hod. KONTAKT: tel. 739609156.

• Přijmeme asistentku P 5, od 20000 Kč, násttup 1.4., SŠ, PC, výhoda znalost zák. o veřejných zak. CV, mot. dopis: marketa.nesvadbova@bartonapartner.cz

• Přijmeme muže na pozici strážný na administrativní budovy, sklady a autosalony v Praze. 12 hod. směny (denní/noční). Nabízíme: DPP, mzda 80-95 Kč/hod. v čistém. Podmínky přijetí: fyzická zdatnost, čistý TR, základy PC. V případě zájmu volejte PO-ČT 9:00-15:00 hod. na tel.: 733469469.

• Velkoobchod potravin READ s.r.o. v Praze 4 přijme: pracovníka do skladu – skladník – řidič na HPP,s praxí řízení dodávkových vozidel (požadováno ŘP. sk.:B).
Tel: 271 003 136

• Přijmeme pracovníky pro obsluhu výtahů na stavbě v Praze. Požadujeme, čistý trestní rejstřík, zdravotní způsobilost. Mzda 80 Kč/hod. Info t. 608784878

• Školní jídelna Gymnázia Praha 9 přijme ihned na HPP vyučenou nebo pomocnou kuchařku. Požadujeme samostatnost, praxe v hromadném stravování výhodou. Tel. 731516882, email: jidelna@ceskolipska.cz.

• ZŠ Dědina v Praze 6 hledá od 1.4.2017 hospodářku školy. Znalost školního prostředí výhodou. Tel.: 23535 9229, mail: dundera@zsdedina.cz

• Česká firma s 25letou tradicí přijme na prodejnu potravin v Praze 4, pokladní a prodavačky do úseku lahůdek. Nabízíme dobré platové podmínky, firemní benefity. E-mail: jolana.ardolfova@covertia.cz, tel.:724603645.

• Agentura domácí zdr. péče přijme sestry a ošetřovatelky do terénu. HPP, DPP, brigáda. Dobrý výdělek, volná pracovní doba. vsestra@hcare, 608700550.

HLEDÁTE PRÁCI?
NABÍZÍME PRO MUŽE A ŽENY
STRÁŽNÝ V PRAZE
Plat: 60–95 Kč/h
VOLEJTE ZDARMA
800 600 333
www.adamsecurity.cz

1000 KČ MĚSÍČNĚ?!
OD 1. 1. 2017 DARUJ KREVNÍ PLAZMU, ZACHRAŇ LIDSKÝ ŽIVOT A ZÍSKEJ ÚHRADU
dle § 32 odst. 2 zákona č. 373/2011 Sb.
www.**unicaplasma**.cz
tel.: **220 515 464**
metro **HRADČANSKÁ**

• Přijmu strojního zámečníka pro opravy a výrobu potravinářských strojů, kovoobrábění výhodou. Tel. 602686912, www.smidjesenice.cz

• ČÍŠNÍKY - kavárna v centru Prahy přijme číšníky. Základní znalost AJ, krátký, dlouhý týden. Tel. 608254444, 776493346, petrjare.s@seznam.cz

• Hledáme fyzicky zdatné a spolehlivé muže i ženy do výroby na zpracování ryb (lososů) na Praze 9 v Čakovicích. Dlouhodobá práce na DPP 80-100,-Kč/hod. Vyplácíme zálohy !!! Tel: 734 513 843

• Premiant City Tour hledá řidiče autobusů (skupina D) na okružní jízdy a výlety. HPP i DPP. Plat a odměny min. 30.000 Kč. Více info na tel. 606693773

• Nezisková organizace hledá řidiče s vlastním vozidlem, kteří by si chtěli přivydělat přepravou seniorů po Praze. Nutná koncese k přepravě osob a oprávnění řidiče taxislužby. Nabídky pište na celesta@celestapraha.cz, pro informace volejte 602213563.

• Školní jídelna na Praze 1 přijme pomocnou sílu do kuchyně, pracovní doba pondělí - pátek, 6:30 - 15 h. Stravování zdarma. Informace na tel: 777634973

• Do skladu v Hradci Králové hledáme spolehlivé řidiče VZV. Směny po-pá 04-14/14-24. Mzda 90-100 Kč čist./hod. Garantujeme 10 hod. denně. Praxe na VZV 1 rok podmínkou. Umožníme ubytování bez vstupních nákladů. Týdenní zálohy. Dlouhodobá spolupráce. Volejte Kateřina 601391449. Wellpack.cz.

• Základní škola, Fakultní škola Pedagogické fakulty UK, Slovenská 27, Praha 2 přijme asistenty pedagoga. Nástup ihned. Životopisy zasílejte na e-mail: reditelka@zs-slovenska.cz.

• Základní škola, Fakultní škola Pedagogické fakulty UK, Slovenská 27, Praha 2 přijme učitele I. Stupně na plný úvazek. Nástup září 2017. Životopisy zasílejte na e-mail: reditelka@zs-slovenska.cz.

• Přijmeme brigádníky na úklid kancelářských a skladových prostor v Mstěticích. Mzda 80,- Kč/hod.. KONTAKT: tel. č. 737082513.

• Pomocnou kuchařku přijme jídelna v Praze 10. Pracovní doba po-pá, 7-15 h., plat 700 Kč čis. denně, zkušenosti v kuchyni vítány. Tel. 602392395

Služby - nabídka

• LEGALIZACE STAVEB a rekonstrukce bytů a domů - územní rozhodnutí, stavební povolení, kolaudace, projekty a další doklady. Tel.: 731124671

• ODVOZ a likvidace odpadu. VYKLÍZENÍ nemovitostí všech druhů i velikostí! Stěhování! Byty, domy, zahrady, Praha a okolí. Tel. 776444920

• AFRICKÝ VĚŠTEC a médium profesor Diabi. Mnohaleté zkušenosti, vyřeší Vaše osobní i prac. problémy. Vážený expert v oboru, ČJ, AJ, ŠJ, FJ. T. 776815920

Starožitnosti

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

• Koupím velkou knižní pozůstalost. Knihy, příp. i starožitný a retro nábytek vhodný do styl. čítárny-knihovnu, křesla, stolek, lampu, aj. T: 603478873

• Vykupuji pozůstalosti starožitného typu, obrazy, nábytek, koberce, sklo, hodiny, mince, vyznamenání, pohlednice a jiné. I vyklízení bytů. 602434000

• Koupím jakýkoliv starý a starožitný nábytek a nábytek z CHROMOVANÝCH trubek. Různé křesla,skříně,skleníky,psací stoly, komody,hodiny,obrazy,koberce,celou pozůstalost. 777158819 maca.soucek@seznam.cz

Auto-moto - poptávka

• Koupím jakékoliv vozidlo (i veterána). Platím ihned. Tel.: 603328155

Nemovitosti - poptávka

Koupím ihned rod. dům, chalupu, byt v Praze a okolí.
Na stavu nem. nezáleží.
Platba v hotovosti. Právní vady, dluhy a exekuce nevadí. RK nevolat.
728 384 509

• IHNED VYKOUPÍME Váš byt, rodinný dům, činž. dům, pozemek. Hotovost do 3 dnů. Vyřešíme cokoli – privatizaci, právní vadu, dluhy, exekuce. 800662222.

• Právní zástupce zaměstnanců O2, FIOBANK, RAIFFEISENBANK, poptává byty ke koupi a k pronájmu pouze v Praze. Právní servis zdarma. TEL: 602 21 96 21.

Pronájmy - poptávka

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

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

• Hledám menší udržovaný čistý byt do 12 tis a nebo větší do 15 tis. Pouze Praha nebo blízké okolí. Pro 2 osoby pár, pouze dlouhodobě. Děkuji. 605845088

• Pronajímejte bez rizika! Pro manažery firem s rodinami hledáme pěkné byty v Praze. Garantujeme bezproblémový průběh nájmu. BEZ PROVIZE! T. 734319304

Finance - nabídka

NEBANKOVNÍ PŮJČKY
zaměstnancům - důchodcům - podnikatelům
Možnost předčasného splacení
Vyřízení ihned na telefonu **773 302 784**
www.seznam-pujcky.cz
Zprostředkovatel pracuje výhradně pro jednoho věřitele.

• Půjčky! Oddlužíme Vaši nemovitost! Vyplatíme Vaše dluhy, exekuce, zástavy! Nízká měsíční splátka až na 15 let! Vše vyřízeno do 48 hodin! Tel 737352730

Nemovitosti - nabídka

JURIS REAL
real estate
Společná realitní a advokátní kancelář
JURIS REAL spol. s r.o.
ihned vykoupí či zprostředkuje prodej rodinného domu, bytu, chaty, pozemku. Vyřešíme právní vady, dluhy, exekuce i privatizaci. Okamžitá výplata zálohy.
Tel.: 725 430 813
www.nemovitosti-vykup.info

Intimní

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

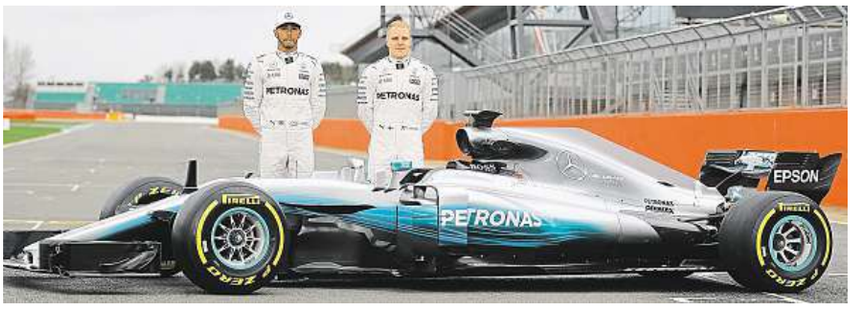
• PRSATÉ KRÁSKY! **Vyber si milenku podle nahé fotky!** Piš SMS ve tvaru 11ALT a text na 909 15 40

• Muž je často na cestách! Užijeme si? DISKRÉTNĚ! Z. (50). T: 909 801 801 nebo mi napiš SMS na 909 15 45 s kódem 99SVF a tvůj text!

• Toužím po chlípném milence, který se v SEXU ničeho nezaleknе! Vášnivá Martina 46. Zavolej mi na 909 80 50 40 kód FUA21

• Chuť na sex nezmizela ani s narůstajícím věkem. **Rajcují tě starší, zkušené ženy?** Jsem tu celá jen pro TEBE! Anna 57. Pošli mi 909 90 99 25 nebo mi napiš SMS na 909 15 50 s kódem 98JPL a tvůj text!

NAŠI MILÍ ČTENÁŘI, PROSÍME, DO KOŠE NEPATŘÍME!



Věří, že před sezonou F1 objevili svatý grál

Stáj formule 1 Mercedes včera na okruhu v Silverstonu představila vůz, se kterým bude usilovat o čtvrtý individuální a týmový titul za sebou. Monopost nese označení W08 a piloti Lewis Hamilton (vlevo), nástupce mistra světa Nica Rosberga Valtteri Bottas i týmový šéf Toto Wolff na něj pěli samou chválu. „Vypadá neuvěřitelně. Řekl bych, že co se detailů týká, je to možná ten nejpropracovanější vůz v historii," řekl trojnásobný mistr světa Hamilton, který s vozem absolvoval i cvičnou jízdu. AP

Na Vysočině. Utkají se dva sousedé v tabulce

Program 18. kola první fotbalové ligy má dnes na programu předehrávku mezi předposlední Jihlavou a čtrnáctým Hradcem Králové. Záchranářský duel začne na Vysočině v 18.00.

Jihlava i Hradec minulý víkend vstoupily do jara shodně porážkou 0:2 s pražskými mužstvy. Vysočina v Edenu podlehla druhé Slavii a Votroci doma nestačili na Duklu. „Výkon z druhého poločasu nám dává trošku optimismu do dalšího boje o záchranu. Zápas proti Hradci bude důležitý, ale to je v naší situaci každé utkání. Jsme si vědomi síly soupeře hlavně venku, kde dokázal v závěru podzimu vyhrát v Teplicích i na Slovácku," řekl jihlavský trenér Michal Bílek. ČTK

Bilance

Dnešní soupeři se v nejvyšší soutěži zatím utkali pětkrát.

- Dvakrát vyhrála Jihlava, dva zápasy skončily nerozhodně a na konci srpna zvítězil Hradec 1:0. Nováček v předchozích dvou duelech na jihlavském stadionu neskóroval.

Zprávy krátce

Postoupili oba

Moderní pětibojaři David Svoboda i Ondřej Polívka zvládli na úvod nového ročníku Světového poháru nástrahy kvalifikace a dnes je v Los Angeles čeká finálový závod. V Kalifornii si zajistili přímý postup ze skupiny A – Polívka postoupil ze sedmého místa, Svoboda byl čtrnáctý.

Skočí si jen dvě

Dvě české skokanky na lyžích postoupily do dnešního závodu na mistrovství světa v Lahti. V kvalifikaci uspěly Barbora Blažková a Marta Křepelková, mezi třicítku postupujících se nevešla Jana Mrákotová.

Bílí Tygři mohou obhájit pohár

Hokejisté Liberce budou mít v dnešním 49. extraligovém kole první příležitost dosáhnout na obhajobu Prezidentského poháru. Bílí Tygři se představí na ledě Vítkovic, a pokud vyhrají v základní hrací době, nemusejí se ohlížet na další výsledky. iDNES.cz

Další míří do Číny

Michal Škoda (v červeném) dostal od vedení Zbrojovky Brno souhlas k odchodu do Číny. O jeho služby se uchází druholigový klub Pao-ting. Osmadvacetiletý fotbalový útočník je teď společně s bratrem Milanem ze Slavie a sparťanem Davidem Lafatou s deseti góly nejlepším ligovým střelcem. MAFRA

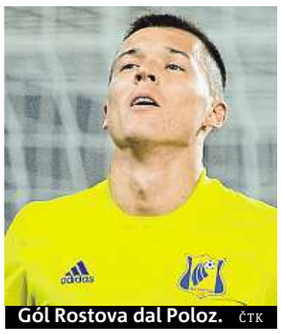
Jak Venezuelan šel závod v běhu na lyžích

Adrian Solano pochází z Venezuely. Dvaadvacetiletý švec se rozhodl, že se zúčastní MS v klasickém lyžování v Lahti. Po peripetiích v Paříži, kde ho měli za přistěhovalce i potenciálního teroristu, se nakonec do Finska dostal. Ve středu doslova prošel kvalifikačním během na 10 km klasickou technikou. Zavrávoral už na startu, na trati těžko držel rovnováhu, několikrát zlomil hůlku, často padal, a když byli všichni v cíli, on teprve v polovině trasy. Přesto, nebo právě proto se stal nejen hvězdou internetu. Video stojí za zhlédnutí. Svůj sen si plnil i včera, kdy nastoupil do kvalifikace ve sprintu. Tedy sprintu ostatních. AP

Vyrovnali až v deseti

Fotbalová Sparta se s Evropskou ligou loučí.

Po týden staré venkovní porážce 0:4 včera fotbalisté Sparty remizovali v odvetě úvodního kola vyřazovací fáze Evropské ligy s Rostovem 1:1. Úřadující ruský vicemistr vedl na Letné od třinácté minuty, kdy se trefil Dmitrij Poloz. Pražané hráli od 67. minuty v deseti bez vyloučeného Costy, i v oslabení ale srovnal šest minut před koncem proti svým krajanům Vjačeslav Karavajev. Letenští nedokázali zopakovat loňské čtvrtfinále, v němž vypadli s Villarrealem. Přesto byli jediným českým klubem, který si letos zahrál na jaře na evropské scéně. V pohárech v této sezoně vydělali sparťané asi 150 milionů Kč. ČTK


Gól Rostova dal Poloz. ČTK

1	1
Sparta Praha	FK Rostov

Branky: 84. Karavajev – 13. Poloz
Rozhodčí: Gocek (Turecko)
Diváci: 13 413

Nejrychlejší LTE síť v ČR

Potvrzeno nezávislým měřením DSL.cz za celý rok 2016

vodafone.cz/nase-sit

Vodafone
Power to you

dsl.cz