

**ZAÚTOČILI
NA NÁS
Z VESMÍRU!**



metro 

Pátek, 24. června
Svátek slaví: E. T.



Min. -50°C
Max. 100°C

OBŘÍ VESMÍRNÁ LOĎ PŘISTÁLA NAD ATLANTIKEM

Včera v ranních hodinách přistála nad Atlantikem vesmírná loď. Mimoszemšťané zaútočili na pobřežní státy. V bezprostředním nebezpečí jsou dvě miliardy lidí.



JAK SE UBRÁNÍME?

Proti vetřelcům bojují armády z celého světa. Jejich postup se zatím nedaří zastavit. Lidé panikaří a utíkají z měst na venkov. Bezpečnostní expert na boj s mimozemšťany David Levinson však radí: „V bezpečí budete pouze v kinech.“

Pokračování uvnitř

DEN NEZÁVISLOSTI

N O V Ý Ú T O K

V KINECH OD 23. ČERVNA TAKÉ VE 3D

CCC
SHOES & BAGS

-30%

**VELKÝ LETNÍ
VÝPRODEJ AŽ DO**

-50%*

V CCC

LASOCKI
DÁMSKÁ KOŽENÁ
OBUV

~~899~~



LASOCKI
DÁMSKÁ KOŽENÁ
OBUV

450 *
KČ



**GINO
LANETTI**
PÁNSKÁ OBUV

~~699~~



**GINO
LANETTI**
PÁNSKÁ OBUV

350 *
KČ

BASSANO

DÁMSKÁ OBUV

~~399~~



BASSANO

DÁMSKÁ OBUV

200 *
KČ

*DO VYPRODÁNÍ ZÁSOB.
VÝPRODEJ SE VZTAHUJE NA VYBRANÉ MODELY OBUVÍ A KABELK.
SLEVA SE VZTAHUJE NA ZBOŽÍ OZNAČENÉ ČERVENÝM KOLEČKEM A NOVOU CENOU.

JÁGR ZÍSKAL V NHL DESÁTÉ OCENĚNÍ

HOKEJISTA DOSTAL BILL MASTERTON TROPHY I ZA VYTRVALOST STRANA 21

metro



PRAHA

Pátek, 24. června 2016

Č. 123, www.metro.cz
Svátek slaví: Jan

Min. 32°
Max. 36°

Nejčtenější noviny v Praze

INZERCE



Píp a je fuč. Zloději aut mají nevšední trik

Trend. Stále víc zlodějů využívá ke krádežím aut vysílačku. **Trik.** Řidičům, kteří používají dálkové ovládání, pomocí rušičky znemožní vůz uzavřít. **Jak se bránit?** Nejlepší je ověřit uzamčení auta manuálně STRANA 6



Britové v referendu hlasovali, zda opustí Evropskou unii

Bez nadsázky lze říct, že Velká Británie a celá Evropa včera zažily velmi důležitý moment své novodobé historie. Lidé v referendu hlasovali o tom, zda ostrovní monarchie zůstane součástí Evropské unie, jejímž členem je již 43 let, nebo z ní odejde. Průzkumy až do poslední chvíle naznačovaly, že hlasy obou stran jsou velmi vyrovnané. Hlasovací místnosti se uzavřely včera večer po uzavěrci deníku Metro. Výsledky referenda proto najdete dnes ráno na zpravodajském webu iDNES.cz. O dalším směřování své země hlasoval i velký zastánce setrvání Velké Británie v Evropské unii, britský premiér David Cameron. Na snímku se svou manželkou Samantha opouští hlasovací místnost v Londýně.

AP - ALASTAIR GRANT

Přípravy na trasu linky D zrychlují

Mluví se o ní už desítky let, teď konečně nabírá jasnější obrysy. Reč je pochopitelně o nové trase metra linky D, která povede z náměstí Míru do Písnice. Dopravní podnik zažádal o stavební povolení trasy z Pankráce. Ještě chybí vykoupit sedm pozemků. STRANA 4

Utajené zahrádky, které ochladí

Voda dokáže osvěžit, zvláště v současných horkých dnech. Zpříjemní i posezení v restauracích či kavárnách. Přinášíme vám několik tipů, kde taková utajená místa, v nichž najdete studánku nebo potůček, v metropoli hledat. STRANA 12

Vyberte si foťák na léto

Tradiční dilema každého fotografa amatéra před letní dovolenou – bude mi stačit malý kompaktní, nebo mám raději sáhnout po pořádné zrcadlovce? Poradíme, jak si správně vybrat. STRANA 15

Z Šárky na Dědinu už brzo tramvají

Už za dva roky by se měla začít stavět nová tramvajová trať na Dědinu.

Nový projekt dopravního podniku má protáhnout tramvajovou trať z Divoké Šárky skrz sídliště Na Dědině do nově vybudované smyčky Dědinská v blízkosti stejnojmenné ulice. Nová trať bude měřit 2,3 kilometru a bude na ní pět zastávek s pracovními názvy Divoká Šárka, Vlastina, Sídliště Na Dědině, Ciolkovského a Dědinská. Před zahájením výstavby teď zbývá ještě získat územní rozhodnutí a následně stavební povolení.

Záměr, který v loňském roce zaznamenal odmítavou reakci části místních obyvatel, prošel změnami a připravuje se ke schválení. Stavba už dostala posouzení EIA, kte-



Citát

V budoucnu by tramvajová nová trať měla bez přestupu propojit Letiště Václava s Dejvicemi a centrem města.

PETR DOLÍNEK, NÁMĚSTEK

ré řeší vliv stavby na životní prostředí, zároveň je jeho součástí i vznik nových parkovacích míst ve Vlastině ulici a stavba parkovacího domu. Na kolik stavba vyjde, zatím není jasné. Praha na ni bude

Nové tratě v Praze

Chystá se stavbu několika nových tramvajových tratí.

- **Divoká Šárka – Dědina**
Trať má platné vyhodnocení vlivů na životní prostředí (EIA). Trať dlouhá 2,3 km s 5 zastávkami by se mohla začít stavět roku 2018 a hotovo by mělo být 2020.
- **Modřany–Libuš**
DPP požádal o EIA. Dvoukilometrová trať má mít na dvou kilometrech 4 zastávky a konečnou u metra D.
- **Barrandov–Holyně**
Je nejpřipravenější tramvajovou tratí. Je požádáno o vydání stavebního povolení.

žádat o peníze z evropských fondů.

Trať by nemusela končit na Dědině, je připravena tak, že pokud se město rozhodne, lze ji prodloužit dále až na letiště v Ruzyni. **ROBERT OPPELT**



Hrabáč vyráží do světa

O víkend návštěvníci trojské zoo uvidí naposledy společně hrabáče Kita s matkou Kvidou. Kita čeká brzký odchod do nového domova v Dánsku. Rozloučení s prvním odchovaným potomkem Kvidy proběhne v sobotu 25. června. Program začne v 10.00 komentovaným krmením, jež se bude opakovat ve 12.00 a ve 14.00. ZOO PRAHA

INZERCE



Dům, kde vám den uteče jako voda



Ve Vodním domu se můžete schovat do lastury škeble rybníčné, vypravit se pod hladinu vody a ve vodním baru vyzkoušet, že každá voda chutná jinak. V interaktivní mapě vhodíte kuličku u pramene a pak pozorujete, jak se voda vlévá do řek a nakonec do moře. Dokonce si vyrobíte i svůj vlastní bouřkový mrak. A ty nejmenší u expozic zabaví schránky s hračkami, aby si rodiče a starší sourozenci mohli v klidu prohlížet expozici.

Vodní dům s radostí pomohla postavit společnost Veolia Česká republika a Pražské vodovody a kanalizace, a.s.

Kudy se k nám dostanete

Vodní dům najdete u hráze vodní nádrže Švihov na Želivce. Z dálnice D1 sjeďte na exitu 56 směr Soutice. Na první odbočce zahněte doprava a v obci Hulice doleva.

GPS: N 49° 43,134 E 015° 05,199
www.vodni-dum.cz

5.7. A 6.7. STÁTNÍ SVÁTKY? MY MÁME OTEVŘENO!

Maxi výběr látek a galanterie.

Nabídka platí pouze pro kamennou prodejnu a do vyprodání metrů.

Modrá královna – staňte se v létě hvězdou každé večerní párty. Poutavý šifon v nádherně královsky modré barvě Vás nechá chladnými. Látky je jako stvořená pro top na ramínka nebo se zavazováním na krk, pro volnou sukýnku nebo na ušití šatů, ve kterých budete královnou noci. Materiál: 100% polyester. Šíře 145 cm. Skladem 128 m.

Max. 3 m/zák. Běžná cena: 139,-

Flex-tex cena

Lehkost lístků – bezvadných úpletových oděvů se leckdo nemůže nabažít. Úpletové látky jsou pohodlné a dobře padnou na tělo. Nyní jsme vybrali úplet v tmavě šedé barvě, se stylizovaným motivem běžových lístků a modrými detaily. Ideální na tenčí přehoz, přílehavé šaty či sukni. 92% bavlna, 6% vlna, 2% elastan. Šíře 130 cm. Skladem 129 m.

Max. 3 m/zák. Běžná cena: 139,-

Flex-tex cena

Zářivá zebra – chcete zaujmout své okolí divokými působivými módními doplňky, nebo extravagantním kabátkem? Přichystali jsme pro Vás elastický materiál se zátěrem v designu zebry, doplněný o decentní trpytky. Mimo jiné vhodný k mnohým dekoracím účelům. Složení: 98% bavlna, 2% elastan. Šíře 150 cm. Skladem 86 m.

Max. 3 m/zák. Běžná cena: 179,-

Flex-tex cena

Mátová smršť – pro příznivce zelených odstínů látek, zejména pak odstínu mátově zelené, doporučujeme pevnou 100% polyesterovou látku. Skvěle bude vypadat v podobě moderních kalhot, s nimiž uděláte všude kladný dojem, ale využítí nalezne především jako slušivá kostýmka v módním odstínu. Složení: 100% polyester. Šířka 145 cm. Skladem 79 m.

Max. 3 m/zák. Běžná cena: 169,-

Flex-tex cena

Mořská hlubina – ať už na kalhoty, sukni a šaty v retro stylu, sako či jakýkoli jiný oděv, rozhodně se u nás zastavte pro zebrovanou látku, ve světlém odstínu modré, připomínající mořskou hlubinu. Látky je vyrobená z 100% polyesteru. Šíře 145 cm. Skladem 56 m.

Max. 3 m/zák. Běžná cena: 179,-

Flex-tex cena

Lákavá skořice – zebrovaná pevná látka Vás dostane svým originálním teplým odstínem hnědé, podobným rozdrčené skořici. Senzační materiál na ušití kostýmků. Dalším možným využitím jsou kalhoty, šaty a sukne ve vintage stylu. 100% polyester. Šíře 145 cm. Skladem 50 m.

Max. 3 m/zák. Běžná cena: 179,-

Flex-tex cena

Trpytivá divočina – černobílý divoký motiv na látce, se trpytívkou pohlažením, Vás udělá tajemnou a nepřehlédnutelnou při každém letním večírku. Jedná se o další skvělý úplet v dnešní nabídce, který bude slušet každému. Doporučujeme na sexy obepnuté večerní šaty, kratší sukýnku, obepínající Vaše přednosti či svůdné dámské tričko. Složení: 94% polyester, 6% elastan. Šíře 155 cm. Skladem 53 m.

Max. 3 m/zák. Běžná cena: 129,-

Flex-tex cena

Taftová elegance – vykročte si do zaměstnání, na schůzku a na rande v elegantní balonové sukni. Vytvořená bude ze zlatavé béžového taftu, s nenápadným linkováním, práve od nás. Mimo sukni taft lze využít na šmrncovní korzet a atypické šaty. Být oslňující a zároveň působit decentně je tak snadné. Materiál: 100% polyester. Šíře 150 cm. Skladem 83,1 m.

Max. 3 m/zák. Běžná cena: 199,-

Flex-tex cena

Letní lenošení – užijte si dovolenkové nicnedělání v úzasně pohodlném úpletu, v šedé barvičce. Je přímo dělaný na dokonale nátlak pro Vás i Vašeho partnera, na pánské nebo dámské tričko, úpletové šaty, svůdné body, čepici, co má styl nebo vkusnou úpletovou sukni. Jedná se o 100% bavlnu, takže obléčení, vyrobené z tohoto úpletu, budete rádi a často nosit. Šíře 90 cm. Skladem 105,3 m.

Max. 3 m/zák. Běžná cena: 139,-

Flex-tex cena

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% 0616

FLEX-TEX

Jateční 31, Praha 7

mobil: 721 443 662, tel.: 283 870 783

Sleva se vztahuje na veškeré látky i zlevněné!



Nová linka do Šanghaje

Čínská letecká společnost China Eastern Airlines včera slavnostně zahájila pravidelné spojení mezi Prahou a Šanghaji. Lety bude společnost provozovat třikrát v týdnu, vždy v úterý, ve čtvrtek a v neděli. Jedná se o druhou přímo linku z Česka do Číny, od loňského září létají spoje mezi Prahou a Pekingem. Na akci byl kromě premiéry Bohuslava Sobotky i místopředseda Senátu Zdeněk Škromach, který si mimo jiné opět udělal selfičko na svůj facebookový profil, tentokrát s primátorkou Adrianou Krnáčovou.

ČTK

Ostrov plné hudby

Festival United Islands bude přístupný zdarma.

Multižánrový festival United Islands of Prague o víkendu již potřinácté oživí hudbou Kinského zahrady, Kampu, Střelecký ostrov a Janáčkovu nábreží. Letos poprvé bude hlavní program probíhat především v sobotu a v neděli, kdy spolu s novým Metronome festivalem nabídne Praha největší hudební víkend. Metronome zve na Výstaviště už dnes na warm-up party, na které vystoupí kapela minus123minut či Thom Artway.

United Islands se zúčastní více než 100 kapel a interpretů, mezi jinými naděje německé hudební scény, zpěvák a multiinstrumentalista L'Aupaire, severské trio Get Your Gun a také jedna ze zásadních postav blízkovýchodní undergroundové hudební scény – libanonský hudební producent Zeid Hamdan, který vystoupí s egyptskou zpěvačkou Maii Waleed. Z tuzemských interpretů zavítá na jedno z pěti pódíí třeba Monika Načeva či Emma Smetana. Jedno z pódíí bude i v areálu pivovaru Staropramen, kde zahrají české skupiny, například Define Me, Le Dva, Disconnection a indie-elektro-popová čtveřice Nano. METRO

Tipy na víkend

VÝSTAVA

Šifra Otce vlasti, tedy venkovní výstava v prostoru před Starým purkrabstvím ve Vyšehradských sadech, je zaměřená na specifickou úlohu Vyšehradu v konceptu Nového Města pražského. Přístupná zdarma je ode dneška až do 31. července.

DOSTIHY

Zítřejší od 14 hodin se na závodišti ve Velké Chuchli koná klusácký dostihový den, na který je vstup zdarma. Hlavním dostihem bude soubor čtyřletých klusáků českého chovu, kteří postupně míří ke klusáckému derby na začátku září. MET

Praha žádá o stavební povolení na trasu D

Dopravní podnik zrychluje přípravu na trasu metra D.

Dopravní podnik zažádal o stavební povolení pro stavbu trasy metra D z Pankráce. Aby Praha mohla začít se stavbou, chybí vykoupit sedm pozemků. Další desítky jich bude muset dopravní podnik (DPP) vykoupit v místech, kde jsou plánovány stanice.

Metro D má odlehčit trasu C a propojit sídliště na jihu Prahy s centrem města. Trasa vede kolem krčského nádraží a Thomayerovy nemocnice

až do Písnice. „Připravenost projektu je taková, že můžeme zažádat o stavební povolení. Intenzivně jednáme s vlastníky pozemků. Kdyby se nám nepodařilo vybudovat všechny vestibuly, metro by stejně mělo začít být raženo, následně se dodělají a otevřou všechny stanice,“ řekl Dolínek. Stejným způsobem postupovala Praha při stavbě metra B na Černý Most, kdy byla stanice metra Kolbenova dokončena až po zahájení provozu trasy. „K tomu, abychom zahájili stavbu, nám stačí vykoupit sedm pozemků v oblasti Písnice, o kterých jednáme se soukromými vlastníky,“ potvrdil šéf

Děčko

O nové trase na jihovýchodě se mluví už desítky let.

- Trasa metra D povede z náměstí Míru do Písnice.
- Jako první se začne stavět část z Pankráce do stanice Depo Písnice, pak etapa z Pankráce na náměstí Míru.
- Celkově jde o deset nových stanic a depo na konečné.

DPP Martin Gillar. Tomu dozorčí rada podniku na středním jednání dala za úkol začít s realizací stavby. Nepodaří-li se pozemky vykoupit,

požádá Praha podle Dolínka o jejich vyvlastnění. Proti původnímu záměru se neuskuteční architektonická soutěž na novou podobu stanic v úseku Pankrác–Písnice. Podle Dolínka by to oddálilo zahájení stavby. S architektonickou soutěží se ale počítá pro stanici Náměstí bratří Synků, v plánovaném druhém úseku Pankrác – Náměstí Míru.

Stavba první části metra D by měla být hotova do roku 2022, zda bude předpokládaný termín dodržen, ale není jasné. Projektanti náklady předběžně odhadují na zhruba 50 miliard korun. Praha chce na stavbu čerpat dotace z evropských fondů. **ROW**

Zprávy krátce

Koupaliště mají čistou vodu

Voda ve většině sledovaných pražských koupališť je na začátku sezony vhodná ke koupání. Vyplývá to z informací na webu Hygienické stanice hlavního města Prahy. Jako zhoršenou hodnotí hygienici kvalitu vody v hostivařské nádrži a na koupališti Džbán, kde se lidé musí smířit se zhoršenými smyslovými vlastnostmi vody. V hlavním městě je nyní šest přírodních koupališť a devět venkovních plaveckých bazénů. Hygienici kontrolují jakost vody na koupalištích Džbán, Šeberák, rybníče Motol, betonové nádrži v Divoké Šárce, hostivařské přehradě a koupališti s přírodním čištěním vody v Radotíně. **ČTK**

Zlaté odpadky. Svoz odpadu přijde za 10 let na 12 miliard

Praha konečně zažehkala možnost, že v ulicích města se budou válet pytle s odpadem, a vyřešila problém srovnatelný s Blankou či OpenCard. Po pěti letech provizoria vybrala vítěze soutěže na svoz odpadu z metropole.

Zakázku na desetiletý svoz odpadu získalo konsorcium Pražské odpady 2016–2025, které tvoří Pražské služby (PSAS) a svozová firma AVE CZ. Svoz vyjde město na 1,196 milionu korun ročně. Svoz odpadu v posledních letech Praha řešila přidělením zakázky přímo PSAS. „Nyní doufám, že Praha bude mít problém se svozem odpadu na deset let dopředu vyřešen.“



Citát

Doufám, že metropole má na příštích deset let problém se svozem odpadu definitivně vyřešen.

JANA PLAMÍNKOVÁ, RADNÍ

Po dlouhých šesti jednacích řízení bez uveřejnění došlo k otevřenému výběrovému řízení,“ řekla radní Jana Plamínková. Konsorcium tvoří kromě PSAS, jejichž majoritním vlastníkem je hlavní město, také svozová firma AVE CZ podnikatele Daniela Křetínského. Včera také začala čtrnáctidenní lhůta, v které mohou být k projednání tendru podány námítky. Pokud žádné nebudou, Praha následně s konsorciem podepíše smlouvu. Do tendru se přihlásila, kromě vítězného konsorcia, rovněž firma FCC. Podle Plamínkové se prý společnost nechce proti výsledku soutěže odvolávat. **ROW**



Poklady z Čapkovy vily

Praha 10 začne z Čapkovy vily na Vinohradech stěhovat exponáty, poputují do depozitáře Národního muzea. Pro veřejnost by se mělo otevřít po rekonstrukci v prosinci 2018. Při inventuře objevili odborníci i věci, které byly považovány za ztracené, například posmrtný odlítek Čapkovy tváře a ruky (na snímku).

MAFRA

INZERCE



Fér přístup.
Fér partner.
Fér půjčky.

Půjčte si od 4 000 do 50 000 Kč

800 888 120 bezplatná linka

www.faircredit.cz

BILLA

BILLA slaví 25 let! Zapojte se do soutěže a VYHRÁVEJTE!

Kreativní úkoly pro tento týden:

MMS
WWW.BILLA25.CZ

Vyfotografujte selfie s vlastnoručně vyrobeným logem BILLA a pošlete na číslo: +420 736 300 202. Do pole pro text zprávy vložte kód z účtenky.

SMS
WWW.BILLA25.CZ

Kam a s kým byste vyrazili na výlet v novém BMW elektromobilu od BILLY? Popište nám to minimálně 10 slovy (maximálně však pomocí 140 znaků)!



Více na www.billa25.cz

Akce probíhá od 16. 3. do 28. 6. 2016.



-25%

Kaiserka
z naší pekárny
1 ks, 56 g, více druhů
dříve 3,90

2⁹⁰

100 g = 5,18 Kč

Znáte z TV



-33%

Meggle Cottage
180 g, více druhů
dříve od 29,90

19⁹⁰

100 g = 11,06 Kč

Znáte z TV



-38%

Rama Classic
500 g
dříve 43,90

26⁹⁰

100 g = 5,38 Kč

Znáte z TV



-40%

Jihočeské mléko 3,5%
1 l
dříve 19,90

11⁹⁰

1 l = 11,90 Kč

Znáte z TV



-39%

Kotányi Mlýnek s kořením
od 35 g, více druhů
dříve 57,90

34⁹⁰

100 g = od 37,93 Kč

Znáte z TV



-35%

Viva Pekařníkové tousty
120 g
dříve 19,90

12⁹⁰

100 g = 10,75 Kč

Znáte z TV



-16%

Hami Mléko
6+, 12+, 24+
600 g
dříve 239,90

199⁹⁰

100 g = 33,32 Kč

Znáte z TV



-40%

Ariel prací prostředek
50 dávek, více druhů
dříve 419,00

249⁰⁰

1 dávka = 5 Kč

Znáte z TV

Nabídka platí od středy 22. června do úterý 28. června 2016.



www.billa.cz





APPLE CIDERS

*nature
Remix*



ÚPLNĚ NEJVÍC PŘÍRODY

V CIDERU STRONGBOW



Šlachta se ke slovu nedostal

Zklamání. To cítil odstupující šéf Útvaru pro odhalování organizovaného zločinu Robert Šlachta (na snímku uprostřed). Měl spolu s ředitelem ostravské expozitury útvaru Jiřím Komárkem a olomouckým vrchním žalobcem Ivem Ištvanem vystoupit před poslanci bezpečnostního výboru. Měli odkrýt možné spojení policie s lidmi z kriminálního prostředí. Jenže jednání k reorganizaci policie sněmovní bezpečnostní výbor program neschválil. ČTK

Sestry mají velký stres

Zdravotní sestřičky utíkají z lůžkového do ambulance.

V lůžkových zařízeních ubývají stovky sester. V ambulancích jich je naopak proti loňsku o 650 víc než loni. Na vině je podle ministra zdravotnictví Svatopluka Němečka stres, který řada sester raději vymění za poklidnější službu na ambulanci.

„Sestry odcházejí z jednotek intenzivní péče a z lůžkových oddělení spíše do ambulancí, kde mají většinou možnost pracovat na jednu směnu denně. Práce je tu navíc méně stresující a méně náročná,“ říká ministr Němeček. Ze statistik přitom vyplývá, že počty úvazků, a tedy i pracovníků ve zdravotnictví obecně stoupají. Celkem v Česku pracují zaměstnanci na 212 720 úvazků,

což je o necelé tři tisíce víc než v roce 2014. Statistika je však pouze statistikou, a tak ačkoliv je třeba lékařů v nemocnicích o čtyři sta víc než loni, stále to nemusí znamenat, že se Česko blíží jejich dostatku. „Tentýž lékař může pracovat v akutní i ambulanci péči. Je tedy možné, že se jeden člověk nachází ve statistice vícekrát,“ dodává Němeček.

Informace vyplývají z komplexního přehledu dat získaných v elektronické podobě, který shromáždil Ústav zdravotnických informací a statistiky. Z něj mimo jiné vyplynulo, že v loňském roce činil průměrný plat lékaře ve státní organizaci 66 373 korun, v nestátním zařízení 58 828. Sestry průměrně braly 30 866 korun ve státním a 25 434 korun v nestátním. „Po 25 letech máme konečně reálná data o stavu personálu pro další plánování a rozhodování,“ doplňuje Němeček. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

Doktoři stárnou

Největší problémy českého zdravotnictví jsou stárnutí lékařů a odchody do zahraničí.

- Průměrný věk doktorů se od roku 1999 posunul z 44,5 na 48,4 (muži 49,3, ženy 47,8) roku a tento negativní trend bude evidentně pokračovat i nadále. Nejvíce je tento problém patrný zejména v méně obydlených venkovských oblastech, ze kterých vystudovaní odborníci odcházejí zcela pochopitelně za prací do velkých měst.

- Velkým problémem je také čím dál častější odchod mladých lékařů do zahraničí. Jde o celosvětový trend. Čeští lékaři mají v Evropě velmi dobrý zvuk, a tak je o naše odborníky velký zájem například v Německu nebo Anglii, kam míří jejich kroky nejčastěji.

- Vytvořit přesnou statistiku je velmi obtížné, avšak většína oslovených děkanů lékařských fakult uvádí, že do zahraničí zamíří přibližně mezi deseti až dvaceti procenty absolventů.

- Nejlepší dostupnost obvodních lékařů je v centrech velkých měst, jako je Praha nebo Plzeň.

INZERCE

TOP09

S podporou starostů

Senát je důležitý nástroj demokracie. Je na nás, jak bude rozhodovat!

SILOU ROZUMU

Senátní volby, 7. a 8. října

Jakub Lepš

politolog, zástupce starosty Prahy 11

Jakub Lepš



Tropy v Česku. Padnou rekordy



Lidé včera vyrazili na koupaliště. Snímek je z pražských Žlutých lázní.

ČTK

Vedro až 36 stupňů dnes zasáhne Česko. Vystřídají ho silné bouřky.

Včera na patnácti místech republiky padaly teplotní rekordy. V Olomouci-Holicích přepsovali meteorologové historický výsledek na 31,9 stupně Celsia. V Pasece na Olomoucku padl dokonce třináct let starý rekord, když se vzduch ohřál na 31,7 stupně.

Po stejné době překonala teplota historickou hodnotu také v Úpici, kde naměřili 30,9 stupně. Nejstarší rekord, z roku 1951, padl s hodnotou 30,7 stupně ve středočeských Průhonících. Masivní přepisování dosavadních rekordů se očekává dnes, meteorologové předpovídají denní teploty od 34 do 36 stupňů Celsia. Zároveň ale varují, že už v neděli vzduch ochladí první bouřky, které by měly být extrémně silné. A také se v těchto dnech očekává pokles stratosférického ozonu, a tedy ná-

růst intenzity UV záření. Meteorologové budou výstrahu nadále upřeshňovat. Lidé, kteří se vydají k vodě, by si měli u hygieniků zjistit, jak je to s kvalitou vody. **IDNES.cz**

Nejtepleji

32,9

Nejvyšší teplotu, 32,9 stupně Celsia, meteorologové zaznamenali v Žatci, kde ale rekord překonán nebyl.



Strážníci si stříhli pohádku

Horácké divadlo Jihlava zítra uvede premiéru rodinné pohádky Kocour v botách. Část hry se odehrává na ulici nedaleko divadla. Na snímku ze včerejší hlavní zkoušky improvizuje Jakub Škrdla v roli Principála Legranda se strážníky městské policie.

ČTK

Krátce

Soud s Růžičkou začne v srpnu

Na krátký neveřejný výslech si soudce Tome Frankič pozval včera hokejového trenéra Vladimíra Růžičku. Kouč čelí obžalobě, že v letech 2012 a 2013 převzal půl milionu korun

jako sponzorský dar. Růžička peníze uložil na účet manželky a později je vrátil. Soudce po výslechu nařídil hlavní líčení. To začne v srpnu. Vladimíru Růžičkovi v případě prokázání viny hrozí až pětileté vězení nebo peněžitý trest. **IDNES.cz**



Bělobrádek.

O čem se bavil se Šlachtou?

Místopředseda vlády a předseda KDU-ČSL Pavel Bělobrádek v Kauze dne Rádía Impuls mluvil o vztazích v koalici, kterou rozhádala reorganizace policejních útvarů vedená ministrem vnitra Milanem Chovancem. Co se dozvěděl na setkání se stěžejním článkem celé kauzy, odcházejícím šéfem Útvaru pro odhalování organizovaného zločinu Robertem Šlachtou, prozradit odmítl. „Já jsem se s ním sešel a dále věc nebudu komentovat. Já se nechci úplně vézt na té rovině, že bych se díky tomu setkání chtěl dostat do zorného pole médií,“ řekl Bělobrádek.

Hodnotil také setkání prezidenta Miloše Zemana s ministrem Chovancem a Babišem: „Myslím si, že role pana prezidenta je v tomto důležitá, a jsem rád, že se snaží o to samé, to znamená celou situaci zklidnit a vrátit do věcné debaty,“ míní Bělobrádek.

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

INZERCE

STAROČESKÉ VETEŠNICTVÍ MICHLSKÁ 12A, PRAHA 4

AŽ 2 000 Kč za krejčovskou pannu.
AŽ 2 000 Kč za klarinet i poškozený.
AŽ 2 000 Kč za starý rybářský naviják a jiné rybářské potřeby.
AŽ 3 000 Kč za jantarový náhrdelník či náramek.
AŽ 5 000 Kč za auto na kabel, baterii a setrvačnick, též tank, pásovec, traktor, autobus atp. Upřednostňujeme značky IGRA, ITES, ale i jiné. Vše do r. 1990. Také vykupujeme angličáky i poškozené.
AŽ 8 000 Kč za šperky z čes. granátu (i poškozené), dále kupujeme starou bižuterii, korále.
AŽ 15 000 Kč za šavli, uniformu, vyznamenání.
AŽ 20 000 Kč za hodinky (i poškozené) PRIM, OMEGA, LONGINES, HEUER, ETERNA, DOXA, SCHAFFHAUSEN, POLIOT, STRELA, hodinky se stopkami, ale i kapselní cibule, kupujeme i jiné značky.
AŽ 50 000 Kč za housle i poškozené.
AŽ 500 000 Kč za sbírku mincí či bankovek. Tyto položky vykupujeme i jednotlivě, včetně nedávno propadlých mincí atd.

Dále kupuj. **nábytek do r. 1975**, pohledy, fotoaparáty, knihy, obrazy, sklo, porcelán, koberce, ván, ozdoby, textil, šicí a psací stroj, atd., **CELÉ POZŮSTALOSTI!**

PLATBA HOTOVĚ
přijedeme rádi po celé ČR
návštěvy vždy po tel. domluvě

Tel.: 602 229 348

Odměna pro absolventa.

MacBook Air 13" s 8 GB RAM za 28 990 Kč.
Navíc 1 000 Kč poukaz na nákup v iStores.



Atrium Flora Praha | Galerie Harfa Praha
www.istores.cz

iStores



Premium Reseller

Změna cen vyhrazena. Akce platí na model MMGF2CZ/A. Více info na www.istores.cz

metro



Kalifornie v plamenech trápí hasiče

Zhruba 5000 hasičů se dál snaží zlikvidovat rozsáhlé požáry, které sužují oblasti Kalifornie. U Los Angeles plameny zničily na 2000 hektarů půdy a pod kontrolou jsou zatím jen z 15 procent. Přestože se hasičské týmy teprve snaží ovládnout dvě ohnivé fronty, které proměnily v popel křovinaté porosty na svazích severovýchodně od Los Angeles, evakuování obyvatel předměstí se již mohli vrátit do svých domovů. Podle mluvčího místní lesní správy Nathana Judyho plameny spálily všechnu dostupnou vegetaci. AP

Útočník. Střílel v kině, zabili ho

Německá policie zastřelila ozbrojence, který včera odpoledne střílel v kině ve městě Viernheim. Rukojmí, která muž držel, se podařilo osvobodit nezraněná. Při incidentu bylo zasaženo 25 lidí slzným plynem. Muž se střílnou zbraní a nábojovým pásem vešel do kina ve městěčku nedaleko porýnského Mannheimu krátce po 15. hodině. Při zásahu došlo podle policejní mluvčí k nebezpečné situaci, a proto ze strany policie padly výstřely. **ČTK**

Solární pohon. Letadlo překonalo Atlantik

Švýcarský letoun na solární pohon Solar Impulse 2 překonal jako první tohoto druhu za zhruba 70 hodin Atlantský oceán a přistál včera ve španělské Seville. Z New Yorku se na 15. etapu cesty kolem světa dlouhou přes 6200 kilometrů vydal v pondělí. Letadlo poháněné výhradně sluneční energií tak dokončilo významnou část obletu Země. V kokpitu se střídají Švýcaři Bertrand Piccard a André Borschberg. **ČTK**



Pilot Bertrand Piccard AP

Drogy užívá 250 milionů lidí na světě

Hrozbou je hlavně rostoucí spotřeba heroinu.

Organizace spojených národů (OSN) přišla včera ve Vídni se šokující zprávou. Na celém světě užívá nelegální drogy až 250 milionů lidí. Dvě stě tisíc osob loni na následky konzumace omamných látek zemřelo.

Po několika letech se opět zvýšila spotřeba heroinu, především ve Spojených státech a v Evropě. „Heroin se vrací,“ řekla Angela Meová ze střediska OSN pro drogy. Podle ní se v důsledku užívání této drogy nakazilo zhruba 1,6 milionu lidí virem HIV a asi šest

milionů onemocnělo žloutenkou typu C. Celkem na světě trpí závažnými zdravotními problémy v důsledku užívání drog 29 milionů lidí.

Nejrozšířenější nelegální drogou zůstávají podle OSN konopné produkty, které přicházejí na trh ve formě marihuany či hašiše. Loni je užívalo zhruba 183 milionů lidí a trend růstu jejich spotřeby je patrný zejména v Latinské Americe a v USA. Podle Meové se riziko konopných drog podceňuje, látky v nich obsažené vážně škodí zdraví.

Podle OSN se rychle rozvíjí černý trh s takzvanými novými psychoaktivními substancemi, tedy chemickými sloučeninami, které jejich výrobci rychle obměňují, aby obešli zákazy některých látek. **ČTK**

Zprávy krátce

Vlastenci Rusové

Čtyři pětiny Rusů se považují za vlastence, nedůvěru k vlastní zemi pocítují pouhá čtyři procenta obyvatel. Dvě třetiny dotázaných v průzkumu by podpořily rozhodnutí blízkých hájit zemi ve válce.

Největší diamant

Příští středu v londýnském aukční síni Sotheby's vydraží největší existující nezpracovaný diamant na světě. Vydražená částka by mohla přesáhnout 70 milionů dolarů (1,7 miliardy korun). **MET**

INZERCE



TÝDENÍK **TÉMA** PŘÁVĚ V PRODEJI

JEN
25 Kč

KMENOVÉ BUŇKY PRAVDY A MÝTY

- Kde v léčbě opravdu fungují?
- A kde jde víc o byznys?

Navíc 8 velkých rozhovorů, mimo jiné:

- Fotograf lidských duší Jakub Ludvík
- „Nekorektní“ interview s jazzmanem Lacem Déczim

Rodiče a počítač. Vtipné sloupky nyní vychází knižně

„Nic se nestalo,“ řekla maminka do telefonu, když jí syn poradil, ať na klávesnici najde enter. „A co jsi udělala?“ „No našla enter.“ „A zmáčkla jsi ho?“ „To jsi neřikal!“ O učení mamin ky s počítačem je jeden ze sloupků, které novinář Martin Moravec napsal za deset let do čtvrtletního magazínu MF DNES. Protože si to žádá doba, některé zpětně trochu upravil a celkem 250 jich teď vydává v knize Enter, mami!

Jsou to fejetony z každodenních situací, které občas zažije každý. Krátké, výstižné a vtipné. O českých restauracích, povinném zkoušení dárků o Vánocích, seznamování přes internet, o Pražácích, Brňácích i náplavách, o trapasech při lichoce ní ženám, o vaření, nakupování, divných lidech v posilovnách a podob-



Martin Moravec ARCHIV

ně. Zkrátka o čemkoliv, co mu za těch deset let přišlo na mysl a stálo to za zaznamenání. **MET**

Téma. Kmenové buňky stále fascinují

Je to fascinující rozepsaná kapitola lékařské vědy. Jsou ale kmenové buňky opravdu zázračným lékem na dosud nevyléčitelné nemoci? Nedávná aféra, která zasáhla český výzkum, zvedla vlnu zájmu i nevráživosti. Týdeník TĚMA, který v pátek vychází, se proto věcně a bez emocí pustil do analýzy, co jsou kmenové buňky vlastně zač.

Kde všude pomáhají a kde možná již brzy budou? Kde naopak fungují jen jako marketingové lákadlo? Kde

vzaly schopnost přeměnit se na jakýkoli typ buněk? Jaké úspěchy s nimi zaznamenali lékaři v léčbě očí či nádorů? Jak ročně zachrání spoustu lidí před amputacemi? Fungují i při léčbě artrózy, nebo je to jen tahání peněz z kapes pacientů? Dokážou vědci už brzy vyrábět s jejich pomocí celé orgány?

Odpovědi na všechny tyto a další otázky spojené s kmenovými buňkami v medicíně a kosmetice najdete už v pátek v týdeníku TĚMA. **MET**

INZERCE

BARBORA POLÁKOVÁ

■ Politici si naši shovívavost nezaslouží



PRÁVĚ VYCHÁZÍ

TÝDENÍK 5 PLUS 2

každý pátek ZDARMA na jednom ze 6000 distribučních míst



látky[®]
Mráz

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.

PODŠÍVKA	19,-
š. 150 cm, 100% polyester – modrá	
LETNÍ ÚPLETY	49,-
š. 150 cm, 95% viskóza + 5% elastan – pestré květy	
PRACÍ KORD	59,-
š. 150 cm, 80% polyester + 18% nylon + 2% elastan – bílý	
PÁNSKÁ OBLEKOVKA	59,-
š. 140 cm, 58% polyester + 40% viskóza + 2% elastan – vzor kostka	
ÚPLETY TISKY	79,-
š. 146 cm, 95% polyester + 5% elastan, velký výběr vzorů	
STREČOVÁ BAVLNA	79,-
š. 150 cm, 98% bavlna + 2% elastan – módní vzor	
LETNÍ KOSTÝMVKY	99,-
š. 142 cm, 100% polyester – fialové, růžové, vínové, khaki, zelené, černé	
ÚPLETY	99,-
š. 147 cm, 62% modal + 38% polyester – žlutý, oranž, červený, modrý, béžový	
LETNÍ BAVLNA	99,-
š. 143 cm, 97% bavlna + 3% elastan – bílá	
KOŠILOVÉ POPELÍNY	119,-
š. 150 cm, 65% bavlna + 35% polyester – velký výběr barev a vzorů	

Nabídka metráže se na prodejních můžže lišit, doplňujeme stále nové druhy.
Nabídka platí do vyprodání zásob.

10%
sleva

Na veškerý metrový textil lze uplatnit slevu 10% na základě tohoto inzerátu. Sleva platí v kamenných obchodech. **Sleva platí: 22. 6. – 30. 7. 2016**
Slevu 10% nelze uplatnit na již zlevněné látky.

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
Košícká 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

 **DŮM LÁTEK.cz**
LÁTKY MRÁZ

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

PESTROBAREVNÝ SVĚT LÁTEK, z dovozu i domácí produkce.

Inspiraci a nápady z látek naleznete na našem blogu.

Sortiment každý týden doplňujeme o nové kolekce látek.

Novinky hledejte také na facebooku.



latty.cz



Fotografie najdete na
WWW.METRO.CZ

Utajené posezení v Bistru Zahrada na Vinohradech má i studánku.



Levandulové sušenky s kávou a malinovou v Café Styl & Interiér

INZERCE



FINANČNÍ PORADNA

Léto klepe na dveře, rádi byste si dopřáli hezkou dovolenou, jenže to stojí peníze. Jak na to? Nebojte se vzít si drobnou půjčku. Na co si dát pozor a jak správně splácet, radí Ing. Tomáš Konvička, MBA, obchodní ředitel společnosti Fair Credit.

Řešením jak si užít dovolenou může být drobná nebankovní půjčka. Pokud dodržíte základní pravidla, nenastane žádný problém a vy budete mít dovolenou přesně takovou, jakou jste si ji vysnili.

Například naše společnost má splátky půjčky nastaveny už od stokoruny týdně, což je měsíčně čtyři sta korun. To zase tak velký zásah do rozpočtu není a na splátky tak může dosáhnout prakticky každý. Pro spočítání výše splátek doporučuji online kalkulačku, která vám přesně ukáže, kolik a jak dlouho budete splácet. Pokud vám něco není jasné, ptejte se na bezplatné zákaznické lince. Pro výběr férového poskytovatele půjček pak existuje několik jednoduchých rad. Určitě doporučuji vyhnout se pochybným nabídkám rukou napsaných na papírcích nalepených různě po sloupech veřejného osvětlení. Raději se podívejte na internetu. Solidní společnost bude mít vlastní webové stránky, kde se dozvíte základní informace, najdete i sídlo společnosti a kontakt, na kterém se budete moci na cokoli zeptat. Před podpisem smlouvy byste měli mít možnost si nastavit pro vás nejvýhodnější formu splátek a předejít tak případným problémům se splácením.

www.faircredit.cz

Tipy na utajené zahrádky v metropoli

Studánky a potůčky. Tak ochlazují posezení v restauracích či kavárnách.

V horkých dnech je nejlepší držet se ve stínu a u vody. Deník Metro pro vás připravil málo známé zahrádky, ve kterých se krásně ochladíte.

Na Václavce 32

V kopci nad Nikolajkou mají v restauraci Na Václavce 32 atypickou zahrádku. V horní části totiž protéká potůček mezi stolkami. Každý tak může mít větší pocit soukromí. Pod korunami javoru a bríz tu máte ideální stín v těchto horkých dnech. Pivaři si tu mohou objednat vychlazené krušovice, plzeň i krčina. Na své si přijdou i vinaři a kafaři. Na lístku mají hovězí líčka, steak, saláty.

Kvůli nočnímu klidu zavírají zahrádku ve 22 hodin. Pak se můžete přesunout do salonku věnovaného českému hokeji, kde vás přivítá i sámrový Jaromír Jágr.

Historie vily Václavky sahá už do roku 1905, kdy tu první hosté ještě měli výhled na Prahu. Dnes je sice výhled zastavěný, ale zahrádka tak má komornější atmosféru. Autobusy z Anděla zastavují přímo před restaurací.

Bistro Zahrada

Na Vinohradech ve vnitrobloku u Belgické ulice se ukrývá pozapomenutá zahrádka. Budete si připadat jako Alenka v říši divů. Když vstoupíte dovnitř k obslužné-



Pohoda a kontrasty v Kavárně co hledá jméno

3x METRO

mu pultu a pokračujete rovnou za nose, projdete bistro do bujně rostoucí zahrádky s malou „studánkou“. Kvetou tu keře a u dřevěné cesty voní byliny. Ale i přes vzrostlejší stromy sem svítí slunce, před kterým se můžete schovat pod slunečnky.

V Bistru Zahradě (dříve známé jako Bio Zahrada) mají pěknou řádku domácích limonád. Od malinové, zázvorové, jahodové až po konopnou. K polednímu menu mají vždy jedno jídlo, ale když si nevyberete, jsou na lístku také sendviče, wrapy, saláty, kuskus i quiche.



Pohodová atmosféra

U Pinkasů

Podobně se můžete zchládit v restauraci U Pinkasů. Jejich méně známé zahrádce se přezdívá „gotická lednice“. Přiléhá totiž na zeď kostela Panny Marie Sněžné a starých zděných domů, které stahují teplotu vzduchu asi o deset stupňů. Navíc má zahrádka dva vstupy, buď přes restauraci, nebo postranním vchodem u Františkánské zahrady.

Jedná se o restauraci, která se zaměřuje na českou klasiku. Hranolky si tu sice neobjednáte, zato mají tankové pivo.

Café Styl & Interiér

Od ruchu velkoměsta můžete utéct do Vodičkovy ulice – vnitrobloku, kde mají poměrně vzrostlé stromy. Romantické atmosféře nahrává proutěný nábytek.

Ačkoliv působí Café Styl & Interiér jako kavárna, můžete si tu dát i lehký oběd. Doporučujeme ochutnat levandulové sušenky a jejich malino-

Tipy na další místa

Praha je plná krásných kaváren a restaurací.

- **Občanská plovárna** leží na břehu Vltavy, kde v létě na zahrádce příjemně fouká.
- Cukrárna **Alchymista** na Letné se může pochlubit hezkou zahrádkou s rybníčkem, kde plavou i ryby.
- **Café Neustadt** najdete na nádvoří Novoměstské radnice v příjemném stínu.

vou limonádu. Nevýhodou je, že se pohybuji v trochu vyšší cenové hladině a rezervace tu dělají jen do 14 hodin. Součástí kavárny je i malý obchůdek s bytovými doplňky.

Kavárna co hledá jméno

Tato kavárna se napoprve hledá hůř. Když jdete podle čísel popisných, narazíte na menší parkoviště, na jehož konci se vchází do areálu kavárny. Na první pohled to vypadá, jako byste se ocitli na návsi v nějaké zapadlé české vesničce. Venku na zahrádce najdete stín pod vysokými kaštanými stromy. S oprýskanými zdi kontrastují bar z velkého kusu kmene stromu, květiny ve vězích a stylové podsvětlené toalety.

Kromě výborné kávy tu mají i dobré dortíky, chlebíčky, raw, bio, vegan... Ale nabízejí i pár hotových jídel. V současné době bohužel nedělají rezervace.



LUCIE POŠTOLKOVÁ
lucie.postolkova@metro.cz

PENNY
MARKET

**Nakupujte
hezky česky**

PÁ SO NE

OD PÁTKU 24. 6. DO NEDĚLE 26. 6. 2016

MÁME TO NEJLEPŠÍ Z ČESKA.

Výrobky, které Češi milují za **SUPER CENY.**

**TO JE
FAKT!**



KUŘE DUO*
chlazené
cena za 1 kg



AKCE
-41%
46.90
běžná 79.90



GAMBRINUS EXCELENT 11
ležák světlý
0,5 l | 11 19,80 Kč
záloha na lahev 3,- Kč



AKCE
-28%
9.90
běžná 13.90



BROSKVE
žlutomasé
1 kg



AKCE
-32%
33.90
běžná 49.90



PRAŽMA KRÁLOVSKÁ*
kuchaná | cena za 100 g

**RYBA
TÝDNE**

AKCE
36.90

SÝR ROMADUR
40 % tuku v s.
100 g



AKCE
-50%
14.95
běžná 29.90

BANÁNY
1 kg



AKCE
-33%
19.90
běžná 29.90

JIHOČESKÉ MÁSLO
250 g | 100 g 9,96 Kč

**MAX. 5 ks NA OSOBU
A DEN**



AKCE
-37%
24.90
běžná 39.90

TERMIX
různé druhy
90 g
100 g 5,44 Kč



AKCE
-37%
4.90
běžná 7.90

SMETANOVÝ JOGURT FLORIAN
různé druhy
150 g | 100 g 3,93 Kč



AKCE
-40%
5.90
běžná 9.90



VÍNO/VÍNO EL JARDÍN*
červené, bílé
5 l
11 19,98 Kč

5 l

AKCE
-49%
99.90
běžná 199.90

COCA COLA, COCA COLA ZERO, FANTA, SPRITE
2 l | 119,45 Kč



-34%

AKCE
18.90
běžná 28.90



KONZERVA BODIE
hovězí, králíčí, drůbeží
1240 g
100 g 2,81 Kč

-42%

AKCE
19.90
CENA S PENNY KARTOU
KARTĀ
34.90
CENA BEZ PENNY KARTY

Chyby v tisku vyhrazeny. Ceny jsou bez dekorace. Mohou být použity ilustrační fotografie. Vyhraujeme si právo změn v balení a variantě nabízeného zboží. Pokud v důsledku nečekané vysoké poptávky dojde k nedostatku určitého zboží, omlouváme se Vám a děkujeme za pochopení. Odběr možný jen v obvyklém množství (tj. max. 5 ks na osobu a den, trvanlivé mléko max. 12 ks na osobu a den, lahvevé pivo max. 20 ks na osobu a den, není-li uvedeno jinak). *Taktó označené produkty nenáležejí do stálého sortimentu, mohou být tedy dodány na příslušné prodejny v menším množství, a z toho důvodu zvláštní nabídka AKCE na toto zboží platí pouze první den uvedeného období akce. Tento dokument není nabídkou (návrhem na uzavření smlouvy) ani výzvou k podávání nabídek. Jde o dokument určený pouze k marketingovým a propagačním účelům. Vzhledem k faktu, že společnost Penny Market s.r.o. pravidelně provádí kontrolu na přítomnost reziduí používaných chemických látek při pěstování ovoce a zeleniny, sledává občanské sdružení Zdravá potravina, z.s. tyto produkty jako nezávadné. **Přijímáme:**

Na léto. Do přírody se připravíte v Letňanech



Plocha má více než 10 tisíc metrů čtverečních. 4CAMPING.CZ

Na jednom místě se dá vyzkoušet přes tři sta stanů. Na výstavišti v Letňanech, kde se koná prodejní Výstava stanů a vybavení do přírody, zájemci o aktivní léto seženou vše od karimatek přes spacáky, oblečení, čluny a bazény po chytré vychytávky. Pořadatel akce Jaroslav Skalka přitom upozorňuje, že stan je ideální vyzkoušet stejně jako třeba bundu. „Hlavně u kopulových stanů se stěna ložnice rychle svažuje, dlouhému člověku tak ložnice mnohdy plandá těsně u nosu,“ říká. Doporučuje také vybírat světlejší odstíny tropika, aby se vzduch ve stanu během dne příliš neohříval. V Letňanech je výhodou, že si vše zdarma vyzkoušíte a poradíte se s odborníky až do 14. srpna. **MET**

Praktické desatero

Pokud si potřebujete vybrat stan, můžete se držet těchto základních rad:

- 1. HMOTNOST** aneb dvakrát važ, co poneseš se sebou.
- 2. DÉLKA STANU I PROSTOR** hrají roli, zkuste si ho.
- 3. BARVA TROPIKA** opravdu není jen o designu.
- 4. KONSTRUKCE** je zásadní.
- 5. VĚTRÁNÍ** nepodceňujte!
- 6. KOTVICÍ ŠNURY** nejsou jen o dotažení.
- 7. VSTUPNÍ PŘEDSÍŇ** se hodí.
- 8. PODLÁŽKA** zabrání zimě.
- 9. USPOŘÁDÁNÍ VNITŘNÍHO PROSTORU** příjemní dovolenou.
- 10. MATERIÁL** – na kvalitě nikdy nešetřete.

Pohádka, divadlo, ale i nová deska

Herečka a zpěvačka Kateřina Brožová se těší na léto, kdy bude mít konečně čas na sebe i své blízké. Částečně ale bude i pracovat. Se svým pořadem Exkluziv se vydala poprvé mimo studio a zítra večer pozdraví diváky TV Barrandov z vinného sklípku.

Jaké budete mít léto?

Pojedeme s rodinou do Španělska. Ale užijeme si také u nás vody, sluníčka, houbaření a rybaření. Moc se těším, že budu mít čas na své blízké.

A co se týče práce?

Ve druhé části léta se chystám natáčet pohádku s režisérem Janem Novákem. Jmenuje se Dukát černé paní. Jde o příběh ze současnosti s pohádkovými motivy. Budu tam hrát jednu z maminek. Po mnoha letech připravuji novou desku. Mám v hlavě dva tematické okruhy, takže na tom chci přes léto také pracovat. No a v Divadle na Vín-



K. Brožová TV BARRANDOV

Co vedlo k tomu, že jste pořad Exkluziv s králem moravské cimbálky Jožkou Šmukařem nenatáčeli ve studiu, ale na vinicích?

My jsme o plánu natáčet speciály mluvili už nějakou dobu, ale asi nebyla ta správná konstelace. Až když nastoupil do pořadu režisér Honza Fronz, přišel s nápadem poprvé se vydat do sklípku. Já jsem to kvitovala.

Jaký vlastně máte vztah k vínu?

Poměrně dlouho jsem k němu měla do jisté míry negativní postoj, protože víno měl rád můj táta a já to nechápala. Když jsem víno ochutnala, tak mi přišlo kyselé, nahořklé, vůbec jsem k tomu neměla důvěru. Až rok či dva poté, co se mi narodila dcera, jsem měla pocit, že se mi nějak začínají měnit chutě, protože jsem někde poprvé pila hodně dobré víno a začalo mi chutnat. **PAVEL URBAN**

hradech budeme od září zkoušet komedii Když ptáčka lapají v režii Tomáše Töpfera.

Od září vás lidé uvidí také v seriálu Doktorka Kellerová. Jaké bylo natáčení?

Měli jsme to štěstí pracovat na základě dobře napsaných scénářů. Bylo tam skvělé obsazení i štáb včetně režiséra Alberta Vlka.

Zprávy krátce

Za folklorem

Až do neděle probíhá 71. ročník Mezinárodního folklorního festivalu ve Strážnici. Ukázky lidových písní, tanců, krojů, ale i řemesel obohatí tvůrčí dílny nebo festivalové

kino. Je také možné navštívit místní výrobu Strážnických brambůrek.

Děti a figuríny

V zábavním muzeu voskových figurín Grévin v centru Prahy se po oba víken-

dové dny od 9 do 18 hodin malí i velcí návštěvníci přenesou do kouzelného světa pohádek a společně s pohádkovými bytostmi přivítají. Děti se zde také mohou zapojit do speciální pohádkové hry. **MET**

INZERCE

SOUTĚŽ PRO ČTENÁŘE DENÍKU METRO

VYHRAJTE

DÁRKOVÝ BALÍČEK K FILMU DEN NEZÁVISLOSTI: NOVÝ ÚTOK!

SOUTĚŽNÍ OTÁZKA

Ve kterém roce byl uveden předchozí film Den nezávislosti?

a) 1999 b) 1996 c) 2006



Instrukce k soutěži:

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

metro

MOJE MĚSTO, MOJE METRO

VITKOVICE TOURS

RODINNÁ DOVOLENÁ

Až 2 děti ZDARMA!

LAST MINUTE

Česká jednička na Jadranu

CHORVATSKO VLASTNÍ DOPRAVOU	9.7.-16.7.
NEMIRA - Villa Ina	BS 3 490 Kč/os.
BAŠKO POLJE - luxusní klim. domky	BS 4 490 Kč/os.
BAŠKO POLJE - depandance Alem	PP 6 490 Kč/os.
PROMAJNA - pavilon Dukić A	PP 6 490 Kč/os.
MAKARSKA - hotel Rivijera	PP 6 990 Kč/os.
GRADAC - penzion Posejdon	PP 7 990 Kč/os.
RABAC - hotel Girandella	PP 8 490 Kč/os.
GRADAC - hotel Neptun	PP 8 490 Kč/os.

Konečná cena zahrnuje: 7x ubytování, uvedené stravování (BS - bez stravování, PP - polopenze). Příplatek za autobusovou dopravu - 2 400 Kč/os.

www.ckvt.cz **800 567 567**

Vyberte si foťák na léto

Vystačíte si na dovolené s kompaktem, nebo byste radši velký foťák? Vše má své pro a proti. Vybírejte podle rozumu.

Fotografování je statisticky nejrozšířenější hobby na světě. Ostatně, kolikrát jste při různých příležitostech řekli větu: Tak tohle by stálo za fotku? Když fotografujete delší dobu, postupně si najdete typ fotoaparátu, který vám nejlépe vyhovuje a je nejbližší vašim potřebám.

Ale když začínáte, přemýšlíte o tom, jaký fotografický přístroj zvolit. Tak široká nabídka fotoaparátů, jaká je v současné době na trhu, ještě nikdy v minulosti nebyla. Udělejte si v nich snadno přehled a vyberte si ten ideální model – vždyť nejbarevnější období roku už je tady!

Co budete fotit?

Na zachycení momentů, které vás zaujmou třeba při cestě do práce nebo na procházce, na záběry z rodinných a jiných oslav, zkrátka pro dokumentaci běžného života je vhodný kompaktní fotoaparát. „Moderní kompakty nabízejí mnohé kreativní funkce, například efekty změkčující okraje fotografie působí velmi zasněně. Nebo vyzkoušejte různé filtry pro vintage vzhled fotografií, rámečky a podobně. Vyzkoušejte také funkci selektivní barva – znamená to, že většína fotografie je černobílá, pouze vybrané objekty jsou zabarveny, například do červené a jejich odstínů, které pak úžasné vynikají,“ radí Michael Jurák, profesionální fotograf a lektor Nikon školy.

Máte rádi výhledy do kraje, fascinují vás ptáci a zvířata v přírodě, máte často v hledáčku běžné i adrenalinové sporty? Pak je tím pravým fotoaparátem ultrazoom, který vám objekty maximálně přiblíží.

Pokud máte kromě akčních záběrů zálibu i v detailech a dalších režimech focení, ideální je kompaktní s výměnným objektivem.

Zrcadlovka je vhodná i pro začátečníka, záleží na každém, jak kvalitní fotky chce

ze svých cest, výletů nebo rodinného kruhu mít.

Naštěstí už v dnešní době myslí renomovaní prodejci na to, aby byl zákazníkům k dispozici vysoce odborný personál, který s výběrem dokáže poradit. Je však důležité, abyste předem znali jasné odpovědi na otázky, které vám budou v obchodě klást. V zásadě jsou dvě, pro koho foťák bude a jaká očekávání a jaké zkušenosti máte.

Rady pro nákup

Chcete pořizovat snímky pro radost? Dokumentovat rodinné události a zážitky z dovolené? Pokud patříte k mladší generaci, oceníte akceschopnost, relativně nízkou cenu a dobrou technickou vybavenost. Starší generace bude zase sledovat jednoduché ovládání, možnost fotografovat bez složitého nastavování a větší námahy. Pokud se chcete fotografování více zabývat, pravděpodobně zvolíte přístroj disponující různými nastavitelnými režimy a větším množstvím funkcí.

Poté vám personál prodejny zpravidla předloží několik



modelů k výběru. V první řadě se vám s fotoaparátem musí dobře manipulovat, musí vám perfektně sedět v ruce a bez problémů dělat to, co po něm chcete. Vyzkoušejte, zda se vám dobře ovládá, jak reaguje po spuštění a zda splňuje vaše očekávání – velikost displeje, menu.

Nejspíše vám budou nabídnuty modely různých značek a cenových kategorií. Všichni významnější výrobci kompaktních fotoaparátů vyrábějí celou škálu přístrojů od těch nejlevnějších a snadno ovladatelných až po kompakty pro náročné uživatele, které jsou samozřejmě o něco dražší. Vyšší cena vždy signalizuje, že fotoaparát disponuje řadou pokročilých funkcí, a tím pádem chce víc zkušeností. **PETR HOLEČEK**

Zpátky do školy!

Pokud máte ambice začít fotografovat rovnou se zrcadlovkou, můžete využít zkušenosti odborníků a nechat se proškolit.

- Nikon v Česku provozuje vzdělávací platformu Nikon škola (www.nikonskola.cz), jejíž nabídka zahrnuje kurzy od těch základních (ovládání zrcadlovky) až po různé fotografické žánry, jako je portrét v přirozeném světle, makrofotografie nebo svačební fotografie.

- Pokud upřednostňujete značku Canon, můžete zkusit jejich školu. Jmenuje se Canon Akademie (www.akademieofoceni.cz). Mají tu přednášky pro různé pokročilé uživatele. Škola pořádá i workshopy, třeba jak s foťákem natáčet videa.

ADVERTORIAL

KOSMAS

TIP NA DOBRÉ ČTENÍ



FAKTOR CHURCHILL

Boris Johnson

Strhující příběh excentrického génia. Působivý a čtivý životopis, který se stal bestsellerem New York Times. V životopise Winstona Churchilla podává autor se svým charakteristickým vtípem a pronikavostí podobiznu premiéra, který neobjasně vedl svůj národ do boje, přestože nenáviděl válku a pohrdal politiky postrádajícími

Muž, který psal dějiny

zkušenost s jejími hrůzami; muže potýkajícího se s depresi a šišláním, který se přesto vypracoval na jednoho z největších řečníků všech dob a nejproslulejšího žurnalistu

své éry; politika, který se díky své otevřenosti novým myšlenkám stal průkopníkem v oblasti zdravotnictví, školství i sociálního zabezpečení, aniž by se přitom zřekl vrozené politické nekorektnosti; a především neohroženého, vynalézavého, odhodlaného veličana, jehož existence je nejlepším argumentem proti názoru, že sebevětší osobnost nemůže zvrátit běh dějin.

Boris Johnson (1964) svou kariéru zahájil jako novinář, vstoupil do politiky, stal se poslancem a v roce 2008 starostou Londýna za Konzervativní stranu, v roce 2012 byl znovuzvolen a v této funkci úspěšně působil až do května 2016.

www.kosmas.cz

Typy fotoaparátů

Který je vhodný pro vás?

- **Kompaktní fotoaparáty** jsou ideální pro zachycení každodenních okamžiků, proto jsou také lehké a malé, aby se vešly i do kapsy. K jejich dalším výhodám patří především jednoduché a rychlé ovládání a přijatelné ceny a v jejich vybavení vždy najdete dostatečné množství motivových programů.

- Poměrně novým trendem jsou **kompaktní fotoaparáty s výměnnými objektivy**, které zaujmají místo mezi klasickými kompakty a digitálními zrcadlovkami. Vynikají především rychlým ostřením, okamžitou odezvou spouště a rychlým zpracováním fotografií. Tomu pak odpovídá vyšší kvalita fotografií daná i tím, že čip je větší než v klasickém kompaktním fotoaparátu.

- **Digitální zrcadlovky** jsou konstruovány zcela jinak než kompaktní fotoaparáty a taky se jimi zcela odlišným způsobem fotí. Jsou vybaveny bohatým příslušenstvím: kromě základního objektivu, který se obvykle dodává s tělem fotoaparátu, lze vybavu postupně rozšiřovat o širokouhlé objektivy, teleobjektivy, makroobjektivy a další, vždy podle typu fotografie, na niž se uživatel zaměřuje.





Nebojte si zboží v obchodě vyzkoušet.

PROFIMEDIA.CZ

Sudoku

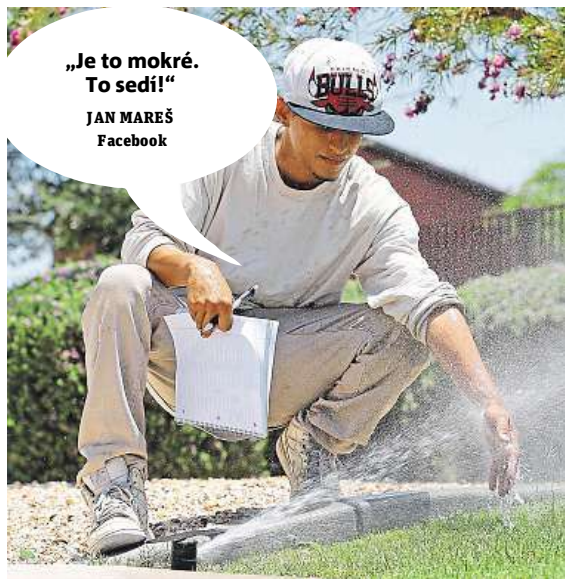
		4				8		
5			1	3				
	1		8	7		5		
	7			5				4
6			3		8			5
9				4			3	
		3		1	7		4	
				2	3			9
		2				3		

Počasí

DNES  Min. 32 Max. 36	ZÍTRA  Min. 31 Max. 35	NEDELE  Min. 24 Max. 28	PONDĚLÍ  Min. 21 Max. 25
--	--	---	--

Stupeň zátěže pro dnešek: bio 3
Vysoká zátěž. Vyvarujte se psychické zátěže a vykonávejte pouze lehké, nezbytné práce. V případě potíží vyhledejte lékaře.
Teplotní rekord: 33,5 °C
Rok výskytu: 1930

Napište svou bublinu



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



Napadá vás vtipný popisek?

Kvíz

- Bílková vila v Praze postavená podle vlastního návrhu tohoto architekta vyrostla roku:
a) 1911
b) 1922
c) 1933
- Francouzský filozof, matematik a fyzik René Descartes se narodil na konci století:
a) 15.
b) 16.
c) 17.
- Moravský fotbalový klub 1. FC Slovácko sídlící v Uherském Hradišti bylo založen:
a) 1990
b) 1995
c) 2000
- Mlýnská kolonáda v Karlových Varech je od architekta, který navrhl i Národní divadlo:
a) Josefa Zítka
b) Jana Kotěry
c) Josefa Gočára
- Umělecký fotograf Josef Sudek, který sázel hodně na svůj instinkt, zemřel v roce:
a) 1976
b) 1986
c) 1996

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

ČT1

- 12:30 Doktorka Quinová III
Jablko sváru. Seriál (USA, 1993-1998)
- 13:15 Abeceda hvězd
- 13:50 Televizní legendy
- 15:00 Tak neváhej a toč speciál
- 15:50 Reportéři ČT
- 16:35 Polopatě
- 17:30 AZ-kvíz
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 Deník Dity P. II
- 18:55 Události za okamžik a počasí
- 19:00 Události
- 19:50 Branky, body, vteřiny



20:00 **Princezna ze mlejna**
Pohádka (ČR, 1994). Kterak Jindřich našel v Elišce tu pravou princeznu svého srdce. Oblíbená česká filmová pohádka. Hrají: A. Černá, R. Valenta, Y. Blararovičová, J. Zindulka, L. Bílá, A. Svehlík a další

- 21:50 Všechnopárty
- 22:44 Výsledky losování Šťastných 10
- 22:45 Zpátky se Sobotou
- 23:40 Případy detektiva Murdocha VII
- 00:25 AZ-kvíz
- 00:50 Bolkoviny
- 01:30 Parta Maraton
- 02:20 Dobré ráno
- 04:50 Po stopách hvězd
- 05:15 Etiketa
- 05:30 Události v regionech

ČT2

- 13:40 Kurs Karibské ostrovy
- 14:20 Putování Lucemburskem
- 14:50 Hitler a Mussolini (2/2)
- 15:45 Dobrodružství vědy a techniky
- 16:10 Věda na vlastní kůži
- 17:05 Pravda o chuti
- 17:55 Největší přírodní katastrofy: Zemětřesení
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Kvarteto
- 19:25 Na pomoc životu - hypoglykémie
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



20:00 **Konfident**
Komedi. drama (ČR, 2012). O radioamatérovi, který přistoupil na spolupráci s STB, aby před tlakem komunistického režimu ochránil manželku, a který se tak stal rukojmím své doby. Hrají: J. Mádl, M. Majerníková, O. Vetchý, J. Budař, M. Stuhr a další

- 21:50 **Colombiana**
Akční drama (Fr., 2011)
- 23:40 **S gurmánem na cestách II: Rio de Janeiro**
- 00:20 **Salamandr** (4/12)
- 01:10 **Židé** (3/5)
- 02:05 **Náš venkov**
- 02:30 **Stroje - to je moje!**
- 02:35 **Výtvarníci - ohrožený druh**
- 03:00 **Příběhy železné opony**

NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:40 Tescoma s chutí
- 12:45 Sue Thomas: Agentka FBI III (10)
- 13:45 Dr. House VI (13)
- 14:40 Dr. House VI (14)
- 15:35 Ordinance v růžové zahradě 2 (551)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Co na to Češi
- 18:25 Ulice (3065)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí

INZERCE

České podsvětí, obchod s bílým masem, bitky, obnovená tv premiéra nezapomenutelného filmu

NAHOTA NA PRODEJ

Vaculík, Tříšková, Krampol a Ivan Jonák!



25. 6. od 22.00 hod.

20:20 **Pearl Harbor**
Válečný film (USA, 2001). Japonské bomby dopadají na Pearl Harbor a nerozluční přátelé Rafe a Danny jsou povoláni do kokpitu svých letadel. Musí zapomenout na spory o milovanou Evelyn a společně se zapojit do riskantního útoku... Hrají: B. Affleck, J. Hartnett, K. Beckinsaleová

- 23:55 **Kill Bill 2**
Akční film (USA, 2004)
- 02:15 **Mentalista VII** (1)
- 03:05 **Dr. House VI** (13, 14)

PRIMA

- 12:20 Policie Hamburg VII (13)
- Krimiseriál (N, 2012)
- 13:20 Komisař Rex II (6)
- Krimiseriál (N/Rak., 1994)
- 14:30 Castle na zabití II (24) Seriál (USA, 2010)
- 15:25 Julie Lescautová (3) Sexuální obtěžování. Krimiseriál (Fr., 1993)
- 17:30 Odpolední zprávy
- 17:50 Proštěno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimí zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 TOP STAR

PRIMA COOL

- 12:20 Autosalon
- 13:25 Simpsonovi XI (3-6)
- 15:25 Teorie velkého třesku IX (1) Raketový nástup pomanzelské krize. Sitcom (USA, 2015)
- 15:55 Futurama VI (14) Fialový trpaslík 2/4. Anim. seriál (USA, 2009)
- 16:25 Hvězdná brána V (15) Schůzka na nejvyšší úrovni. Seriál (USA, 2001)
- 17:20 Alias II (17)
- 18:20 Simpsonovi XI (7-10)



20:15 **Americká odysea** (12)
Seriál (USA, 2015). Hrají: A. Frielová, P. Facinelli, T. Williams a další

- 21:15 **Americká odysea** (13) Seriál (USA, 2015)
- 22:10 **Tasmáňští démoni**
Sci-fi horor (Kan., 2012)
- 00:10 **Firefly** (3)
Sci-fi seriál (USA, 2002)
- 01:05 **Lovci duchů VI** (15)
Horor. seriál (USA, 2008)
- 01:50 **Firefly** (3)
- 02:30 **Doteky osudu II** (3)
Myster. seriál (USA, 2012)
- 03:15 **Lovci duchů VI** (15)
Horor. seriál (USA, 2008)
- 03:55 **Doteky osudu II** (3)
Myster. seriál (USA, 2012)

ÓČKO

- 06:00 Ranní fresh
- 07:30 Óčko news
- 07:35 Ranní fresh
- 09:00 Zpátečka
- 10:00 Óčko hity
- 12:00 Óčko news
- 12:05 Óčko hity
- 16:30 Óčko news
- Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neutěče
- 16:35 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 17:00 Novinky
- Nové klipy pěkně pohromadě



18:00 **G2 Band Academy**
Z garáže na stage

- 18:05 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 19:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neutěče
- 19:05 Moje desítka
- Top 10 klipů podle diváka Óčka
- 20:00 CZ & SK
- České a slovenské klipy, rozhovory, tipy
- 21:00 Zpátečka
- Nej hity a pořady na Óčku před x lety
- 22:00 Digital Love
- Dance, house music, clubbing a DJs
- 22:30 Party ride
- Dance music pro všechny
- 01:00 Óčko flirt

Sloupek

KLÁRA
MARKUCIOVÁ

ŘEDITELKA MŠ MONTESSORI



HRANICE

Nedávno jsme ve školce měli rodičovské schůzky. „Kdy dát dítěti hranice a kdy ho nechat být,“ rozléhalo se setkáním. Nekončí a znovu se opakující otázka, na kterou se snažíme najít tu nejpřesnější odpověď. Takovou, která by uspokojila naše rodičovské srdce a přinesla finální řešení pro správnou výchovu našich dětí. Vždy si přejí rodičům odpovědět či předat ucelenou metodu, která by vedla k nejlepším výsledkům. Avšak pravda má dlouholeté praxe ukazuje, že finální odpověď neexistuje. Proč je tomu tak? Neboť naše děti jsou živé. Metody jsou něčím, co je ve skutečnosti mrtvé. Proto se díky nim může rodič i dítě minout ve vzájemném

pochopení či ztratit prostor, lehkost a svobodu společného života. Pokud je naším přáním vychovat své dítě co nejlépe, potřebujeme se k němu vztahovat v živém poli. Ať se nám to zdá jakkoliv náročné či nesrozumitelné. Prakticky to vypadá tak, že namísto metody navzájem se svým dítětem přímý kontakt. Přijmeme naši i jeho realitu v daném momentě. Budeme-li

pocitiví, všimneme si, že my jako rodiče jsme každý den jiní. Neustále se proměňujeme v čase a prostoru. Máme nekonečnou variaci emocí, pocitů, myšlenek, energie a stavů. Jsme jiní ráno, v poledne i večer. Jsme jiní v pondělí, ve středu i v pátek. Jsme jiní o víkend, ve dne i v noci. Jsme jiní najedení a vyspalí. Stejně to mají i naše děti. Tato proměnlivost je právě tím živým polem, které je třeba vztít při výchově a vzdělávání dětí v potaz. Schopnost dospěleho uvádět toto pole do rovnováhy, nacházet lásku, vhodná řešení, komunikovat a vytvářet vzájemný vztah, ať je situace jakákoliv, je právě tím, co je pro něho přesným ukazatelem, kdy dát svému dítěti svobodu a hranice. Tříbení této schopnosti nám přináší klid a prostor být přesně takovými, jakí jsme, a dítěti dává velmi přehledné prostředí, ve kterém se může orientovat a učit.

Dopisy a vzkazy

Nekopové

Jako asi většina fotbalových fanoušků jsem sledoval v úterý utkání Česká republika vs. Turecko na ME 2016 v kopané ve Francii. Pokud tohle měl být nejlepší výkon reprezentace na turnaji, pak už fakt nic nechápu. Mním, že to nebyla kopaná ani fotbalisté, až na výjimky to byli prostě „nekopové“. Nechápu, jak skoro většina našich hráčů s takovými výkony může hrát v zahraničních klubech, kterým se dívám, že je vůbec zaměstnávají. Nejsem ale fotbalový odborník. Sledoval jsem i následnou televizní diskusi. Jediný, kdo z přítomných byl více kritický a snažil se pojmenovat situaci pravým jménem, byl pan Ivan Hašek. Samostatnou kapitolou byly „live“ rozhovory s některými hráči nebo s reprezentčním trenérem včetně sekvence z tiskové konference po zápase, což se spolu s dalším hodnocením objevilo den poté například v deníku Sport. Z toho všeho vyplývá, že na turnaji dosažené výsledky a vypadnutí ze skupiny D, byť zřejmě nejkvalitnější, je pomalu úspěchem. Nestáčím se dívat.

J. HULEŠ, PRAHA

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

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

Výrok dne



„Nebudu se
vymlouvat na
složení skupiny, na
los, to je realita.“

PAVEL VRBA, TRENÉR

České vystoupení na mistrovství Evropy ve Francii se nepovedlo. První velký neúspěch v kariéře ale trenéra od práce u národního mužstva fotbalistů neodradí.

Slovo dne

SEKVENCE

(z rubriky Dopisy na této straně)
V tomto kontextu:
Sled záběrů s nepřetržitou dějovou linií

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



INZERCE

HOROSKOP

na pátek 24. 6.

VELKÁ VĚŠTBA
BUDOUČNOSTI

Zkušena VĚDMA Gréta a její neomylné HOROSKOPY!

Volejte jí HNED na 906 70 30 35 nebo pošlete SMS
ve tvaru 97DZG a svoji otázku na číslo 904 30 55



Beran 21/3–20/4

Dostanete se do situace, kdy někomu do očí klidně řeknete cosi ve stylu: Kdyby blbost kvetla, byl byste samé poupě.



Býk 21/4–21/5

Vaši upřímnosti na poradě si dnes přátele neuděláte, ale to vám zase až tolik vadit nebude, protože si za tím stojíte.



Blíženci 22/5–21/6

Některé věci vám dnes nebudou tolik vadit jako jindy, protože si budete myslet – ještě to tak, abyste si ničili svoje nervy.



Rak 22/6–22/7

Některé věci nebudete dnes stíhat tak, jak byste měli, a docela si tím zavaříte u vedení. Zkuste zůstat přesčas a uvidíte.



Lev 23/7–22/8

Pokud se do něčeho vrhnete více po hlavě, nebudete moci těšit i na lepší výsledky, než tomu bylo za váhového přístupu.



Panna 23/8–22/9

S kolegy sice nebudete jednat rukou, ale to ostatně ani v popisu pracovní smlouvy nemáte. Jste všichni prostě individualisté.



Ryby 21/2–20/3

Než se dnes nadějete, budete mít některé věci hotové a budete moci jít dokonce domů dříve, což je u vás doslova výjimka.



Váhy 23/9–23/10

Při dnešku vás nikdo nebude muset o nic prosit, protože sami umíte odhadnout, co je nutné právě udělat, a také to uděláte.



Štír 24/10–22/11

Než se nadějete, dokážete dělat hotové zábraky, které vaši nadřízení dovedou i poměrně štedře ocenit. Uvidíte ostatně sami.



Střelec 23/11–21/12

Lákala by vás jistá služební cesta, jenom si nebudete jisti, zda si ji bude moci vaše firma nyní dovolit. Ale pokusíte se.



Kozoroh 22/12–20/1

Netrapte se, pokud vidíte, že zákazníci nyní chodí jinam. Ti dobří se zase vrátí a přijdou zase jiní, kteří se nadchnou.



Vodnář 21/1–20/2

Nebudete mít dnes příliš náladu na žertování, ale zase nedovedete být na kolegy příliš příkří, pokud si budou dělat legraci.

Řešení sudoku

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

Anketa Už vám někdy vykradli nebo ukradli auto?



Petra Tomalova
Ano. Pak naše měsíc staré auto stálo na špalkách...



Lenka Krčmářová
Ano, vykradli i ukradli.



Borek Bořivoj Janiček
Na Florenci v něm měli bezdomovci kuřárnu!

Komiks



NEMÁ MĚ RÁD...

ZMĚNÍ SE NĚCO?
KARTY ŘEKNUJÍ PRAVDU!

Pište SMS ve tvaru 62SN
a svůj dotaz na 904 30 46



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

Konvertibilní notebooky jsou připravené na vše

Díky hliníkové konstrukci a pevným pantům toho Inspiron 13z od Dellu vydrží hodně.

Odolný pracant

Tlačítka podsvícené klávesnice Inspironu 13z vás nezradí.

- S klidem zvládnou 10 milionů úhozů.

O konceptu a výhodách konvertibilních notebooků jsme na těchto stránkách roze-psali již několikrát. Možnost proměnit notebook na tablet (a naopak) uživatele jednoduše táhne, není proto divu, že se výrobci předhánají, aby představili stále sofistikovanější modely. Firma, která má pokrok zakódovaný hluboko ve své DNA, je americká společnost DELL, na jejíž zařízení 2 v 1 z modelové řady Inspiron 13z se zaměříme.

Pojďte s námi nyní nahlédnout do zákulisí testování notebooků před uvedením na trh, odkud vypíchneme několik zajímavostí. Již precizní hliníková konstrukce se zabudovaným stylusem dává tušit, že

tady o žádný low end nepůjde. Tak například Inspirony 13z byly testovány, aby vydržely i v extrémních teplotách okolo 65 °C. Jelikož všechny disponují vynikajícím dotykovým displejem otočným o 360°, nepodcenili experti DELLU ani pevnost pantů, které prošly záteží 20 000 otevírání a zavření víka. Slušné, co říkáte? O tom, že na práci jsou tyto šikulové jako dělaní, se snad ani nemůžeme zmiňovat.

Zdobí je vyvážená kooperace prvotřídních komponentů v čele s procesory Intel Core. Na všechny konvertibilní notebooky Inspiron 13z DELL poskytuje nadstandardní 2- či 3letou Next Business Day záruku. O ní si podrobněji povíme v následujícím článku.



Vynikající dotykový displej je otočný o 360°.

2x MIRONET

NBD servis DELL. Za komfort nemusíte připlácet



Jestli jste někdy zvažovali nákup zařízení DELL, velmi pravděpodobně jste se setkali s pojmem Next Business Day záruka (nebo také zkráceně NBD). A co přesně to znamená?

Kdo ovládá alespoň základy anglického jazyka, jistě si již z názvu odvodil, že se jedná o servis do druhého pracovního dne. Ano, tušíte správně. Žádné čekání na vyřízení ser-

visní opravy, která se v některých případech může protáhnout až na 30 dní. V případě výskytu jakéhokoli problému na vašem zařízení máte zaručený komfortní servis hned druhý pracovní den a teď pozor – přímo u vás doma nebo v kanceláři. Nemusíte nikam nic nosit, posílat ani zdlouhavě čekat. Servisní technik přijede až k vám po celé České republice.

Pro ty, kteří se neobejdou bez svého notebooku, počítače, monitoru či třeba serveru ani den nebo jen nechtějí čekat, až se jim vrátí ze servisu, je Next Business Day rozhodujícím prvkem, a to i při výběru nového zařízení. Společnost DELL navíc svůj exkluzivní Next Business Day servis považuje za samozřejmost, a vy tak za něj nemusíte připlácet ani korunu.

Lidové noviny. Angličtina na léto

Od pátku 24. června do čtvrtka 30. července bude každý den vycházet v Lidových novinách seriál Letní kurz angličtiny.

Každý díl jazykového kurzu bude obsahovat praktickou angličtinu a fráze (domluvte se anglicky při cestě dopravními prostředky, při nakupování nebo v restauraci), příběh na pokračování (Česká republika očima turistů), recept českého jídla v angličtině (slovíčka k ingrediencím) a také Czenglish (vyvarujte se nejčastějších chyb, které Češi v angličtině dělají).

V prvním díle tento pátek



vyjde také dárek, příručka Angličtina pro gurmány a recepty britských šefkuchařů. V příručce budou tři recepty slavných britských šefkuchařů – Jamieho Olivera, Nigelly Lawsonové a Gordona Ramsayho. Na další stránce příručky bude základní průvodce gastronomií: slovíčka ke gastronomii, hrnková a lžičková míra a názvy nádobí. Také základní fráze při stolování, krajové rozdíly v hostění návštěv, včetně objednávání v restauraci a konverzace u jídla.

Nezapomeňte tedy koupit Lidové noviny! **MET**

MIRONET
COMPUTERS
Největší IT e-shop v ČR

**notebook
připravený na vše**

DELL

19.099,-

DELL Inspiron 13z (7359)
13.3" dotykový LCD / otočný o 360° / procesory Intel Core
podsvícená klávesnice / Windows 10 Home / NBD záruka

www.mironet.cz

Rozhodne až arbitráž

Ruští atleti boj o účast na olympijských hrách v Riu nevzdávají.

Ruští atleti podají příští týden k mezinárodní sportovní arbitráži (CAS) hromadnou žalobu proti rozhodnutí Mezinárodní asociace atletických federací (IAAF), která potvrdila jejich vyloučení z olympijských her kvůli rozsáhlému dopingu v zemi.

V Rio de Janeiro mohou podle IAAF soutěžit jen jednotlivci, kteří prokážou svou bezúhonnost čistými testy ze zahraničí. To se ale v Rusku žijícím sportovcům nelíbí.

„Podáme hromadnou žalobu, možná ale padne i několik individuálních žalob,“ řekl agentura TASS generální sekretář ruského atletického svazu Michail Butov. „Dali jsme dohromady skupinu právníků, s nimiž budeme spolupracovat,“ dodal. Zprávy ruských médií, že je mezi nimi i vyhlášený britský specialista na sportovní právo Mike Morgan, ale Butov nepotvrdil.

Kvůli systematickému dopingu v Rusku vyloučila IAAF loni v listopadu ruský svaz ze všech mezinárodních soutěží a minulý týden Rada IAAF trest potvrdila.

Na olympijské hry pustí jen prokazatelně čisté sportovce, kteří žijí mimo Rusko a absolvují pravidelné dopingové kontroly mimo ruský systém. Protože jich ale takové podmínky splňuje minimum, hodlají Rusové rozhodnutí napadnout u CAS. **ČTK**

Další zajímavosti o OH

Do Ria nebudou někteří vzpěrači, Kuvajťáci chtějí odškodné.

- Na olympiádě nebudou startovat vzpěrači Ruska, Běloruska a Kazachstánu. Mezinárodní federace je potrestala za tři a více pozitivních dopingových testů při nových analýzách vzorků z her v letech 2008 a 2012.

- Kuvajťáci, který má od října zastavené členství v Mezinárodním olympijském výboru, se bude s MOV soudit o miliardu dolarů. Odškodné požaduje za znemožnění startu na olympiádě v Riu.

Zprávy krátce

Mění trenéra

Český krasobruslař Michal Březina po nevydařené sezoně mění trenéra. Šestadvacetiletý reprezentant přechází do skupiny, kterou vede v Kalifornii Gruzinec Rafael Arutjunjanov. Březina skončil letos devátý na MS v Bostonu a desátý na ME v Bratislavě.

Vardy zůstává

Fotbalový útočník Jamie Vardy, který je s anglickou reprezentací na ME, bude i nadále působit v Leicesteru, jemuž v minulém ročníku anglické ligy pomohl k senzačnímu titulu. Devětadvacetiletý hráč včera prodloužil smlouvu o další čtyři roky.

Pelta podržel Vrba

Předseda Fotbalové asociace ČR Miroslav Pelta podpořil ve funkci trenéra reprezentace Pavla Vrba. Kouč má jeho důvěru i do kvalifikace o MS. Tým pod Vrbovým vedením podle Pelty fungoval dobře, o vyzrazení z ME rozhodla jen prohra s Tureckem. **ČTK**



České derby vyhrál favorizovaný Gontchar

Již 96. ročník Českého derby včera podle očekávání vyhrál Gontchar v sedle s žokejem Bauyrzanem Murzabajevem (na snímku). Na chuchelském závodišti zvítězil o jednu délku před Krasavou, na třetím místě doběhl do cíle Bonys. Kvůli fotbalovému ME se vrchol rovinové sezony poprvé v historii nekonal v neděli. Na startu dostihu na 2400 metrů pro tříleté koně s dotací 2,5 milionu korun se objevily české jezdecké hvězdy Filip Minařík a Václav Janáček i přední zahraniční žokejové, třeba Eduardo Pedroza z Panamy. **ČTK**

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

Vzdělávání - nabídka

- Přijmeme pracovníky na prokladnu a doplňování zboží pro Prahu. Dlouhodobá práce na DPČ - 90 Kč/hod., možnost ubytování a záloh. Volejte 724519870

- Strážný Jižní Město, Plat 65,- až 70,- Kč/hod., směnný provoz, možnost na DPP, HPP. Kontakt: 602306182 od 8.00 - 16.00 h.

- Národní divadlo přijme řidiče nákladních vozidel. Požadujeme řidičský průkaz skupina C a E, samostatnost, rozhodnost a příjemné vystupování. Nástup dle dohody. Životopis zašlete na adresu p.tollar@narodni-divadlo.cz.

- ASISTENTKA do kanceláře Praha - Slivenec. Rádi Vás přijmeme, i když jste po delší pracovní pauze. Předpoklady: Základní znalosti na PC - zodpovědná - přátelská - veselá - ochotná se učit, aby byla schopna později samostatně provádět logické procesy ve firmě - dobrá sebevědomá komunikace se zákazníky po telefonu. Zaměstnanecský poměr na plný úvazek, výplata dle dohody. Životopis pošlete na office@trophino.eu, 725610522.

- Telefonistky do Callcentra Praha - Slivenec. Žádné peníze. I pro ženy staršího věku. DPP. 8 - 14, 725610522.

- DISPEČINK autobusového nádraží Florenc přijme nové zaměstnance. Budete odbavovat autobusy dle jízdních řádů, pracovat s PC, poskytovat cestujícím informace o odjezdech a příjezdech autobusů, provádět kontrolní obchůzky a zajišťovat plynulý provoz autobusového nádraží. Směnný provoz, vhodné pro osoby s invalidním důchodem. Kontakt: housva@uan.cz, tel.: 724587903

- ZŠ Lupáčova v P3 přijme vychovatelku ŠD, učitelku 1. stupně, učitelku AJ a ČJ s nástupem k 1. 9. 2016. Info: 222 715 691, email: hausner@lupacovka.cz.

- MATURITA! Poslední volná místa v SOŠP PROFIT: dvoutleté dálkové nástavbové studium. Tel. 222516437, 739592875, www.skola-profit.cz



Intimní

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



- SEXY ZNÁMOSTI!** Jen ty a ona! Výměna tel. č. povolena! Piš SMS ve tvaru 94PRF a text na 909 15 50

- Rychlá výzva! Pojd do mně v kanclu! Zn.: TVRDÉ! Katka 35. Volej 909 90 99 25 nebo mi napiš SMS na 909 15 40 s kódem 24PXG a tvůj text!

- Topím se v přepychu, ale raději bych, kdyby ses topil ty ve mně! Bohata Vlasta 64. Ozvi se mi na 909 801 801 kód ZVP23



- Sympatická hřišnice Pája 52. S manželem nám to v posteli už dlouho neklape, potřebuju změnu. Potřebuju TEBE! HNED! Zavolej mi na 909 80 50 40 nebo mi pošli SMS na číslo 909 15 45 s kódem 55ZZR a tvůj text!

Prague Cup. Letos s osmnácti týmy

Mezinárodní lakrosový turnaj Prague Cup se koná ode dneška do neděle v areálu Aritmy ve Vokovicích.

Devatenáctý ročník přivítá dvanáct týmů v ženské kategorii a polovinu v mužské. Na ME v Budapešti se zde bude připravovat také mužská česká reprezentace. Národní týmy ale dorazí také v něžnější části turnaje. Doplní je tři české celky, dva evropské kluby a čtyři výběry z USA a Velké Británie.

Finále se odehraje v neděli v 15 a 16 hodin. Poprvé v historii budou zápasy Prague Cupu přenášeny v internetovém videostreamu na webu: lacrossepraguecup.com. Vstup na akci je zdarma. **PUR**

Plochá dráha. Speedway Grand Prix na Markétě

Zítřejší vyprodaný plochodrážní stadion na Markétě svědkem jubilejního 20. ročníku prestižního závodu Speedway Grand Prix České republiky.

Nedočkavci mohou dorazit už dnes, stadion je pro ně otevřen od 16.30 hodin, tedy třicet minut před startem dvouhodinového tréninku. Vstupné činí 100 korun, mládež do

15 let má vstup volný. Ve stejný čas je stadion otevřen také v sobotu, kdy se hlavní závod jede od 19 hodin. Akci zpestří dvě autogramiády za účasti Chrise Holdera, Tai Woffindena, Grega Hancocka či Čecha Václava Milíka. Auto klub Markéta připravil letos samostatný vchod pro rodiče s dětmi, a to na obou vchodech do stadionu. **MEF**

Jágr získal v NHL jubilejní ocenění

Slavný český hokejista byl oceněn Bill Masterton Trophy za vytrvalost, sportovní přístup a oddanost hokeji.



Citát

Hokej je Jaromírova vášeň. Ta ho nutí každý den vstávat a trénovat. Je to opravdu výjimečný člověk.

PETER LUUKKO, ŘEDITEL FLORIDY

Pro Jaromíra Jágra, který se ale vyhlášení v Las Vegas nezúčastnil, to byla jubilejní desátá individuální trofej v zámořské soutěži. Od té poslední uběhlo už deset let. Čtyřiačtyřicetiletý útočník z Floridy dosáhl na Bill Masterton Trophy jako první Čech.

„Jsem počtěn. Tuto trofej získalo mnoho skvělých hráčů oddaných hokeji a je velkým oceněním se zařadit mezi ně,“ uvedl Jágr, který se v Čechách stará o nemocného otce. „Hokej je moje vášeň, proto mám motivaci každý den hrát na nejvyšší mož-

né úrovni. Chtěl bych poděkovat svým spoluhráčům, trenérům, celé organizaci Panthers, Asociaci profesionálních hokejových novinářů a NHL za toto ocenění,“ dodal útočník.

Králem večera se stal americký kanonýr Patrick Kane

Ocenění Jaromíra Jágra

V zámořské NHL jich český hokejista posbíral už deset.

- Pětkrát získal Art Ross Trophy pro nejproduktivnějšího hráče (1995, 1998–2001).
- Třikrát obdržel Lester B. Pearson Award (nyní Ted Lindsay Award) pro nejlepšího hráče podle Hráčské asociace (1999–2000 a 2006).
- Má jednu Hart Trophy pro nejužitečnějšího hráče (1999) a nyní také Bill Masterton Trophy.



Sáblíková má třináctý titul

Martina Sáblíková (uprostřed) vyhrála na společném mistrovství Česka a Slovenska v silniční cyklistice v Hodonině časovku a připsala si na kole již třináctý domácí titul. Druhá dojela Jarmila Macháčová, třetí chodkyně Anežka Drahotová. Sáblíková také v Hodonině přiznala, že už nevěří ve zvrát v případě své zamítnuté účasti v časovce na OH v Riu. Mezi muži zvítězil Leopold König, který si titulem zajistil účast na olympiádě. ČTK

INZERCE




cctv.inshop.cz
podpora@4isp.cz
774 833 233

jednoduchý přístup z mobilu k vašim kamerám



Právě nyní -15% na všechny kamerové sestavy

prodej / poradenství / montáž

Osobní nákup: Úvaly, Purkyňova 1805, Po - Pá 8:00 - 16:30
On-line nákup na cctv.inshop.cz

Objednáte-li si ve všední den do 16.00 hodin, expedujeme Vaši objednávku ještě tentýž den.

Instalaci provedeme rychle a za výhodnou cenu.
Doporučíme instalační firmy z vašeho kraje.

FANDI JAKO LEV PODPOR ČESKÝ TÝM V NOVÉ RIO OLYMPIJSKÉ KOLEKCI OD ALPINE PRO



PAVEL PETŘÍKOV



KATEŘINA KUDĚJOVÁ



MARTIN FUKSA



#FANDIJAKOLEV

ZAŽIJTE TO S NÁMI
www.alpinepro.cz

ALPINE PRO
OFICIÁLNÍ PARTNER ČESKÉHO OLYMPIJSKÉHO TÝMU 2013-2016



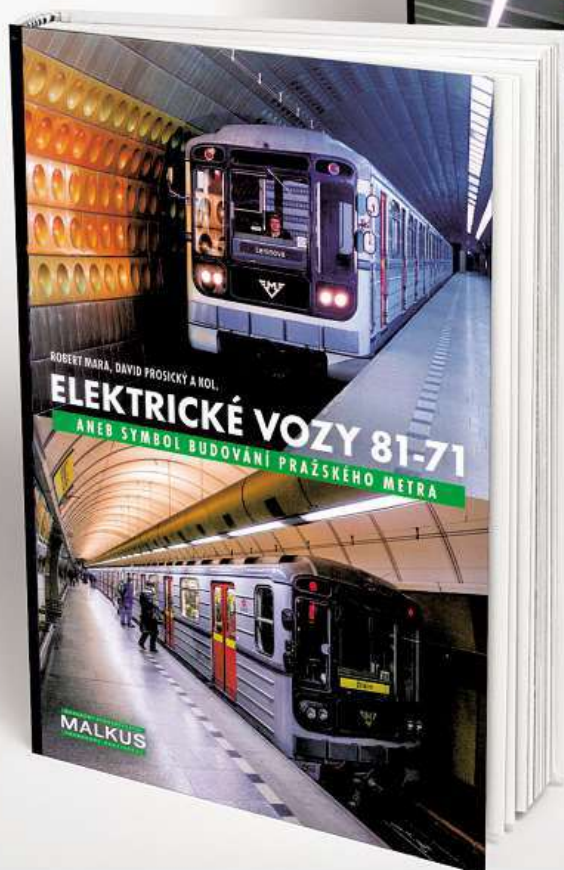
Knihy o vozidlech a historii pražského metra

Tyto knihy je možné zakoupit v sadě za zvýhodněnou cenu **1 799 Kč**

Elektrické vozy Ečs aneb Průkopníci v pražském metru

Kniha od Roberta Mary, Davida Prosického a jejich kolektivu.
217 stran, vydáno v roce 2009.

649 Kč



Projekt R1 aneb Vozidlo, které nedostalo šanci

Kniha od Roberta Mary a jeho kolektivu.
141 stran, vydáno v roce 2008.

399 Kč

Elektrické vozy 81-71 aneb Symbol budování pražského metra

Kniha od Roberta Mary, Davida Prosického a jejich kolektivu.
403 stran, vydáno v roce 2016.

999 Kč

V prodeji v Infocentrech DPP **Můstek, Anděl, Hradčanská** a **Nádraží Veveřská**.

Více informací na: www.dpp.cz/infocentra



Dopravní podnik
hlavního města Prahy