

**AKCE**

**metro** 

ÚTERÝ 24. LISTOPADU 2015 Č. 220 • WWW.METRO.CZ

**Black  
Friday**

**slevy až 80%**

**Celý týden!**



více na [www.alza.cz/blackfriday](http://www.alza.cz/blackfriday)

**VŠECHNY DÁRKY VYŘEŠÍTE NA**



**alza.cz**

# PŘEDÁVEJ RADOŠT DÁL



**STAČÍ PO PŘEČTENÍ VRÁTIT DENÍK METRO  
ZPÁTKY DO STOJANU. DĚKUJEME VÁM!**

**metro** <sup>®</sup>  
MOJE MĚŠTO, MOJE METRO

s kódem „METRO“ získáte 50 % bonus z vložené částky

Jsou vaše – pečujte o ně!


**TeleTrade**  
peníze – svoboda – budoucnost

www.teletrade.cz

výnos 24%\*



PRAHA

Úterý, 24. listopadu 2015

Č. 220, www.metro.cz

Svátek slaví: Emilie



Min. 0°

Max. 4°

Nejčtenější noviny v Praze

# Češi se bojí teroristů, zájem o letenky klesá

**Obavy.** Minulý týden si Češi koupili o 20 procent méně letenek než ve stejném období loni. **Vánoce.** Letos advent strávíme spíš doma. **Dovolené.** Místo do Egypta vyrazíme na zájezdy do Řecka nebo Bulharska STRANA 6



První sníh v Česku včera překvapil i turisty na pražském Karlově mostě. Na horách by se ale mohl udržet.

MAFRA – PETR TOPIČ

## Kočky tlumí strach Belgie

Poté, co policie v neděli vyžvala občany, aby na sociálních sítích nešířili podrobnosti o protiteroristické razii v Bruselu, zaplavily Twitter fotky koček. A neledajících. Belgičané se totiž úkolu zhostili s nadhledem. STRANA 8

## Okruh kolem Prahy? Sci-fi

Pokračování pražského okruhu je zatím ve hvězdách. Původně plánované termíny padají a ty nové se spíš vzdalují. STRANA 2

**25**  
1990-2015  
www.slovaktual.cz

okna a dveře



A leading brand of  AFG

# Pokračování pražského okruhu je ve hvězdách

**Před pěti lety propojil okruh dálnice D1 a D5. Od té doby se nepostavilo nic.**

Je to jako plánování vesmírné cesty, kde nějaký ten měsíc či rok letu nic neznamená. Padají roky 2020, 2025 nebo 2030. Ale tohle není cesta na Mars, tohle je obyčejná stavba v polích kolem metropole, pražský okruh.

„Předpokládali jsme zahájení výstavby úseku 511 D1 – Běchovice v roce 2020 s termínem dokončení 2024,“ popisuje mluvčí Ředitelství silnic a dálnic (ŘSD) Nina Ledvinová. Má to ale jeden háček. Ministerstvo životního prostředí ještě nepotvrdilo platnost dokumentace EIA, tedy o vlivu stavby na životní prostředí. Pokud se tak nestane, je předpokládaný termín někdy



Citát

**Musíme se na základě kompromisů domluvit na jeho trase. Praha okruh potřebuje.**

PETR DOLÍNEK, NÁMĚSTEK PRIMÁTORKY

v roce 2030. „Jedná se o přibližný termín, nelze spolehlivě určit, jaké další dopady v přípravě stavby bude mít toto rozhodnutí,“ dodává Ledvinová.

V březnu proběhlo veřejné projednání územního rozhod-

nutí na stavbu 511 a ŘSD předpokládalo, že zhruba do měsíce bude vydáno územní rozhodnutí. V dubnu 2015 však vešla v platnost novela zákona o EIA, která má za účel větší účast veřejnosti v řízeních přípravy a realizace stavby. ŘSD proto požádalo ministerstvo životního prostředí o potvrzení stanoviska, ale dosud nebylo vydáno. Přitom pokud nebude potvrzení vydáno, ŘSD bude muset požádat o novou EIA a bude nutné vypracovat novou dokumentaci a vše znovu projednat a zpracovat. „Jednalo by se o prodloužení přípravy stavby minimálně o pět let. Tímto krokem se přesouvá výstavba silničního okruhu za rok 2025,“ potvrzuje Ledvinová.

Na odpověď z ministerstva si ale ŘSD musí ještě počkat. „Stanovisko EIA vydané pro tento záměr se řídilo podle zákona z roku 1992. Termín vydání stanoviska nelze tudíž

v současné chvíli předvídat,“ uvedla tisková mluvčí ministerstva Petra Roubíčková.

Ještě horší je situace na severu metropole. Tam se plány na stavbu ztrácí v nekonečném kruhu žalob a odvolání. Pokud uspějí žaloby podané na aktualizaci zásad územního rozvoje, které podaly obce nesouhlasící s vedením trasy, zmizí trasa okruhu z územního plánu a nebude možné pokračovat v přípravě. Projekt se vrátí o patnáct let zpátky, na úplný začátek.

Naposledy stavba dálničního okruhu v metropoli začala v roce 2006. O čtyři roky později byla jeho jižní část spojující Slivenec, Lahovice, Vestec a dálnici D1 dokončena. Od té doby stavba nepostoupila ani o metr, ale uvázla v nekonečných žalobách.



ROBERT OPPELT  
robert.oppelt@metro.cz



## Ztracený

Koncert a křest nového alba Pády zpěváka Marka Ztraceného se koná dnes od 20 hodin v Retro Music Hall. Kmotrem bude Michal Malátný, hostem bude i Marta Jandová.

ROMAN ČERNÝ

INZERCE

## Profesionální platforma jako klíč ke stálým ziskům na Forexu

Brokerských společností je na světových trzích nespočet. Dbejte proto na kvalitu, profesionální platformu a osobní přístup.

s kódem „METRO“ získáte 50 % bonus z vložené částky

Společnost TeleTrade nabízí klientům profesionální obchodní platformu, která každému umožní využívat své vlastní obchodní strategie. K čemu obchodníci platformu potřebují a proč je důležité používat profesionální platformu, namísto různých pochybných webových nástrojů?

### Platforma MetaTrader

MetaTrader je platforma pro on-line investování/obchodování na finančním trhu. Tato platforma je uživatelsky přívětivá a současně nabízí pokročilé funkce, které plně uspokojí i profesionálního investora. Prostřednictvím této platformy je možné nejen obchodovat na finančním trhu, ale zároveň využívat profesionální nástroje pro technickou analýzu.

### Demo účet zdarma a bez závazků

Společnost TeleTrade nabízí založení

vlastního DEMO účtu na platformě MetaTrader, kde lze trénovat vlastní obchodní dovednosti, a to za reálných podmínek.

Tímto způsobem se každý může stát profesionálem, jelikož má jedinečnou možnost procvičovat znalosti získané z odborné výuky. To je neocenitelné především u již zmíněné technické analýzy.

### MetaEditor

Pokud má klient méně času a chce obchodovat podle svých získaných zkušeností, nabízí společnost profesionální možnost naprogramovat si vlastní automatické obchodní strategie, které budou obchodovat za něj. Testovat strategie lze i na historických datech, což profesionálové využívají jako nepostradatelný nástroj ke stabilizaci svých obchodních výsledků.



Společnost TeleTrade získala prestižní ocenění „Nejlepší vzdělávací program“ v roce 2014 od „Global Financial Market Review“. Ocenění bylo uděleno jak uznání za vysokou úroveň obchodního vzdělávání nabízeného klientům firmy. TeleTrade neustále usiluje o poskytování kvalitního obchodního vzdělávání, navrženého a prováděného odborníky z daného oboru s cílem pomoci obchodníkům zdokonalovat jejich dovednosti a uspět ve vzrušujícím světě Forex.

**TeleTrade**

www.teletrade-dj.cz

Kontaktní adresa: Karlovo náměstí 2097/10, Praha  
Tel.: 222 317 632

#### Upozornění na rizika:

Obchodování na forexovém trhu i obchodování s finančními deriváty CFD na místě na mimoburzovním trhu (OTC) nese značný stupeň rizika a nemusí být vhodné pro všechny investory. Je možné, že ztratíte všechny své počáteční investice. Výkonnost v minulosti není spolehlivou zárukou budoucích výsledků. TeleTrade-DJ International Consulting Ltd je registrována na Kypru a je držitelkou licence vydané kyprskou Komisí pro cenné papíry a burzu (CySEC) s licenčním číslem 158/11. TeleTrade-DJ International Consulting Ltd má oprávnění pro Evropský hospodářský prostor (EEA), je pod dohledem České národní banky a může volně poskytovat služby v České republice dle Směrnice o trzích finančních nástrojů (MIFID).

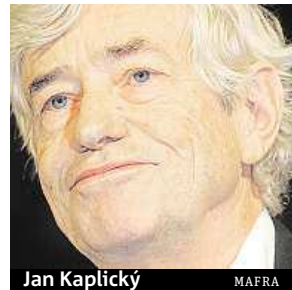
# Kaplického blob měl být vyřazen

Národní knihovna prohrála po osmi letech spor se studiem HŠH architekti kvůli

soutěži na novou budovu, která měla stát na Letné.

Odvolací soud včera pravomocně potvrdil, že instituce měla vyřadit vítězný návrh Jana Kaplického, protože nesplnil soutěžní podmínky. Studiu HŠH architekti, které skončilo třetí, proto knihovna musí vyplatit 1,6 milionu korun jako rozdíl ve finanční odměně za třetí a druhé místo. Celková vysouzená částka činí i s úroky a náklady řízení zhruba tři miliony korun.

Kaplického návrh zvítězil v ar-



Jan Kaplický

MAFRA

chitektonické soutěži v březnu 2007, realizován nikdy nebyl. Studio podalo žalobu na podzim téhož roku. Argumentovalo například tím, že jedna z podmínek určených před prvním kolem soutěže ukládala umístit Národní konzervační fond nad zem, což Kaplický se svou takzvanou chobotnicí nesplnil.

Po poradě s právníky se knihovna rozhodne, zda bude zvažovat i případné zpětné vymáhání vyplacené odměny za první místo po dědicích architekta Kaplického. **ČTK**

**OTEVÍRÁME JIŽ TENTO ČTVRTEK 26. 11. V 10<sup>00</sup>**

**PRAHA ČAKOVICE**

- PRACOVNY
- OBÝVACÍ POKOJE
- SEDACÍ SOUPRAVY
- DĚTSKÉ POKOJE
- MATRACOVÉ STUDIO
- KUCHYNĚ · LOŽNICE
- PC STOLY, ŽIDLE
- JÍDELNY

## Krátce

### Praha už má návrh rozpočtu

Metropole by měla mít na investice v příštím roce 8,07 miliardy korun. Vyplyvá to z prvního návrhu rozpočtu, který včera projednal magistrátní finanční výbor. Výdaje by mohly dosáhnout 41,068 miliardy a příjmy 43,5 miliardy korun. Po započítání dalších finančních zdrojů by pak Praha mohla hospodařit v rozpočtovém rámci příjmů a výdajů ve výši 55,5 miliardy. Projednaný návrh není finální verzí. Rozpočet 1. prosince projednají pražští radní a následně zastupitelé. Letos Praha hospodaří s výdaji 56,3 miliardy a příjmy 42,1 miliardy. Nejvyšší běžné výdaje by měly jít do oblasti dopravy – mělo by to být 17,58 miliardy korun, o zhruba sedm miliard méně půjde do školství. Do infrastruktury by mělo být vloženo 1,6 miliardy, stejná částka pak půjde do zdravotnictví a sociální péče. **ČTK**

### Strom. Rozsvícení bez diváků

Vánoční strom se na Staroměstském náměstí slavnostně rozsvítí podle původního plánu v sobotu 28. listopadu. Kvůli bezpečnosti ale organizátoři neuvedou přesný čas.

Na včerejší poradě záchraných složek o tom rozhodl magistrát. Média minulý týden po tragických událostech v Paříži informovala, že se kvůli hrozbě teroristických útoků tradiční slavnost konat nebude. Organizátoři to ale okamžitě popřeli. Spolu s magistrátem pak odkázali na včerejší jednání. „Slavnost bude, ale není určena přesná hodina. Chceme předejít větší koncentraci lidí,“ vysvětlil po schůzce radní pro bezpečnost Libor Hadrava. S rozhodnutím souhlasí i pořadatel trhů, jímž je společnost Tai-ko. „Samozřejmě nás to mrzí,

ale s a m i jsme měli stejný názor. Nebojíme se teroristického útoku, ale spíše paniky v případě, že by situace někdo zneužil,“ říká Hana Tietze, mluvčí Vánočních trhů na Staroměstském a Václavském náměstí. Adventní trhy v centru Prahy dostanou sváteční podobu podle původního plánu, strom se mezi stánky s vánočním zbožím rozsvítí někdy během soboty.

„Vždy po setmění pak mohou návštěvníci trhů i v dalších dnech vidět každou hodinu postupně rozsvěcování stromu,“ dodala Tietze. Při řešení bezpečnostní situace po-

**ASKO**  
NÁBYTEK

**NÁBYTEK PRO VŠECHNY**

**DÁREK PRO PRVNÍCH**

**500**  
**ZÁKAZNÍKŮ**

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

dale Hadrava magistrát spolupracuje s policií.

Kvůli hrozbě terorismu zatím magistrát žádné konkrétní opatření nepřijal. **ROW, ČTK**

**Obchodní zóna GLOBUS**  
Kostelecká, Praha 9 - Čakovice

PO - PÁ 10.00 - 21.00  
SO - NE 9.00 - 21.00

## Zprávy krátce

## Strany koalice jednájí o tom, co bude dál

Zástupci ANO a ČSSD chtějí jednat společně s bývalým koaličním partnerem – Trojkoalicí. Na schůzce chtějí strany řešit fungování města před čtvrtčním zastupitelstvem. „Ve středu večer by se měla sejít koalice, aby si řekla, jaká je realita. Musíme říct, co bude dál,“ řekl lídr ČSSD Miloš Zeman. K zítřejšímu jednání prý vyzve Trojkoalici zastupitelský klub ANO.

## Vltavu rozsvítí řeka přání

Přijďte ve čtvrted od 17 hodin rozsvítit vodní lampion přání a pošlat ho po Vltavě. Na nábřeží mezi Mánesovým mostem a Cihelnou ulicí se bude konat už druhý ročník benefiční akce Řeka přání. Lampiony můžete zakoupit přímo na místě u řeky. **MET**

# Nelegální prodej triček na demonstraci nepatří

**Prodávat protiislamicke trička přímo z dodávky se nevyplácí.**

„Svobodu nám nesmí nikdo upírat!“ Na demonstracích k 17. listopadu si někteří dokázali pěkně namastit kapsu. Ať už prodejem placek, transparentů či oblečení s nenávistnými nápisy. Protiuprchlické atmosféry demonstrace na podporu Miloše Zemana, která se konala minulý týden na Albertově, se rozhodla využít dvojice mužů. Ta zde prodávala trička s protiuprchlickými hesly a varovnými nápisy přímo ze zaparkované dodávky. To vše před zraky přítomných policistů. „Mohlo by se jednat o spáchání správního deliktu, neboť na tomto místě nejde mimo provozovnu prodá-



Také jste viděli prodávat tato trička? Kontaktujte ČOI. **METRO**

vat zboží nebo poskytovat služby,“ řekl deníku Metro mluvčí magistrátu Vít Hofman. Podle něj se bude porušením městské vyhlášky magistrát dále zabývat. „Pokud by šlo o fyzickou osobu

nepodnikající, mohlo by jít o neoprávněné podnikání,“ dodává Hofman.

Samotné nenávistné nápisy nejsou podle městské ani podle státní policie porušením zákona. Text totiž neurá-

ží uprchlíky přímo. „Nesměruje jednoznačně proti konkrétní skupině osob a ani ničím konkrétním nepodněcuje k jakékoliv nenávisti,“ vysvětluje mluvčí policie Tomáš Hulan.

Na nepoctivé prodejce si pravděpodobně brzy posvítí také Česká obchodní inspekce (ČOI). Podle jejího mluvčího Jiřího Fröhliche mohlo na Albertově dojít k porušení zákona o ochraně spotřebitele. „Pokud došlo například k neoznacení spotřebitele s cenou či nemělo to tričko řádně označení,“ říká Fröhlich. Nyní je otázkou, kdy a na kterém místě dodávka opět zastaví a začne znovu prodávat. Inspektoři ČOI však budou podle mluvčího připraveni.

„Uděláme maximum pro to, aby po obdržení těchto informací provedli inspektoři kontrolu v ten samý den,“ prosí čtenáře o spolupráci Fröhlich. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

INZERCE

www.ptc.cz



PROTON  
THERAPY  
CENTER

## RAKOVINA PROSTATY

PROTONOVÁ LÉČBA

11	Listopad PROTONVEMBER	12	Prosinec PROTONVEMBER	1	Leden PROTONVEMBER
	1	1 2 3 4 5 6		1 2 3	
2 3 4 5 6 7 8	7 8 9 10 11 12 13	14 15 16 17 18 19 20	11 12 13 14 15 16 17	4 5 6 7 8 9 10	
9 10 11 12 13 14 15	14 15 16 17 18 19 20	21 22 23 24 25 26 27	18 19 20 21 22 23 24	11 12 13 14 15 16 17	
16 17 18 19 20 21 22	21 22 23 24 25 26 27	28 29 30 31	18 19 20 21 22 23 24	11 12 13 14 15 16 17	
23 24 25 26 27 28 29	28 29 30 31		25 26 27 28 29 30 31	11 12 13 14 15 16 17	
30				11 12 13 14 15 16 17	
Prevence v PTC	Vánoce		Léčba proton!		

**PREVENCE + 97% VYLÉČENO  
= PTC**

LISTOPAD JE MĚSÍC PREVENCE RAKOVINY PROSTATY. JEDNOU ROČNĚ MU NĚKDO ŘÍKÁ MOVEMBER. V PTC MÁME PROTONVEMBER NONSTOP. KAŽDÝ DEN, KAŽDÝ MĚSÍC, KAŽDÝ ROK.

OBJEDNEJTE SE NA PREVENTIVNÍ PROHLÍDKU  
V PTC KDYKOLIV, NEJLÉPE IHNEDE

VOLEJTE: 222 999 000

PIŠTE: pacient@ptc.cz

## Panda. Zoo chce získat populární zvíře z Číny

Pandu velkou jako symbol ochrany přírody a další lákadlo pro návštěvníky by si přála získat trojská zoologická zahrada. Vedle diplomatických jednání s Čínou, která vzácné tvory půjčuje jako gesto vstřícnosti, to ale znamená podle jejího ředitele Miroslava Bobka mnohamilionovou investici do výstavby nového pavilonu. Mohl by být postaven nedaleko vchodu do areálu na místě dosluhujícího pavilonu ledních medvědů.

Zda bude mít Praha jako jedna z mála metropolí ve své zoo pandy, budou zastupitelé rozhodovat při schvalování rozpočtu. Prioritou přitom pro ředitele zoo Miroslava Bobka zůstává stavba nového pavilonu goril. „Názor na chov pand v Praze jsme změnili v souvislosti s úvahami o využití místa

po ledních medvědech. Nový pavilon pro ně by měl stát jinde,“ řekl Bobek. Podle základních návrhů, které už zahrada má, by náklady na vybudování expozice pand zahrnovaly zbourání medvědice, rozsáhlé terénní práce a výstavbu pavilonu spolu s restaurací a prodejnou suvenýrů, celkem by tak vyšplhaly k 200 milionům. Nový pavilon ledních medvědů by měl stát zhruba 150 milionů korun.

Citlivá diplomatická jednání s Čínou o zapůjčení pand Česko podle Bobka už vede, u části z nich ředitel zoo byl, nechce je ale přiblížovat. Kdy by zvířata mohla do Prahy dorazit, podle Bobka nyní závisí na financování projektu ze strany města. Jako reálný vidí ředitel horizont pětiletý, mohlo by to ale být i dříve. **ČTK**

**EZOTERA 28.-29.11.**  
prodejní výstava **PRAHA**

HALA TJ Pankrác, Lomnického 1 (150 m od metra C Pražského povstání)

SO 10.00 - 19.00, NE 10.00 - 18.00

ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL  
ŽENA, KRÁSA, KOSMETIKA  
Přednášky, poradny  
Prodejní výstava  
Vánoční dárky

Info: www.ezotera.cz/ano, 608 377 573



KUPÓN na  
CELODENNÍ VSTUPNÉ  
na PŘEDNÁŠKY ZDARMA  
Platí při předložení 28.-29.11.

50

20

40

**40-70%  
SLEVA**

70

60

SWITCH  
SLEVA  
50%

**NADĚLUJEME**

NA VŠECHNY DIOPTRICKÉ OBRUBY  
A SLUNEČNÍ BRÝLE VČETNĚ LETOŠNÍCH MODELŮ!  
NA MODEL Y PRO ROK 2016 SLEVA **20 %**

Sleva na dioptrické obruby platí při zhotovení kompletních brýlí (dioptrická obruba + skla).  
U všech kontaktních čoček SWITCH platí 50% sleva na druhé stejné nebo levnější balení.  
Sleva platí od 9. 11. 2015 do odvolání. Slevy se nesčítají, sleva neplatí v Outletu FAOC Štěrboholy.

**POTĚŠTE OČI SVÝCH BLÍZKÝCH!**

Nevíte, co svým blízkým pod stromeček? Pokud nosí brýle, máte vyhráno! Ve FOKUS optik pro vás připravili speciální dárkové poukázky na veškerý sortiment a služby z nabídky FOKUS optik. Ať už bude chtít obdarovaný nové dioptrické brýle, nová multifokální skla, nejnovější model slunečních brýlí nebo dokonce vyzkoušet kontaktní čočky, stačí zajít do FOKUS optik a vybrat si. A že je z čeho vybírat - sluneční i dioptrické brýle světových značek, nejnovější modely, špičkové kontaktní čočky SWITCH, to vše v největší české síti optik, v devadesáti pobočkách.

Poukázky jsou pro vás připraveny v hodnotách 500, 1000 a 2000 Kč a v rámci jednoho nákupu je samozřejmě možné je kombinovat. Ve všech pobočkách se o vás navíc postarají vyškolení specialisté, kteří obdarovaným rádi pomohou s výběrem. Dárkové poukázky zakoupíte ve všech pobočkách FOKUS optik.



**Více zjistíte na [www.fokusoptik.cz](http://www.fokusoptik.cz).**

# Strach hýbe s turismem. Prodeje letenek klesly

**Do Egypta se lidé nehrnou.** V kurzu je Bulharsko, Řecko nebo Španělsko.



Citát

**Po 11. září 2001 se cestování v celém světě razantně změnilo, totéž lze předpokládat i po útocích v Paříži.**

KATEŘINA PETŘÍČKOVÁ  
ŘEDITELKA ACKČR

bídky eurovíkendů do Paříže cestovními kanceláři v nejbližší době omezeny," potvrdila ředitelka Asociace českých cestovních kanceláří a agentur (ACKČR) Kateřina Petříčková.

Pokud se klient, který má již zakoupený zájezd, rozhodne, že za současné situace letečtět nechce, cestovní kancelář mu nabídne jiné možnosti. „V případě obav turistů některé kanceláře nabízejí bezplatnou změnu destinace či posunutí termínu odjezdu," uvedla Petříčková. Když se lidé rozhodnou nevydat se do zahraničí vůbec, musí počítat s náklady na storno. „S ohledem na fakt, že kanceláře hradí objednané služby předem, není možné, aby bezplatně vracely všechny peníze, které klient za zájezd uhradil. Odstoupení od smlouvy o zájezdu je pak rozhodnutím zákazníka, který podléhá storno podmínkám," dodala ředitelka Asociace českých cestovních kanceláří a agentur Petříčková.

Složité bezpečnostní situace ve světě již nyní ovlivňují také předprodeje zájezdů na léto. Cestovní kanceláře evidují vyšší zájem o nemuslim-

**Češi se bojí létat**

## 20

Během minulého týdne si oproti stejnému týdnu loňského roku Češi koupili méně letenek. Dopravci spočítali, že zájem o ně klesl o 20 procent. Ještě méně se prodávaly letenky do Paříže. Prodej do francouzské metropole meziročně klesl o 70 procent, do Bruselu pak o polovinu.

ské a nearabské země. „Nyní stoupá zájem o destinace, které Češi považují za bezpečné, proto v rámci předprodejí volí mnohem více než v loňském roce Španělsko, Bulharsko a Řecko," uvedla Simona Fischerová, mluvčí cestovní kanceláře Fischer.



MAREK HYR  
marek.hyr@metro.cz

**Výhrůžky**

Leteckou dopravu zasáhla vlna falešných poplachů.

- Letadlo turecké společnosti muselo v neděli nouzově přistát v kanadském Halifaxu kvůli bombové hrozbě. Ukázala se jako falešná.
- Společnost Air France zrušila v pátek let z Paříže do Barmaku kvůli teroristickému útoku v maliské metropoli.
- Letadlo z Varšavy do egyptského Hurgady ve čtvrtek nouzově přistálo v bulharském Burgasu kvůli bombové hrozbě. Po přistání se žádná nálož nenašla.

**Prioritou je bezpečí**

Na Letišti Václava Havla byla až do odvolání zavedena zvýšená bezpečnostní opatření. Ta však nemají vliv na délku odbavení ani bezpečnostních kontrol.

- Podle posledních průzkumů Češi při výběru destinace na dovolenou hledí v první řadě na bezpečnost letoviska. Cena je v tomto ohledu na druhém místě.

INZERCE

## LYŽEBRANÍ.CZ

### Tisíce lyží skladem od 500,-Kč

PRODEJ ZIMNÍHO VYBAVENÍ RENOMOVANÝCH ZNAČEK  
Salomon, Dynastar, Atomic, Völkl, Rossignol

POUŽITÉ SJEZDOVÉ LYŽE ATOMIC S VÁZÁNÍM od 500 Kč  
POUŽITÉ DĚTSKÉ LYŽE A BOTY od 700 Kč  
POUŽITÉ LYŽAŘSKÉ BOTY SALOMON od 300 Kč  
POUŽITÉ BĚŽECKÉ LYŽE S VÁZÁNÍM od 1 200 Kč  
HELMY, BOTY, BUNDY, TERMOPRÁDLO OD RENOMOVANÝCH  
ZNAČEK až s 80% slevou  
A VÍCE JAK 5000 POLOŽEK NOVÉHO I POUŽITÉHO ZIMNÍHO ZBOŽÍ

SLEDUJTE STRÁNKY [www.lyzebrani.cz](http://www.lyzebrani.cz) a PŘIJEĎTE SE PODÍVAT

**27. - 29. 11. 2015**

**OTEVŘENO**  
pátek – neděle  
10:00 – 18:00

**ADRESA**  
Sklad GERBEROS, Hlavenec 158,  
jen 20 minut autem z Černého Mostu Dálnice  
R10 na Mladou Boleslav, Exit 17

## Zimní bazar v Hlavenci již po páté

Dnešní trh je přesycen zbožím a co dělat, když potřebujete koupit zimní vybavení pro sebe nebo své děti? Koupit sjezdové lyže je poměrně alchymie. Zvláště pro začátečníky. Na místě je i otázka, zda pořizovat lyže nové. A nejen v případě, že je kupujete pro děti, které potřebují s ohledem na růst každý druhý rok jiné.

„Výběr lyží je natolik specifická věc, že je nutné se poradit s odborným personálem. Důležité je vědět, že všechny renomované značky jsou na podobné úrovni. Platí také, že pokud rádi lyžujete rychleji, na rekreační lyži v ceně do devíti tisíc korun nebudete mít z jízdy dobrý pocit," říká odborník Zdeněk Hnát, který už pátým rokem pořádá akci Hlavenecké Lyžebnaní, kde můžete od 27. listopadu vybírat z nových, ale především použitých lyží za velkoobchodní ceny.

Bazarové vybavení je u milovníků sněhu stále oblíbené. Hlavním argumentem je samozřejmě cena. Špičkové nové modely přijdou až na desetitisíce a z druhé ruky je pořídíte o více než polovinu levněji. Kvalitní, méně použité zboží za nižší ceny se vyplatí například pro děti, které rostou a je nutné pravidelně měnit nejen lyže, ale i lyžáky a oblečení. Pokud tedy lyžujete častěji, vyplatí se finančně víc než využití služeb půjčoven. „Pro představu: bazarové lyže s vázáním nabízíme v rozmezí od pěti set korun do čtyř tisíc za ty nejlepší, přičemž původní ceny se pohybovaly mezi osmi až třiceti tisíci. Máme jich kolem šesti tisíc párů, čili si vybere každý. Pocházejí z půjčoven a testovacích center v Rakousku, Švýcarsku a Francii. Lyže jsou rok až tři staré a na všech je udělaný velký servis včetně voskování. K tomu máme běžky, snowboardy, boty i nové oblečení za výrazně výprodejové ceny. Třeba lyžařské kalhoty v hodnotě kolem deseti tisíc za patnáct stovek, funkční prádlo Hally Hansen za tři čtyři stovky atd. Lyže máme i nové a nechybí dětský sortiment," vypočítává organizátor Lyžebnaní.

Pokud tedy potřebujete vybavení na hory, první Lyžebnaní se koná v Hlavenci od pátku do neděle 27. až 29. listopadu, jen 20 minut z Prahy od Černého Mostu. Na místě vám lyže seřídí i s potvrzením.

Více informací najdete na [www.lyzebrani.cz](http://www.lyzebrani.cz)



## Zprávy krátce

## „Ovčáček nesmí útočit na politiku“



Někdejší mluvčí Zemanovy vlády Libor Rouček (na snímku z roku 2005) se pustil do prezidentova mluvčího Jiřího Ovčáčka. Jeho kritické tweety vůči premiéru Bohuslavu Sobotkovi označil za bezprecedentní. „Kdekoliv v západoevropské zemi by si toto mluvčí nemohl dovolit a prostě by skončil,“ řekl Rouček. **IDNES.cz**

## Na horách se chystají na lyžaře

Nejvyšší položené areály na Karlovarsku a Plzeňsku spustily umělé zasněžování. Na Šumavě napadl přírodní sníh. Zasněžování přeje i počasí, na horách je stále pod nulou. Zasněžovat se začalo na Špičáku a na Klínovci. I tam teploty klesly na minus tři stupně a napadlo několik centimetrů přírodního sněhu. **ČTK**

# Odpyká si trest na síti

## Pirát umístil na internet nelegální kopie softwaru.

V Česku padl první alternativní trest za softwarové pirátství. Třicetiletý Jakub F. ve volném čase působil ve skupině takzvané warez komunity, která se zaměřovala na porušování autorských práv, mimo jiné sdílením populárních softwarových titulů.

Na internetu sdílel nelegální kopie počítačových programů Windows 8 a Windows 7 a dále různé tituly počítačových her a filmů. Způsobil tak škodu za 5,7 milionu korun, za což mu hrozily tři roky ve vězení.

Pirát nakonec dostane šanci – na [www.mojepirastvi.cz](http://www.mojepirastvi.cz) je umístěné video, v němž mluví o svém příběhu (viz box). **MET**

## Případ Jakuba F.

Pirát nahrával odkazy ke stažení komerčního softwaru, hudby a filmů.

- Soudem v Litoměřicích byl odsouzen za porušování autorských práv k trestu odnětí svobody v trvání tři let s podmíněným odkladem na zkušební dobu tří let.
- Jakub F. není schopen téměř šestimilionovou škodu uhradit, a proto se s protipirátskou organizací BSA dohodl na alternativním trestu.
- Spolupracoval na výrobě videa Příběh mého pirátství, které pak bude propagovat na síti YouTube, kde bude muset dosáhnout 200 tisíc zhlédnutí.
- V opačném případě mu bude hrozit úhrada zbývajících výše škody v řádu milionů korun.



## Vánoční hvězdy pomůžou

V zahradním Florcentru Olomouc chystají k prodeji vánoční hvězdy. Vypěstují jich tady 120 tisíc, z toho 30 tisíc půjde do prodeje, jehož výtěžek bude poslán na konto charitativní akce Vánoční hvězda. Veřejná sbírka podporuje zlepšení prostředí na hematologickém oddělení Dětské kliniky FN Olomouc, přispívá také na rekondiční pobyty pro děti po náročném léčbě. **MAFRA**

INZERCE

**MedelaDerma** studio lékařské kosmetiky nabízí

studio lékařské kosmetiky

# PODZIMNÍ MEGA AKCE!

LUXUSNÍ OŠETŘENÍ PLETI S 80% SLEVOU ~~1700 Kč~~ nyní 399 Kč

INTENZIVNÍ REGENERAČNÍ, PROTIVRÁSKOVÉ A OMLAZUJÍCÍ OŠETŘENÍ PLETI.  
OKAMŽITÝ VIDITELNÝ VÝSLEDEK, DLOUHOTRAVJÍCÍ EFEKT!

### JEDNO OŠETŘENÍ OBSAHUJE:

1. Odličení, úprava obočí
2. Diamantová mikrodermabrazé
3. Zklidňující kaolinová maska Syncare
4. Dočištění pleti ultrazvukem
5. Laserová gelová maska (hydratuje, působí proti vráskám, stahuje póry)
6. Zažehlení séra do pleti pomocí ultrazvuku (ceramidy, retinol, kyselina hyaluronová)
7. Ozonizér (dezinfekce pleti, léčba zánětů)
8. Závěrečná masáž

**PO OŠETŘENÍ JE PLEŤ NAPROSTO KLIDNÁ  
BEZ ZNÁMEK PODRÁŽDĚNÍ**

Běžná cena ~~1700 Kč~~

Akce trvá do **18. 12. 2015**

Na Vaši návštěvu se těší:

studio **MEDELA DERMA**, Bratří Dohalských 131,

PRAHA 9 - VYSOČANY, Tel.: 283 923 186, Mob.: 605 035 519, [WWW.MEDELADERMA.CZ](http://WWW.MEDELADERMA.CZ)

nyní jen  
**399 Kč**



## Blokáda. Krym stále bez proudu, nově i dopravy

Ukrajinská vláda včera nařídila blokádu nákladního automobilového a železničního spojení s Krymem. Přeprava nákladů z Krymu a na poloostrov vážne už od září, kdy dopravní spojení zastavili členové organizace Blokáda Krymu. Ti i včera znemožňovali ukrajinským energetikům obnovit dodávku proudu na anektovaný Krym,

kteřá byla přerušena o víkend. Žádají prý propuštění ukrajinských politických vězňů zadržovaných na Krymu a v Rusku. Elektrinu údajně nedostávají ani dvě ukrajinské jaderné elektrárny. Na Krymu byl vyhlášen nouzový stav, protože nasazené dieselové generátory jsou schopny pokrýt jen asi čtvrtinu spotřeby. **ČTK**

INZERCE

# Obrázky koček mírní strach

**Belgičané během protiteroristického zásahu v Bruselu zaplavili Twitter fotografiemi a krátkými videi koček.**

### Operace v Bruselu

V belgické metropoli pokračují protiteroristické akce. Další člověk byl obviněn z účasti na útocích v Paříži.

- Ze 16 zatčených při nedělním zásahu bylo 15 propuštěno.
- Údajný účastník pařížských útoků Salah Abdeslam mezi zatčenými nebyl.
- Při záahu ve východobelgickém Lutychu bylo zatčeno dalších pět lidí.
- Nejvyšší stupeň ohrožení v hlavním městě Belgie kvůli bezprostřední hrozbě teroristického útoku trvá.

Obyvatelé Bruselu nečekaně a s humorem reagovali na výzvu policie nezveřejňovat podrobnosti o nedělním záahu a vynutila si uzavření historického centra hlavního města.

I v tak vážné situaci, jakou je hrozba útoků podobných těm v Paříži, ale Belgičané osvědčili nadhled a smysl pro humor a twitterový hashtag #BrusselsLockdown, který původně soustřeďoval tok textových i obrazových informací o protiteroristickém zásahu a policejních uzavírkách, se náhle proměnil v galerii domácích mazlíčků, kteří se podle tvrzení svých majitelů tvářili podezíravě nebo vystrašeně.

Nevážné fotografie začaly na Twitteru naskakovat poté, co policie požádala média a veřejnost o zdrženlivost při zveřejňování detailů o své operaci. Kočky byly zachyceny na často upravených a aranžovaných snímcích a fotomontážích v různých situacích.

Uživatel @jaycelight na síť umístil fotografii dvou koček, které na sebe vzaly podobu bojových vznášedel z Hvězdných válek. Méně politicky korektní snímky zachycovaly stylizované kočky-teroristy zahalené do muslimských šátků.

Podle experta na sociální síť Matheusze Kukulky u zrodu této myšlenky stál kameraman nizozemské televize Hugo Janssen, který zveřejnil fotografii svého kocoura. „Místo tweetů o policejní aktivitě v Bruselu sem dávám fotku naší kočky Mozarta,“ napsal v popisku. Na Twitteru lidem za „kočičí příspěvky“ poděkovala i policie. **ČTK**



Místo fotek akce proti teroristům dávají lidé na Twitter své kočky. TWITTER

## ŠETRNÁ LÉČBA BOLESTÍ POHYBOVÉHO APARÁTU

### Benefity:

- ✓ zmírnění bolesti a zlepšení pohyblivosti svalů, kloubů a páteře
- ✓ bez lékových interakcí
- ✓ nežádoucí účinky nebyly pozorovány

### Přípravky:

- MD-Knee (koleno)
- MD-Lumbar (záda)
- MD-Hip (kyčel)
- MD-Shoulder (rameno)
- MD-Muscle (svaly)
- MD-Neural (nervy)



zdravotnický prostředek

GUNA-MD přípravky pomáhají odstranit bolest a zlepšit pohyblivost pohybového ústrojí včetně kloubů, a to vždy v té oblasti, pro kterou jsou určeny. Zároveň zmírňují poškození způsobená stárnutím, nesprávným držetím těla, průvodními chronickými onemocněními, poraněními a úrazy.

Seznam lékařů aplikujících GUNA-MD přípravky je na [www.inpharm.cz](http://www.inpharm.cz), (např. v Praze a okolí: Inpharmclinic, tel.: 241 416 990, 724 521 161)



[www.inpharm.cz](http://www.inpharm.cz), tel.: 241 432 133

## Televize LG se strhujícím obrazem a reálným zvukem, který vás dostane

Co může být lepší než se jako rodina sejít doma v obýváku. A když k tomu je ještě pořádná zábava, není už vůbec co řešit. Se skvěle vybavenou televizí od LG rozhodně nuda nepřijde ke slovu. Parádní 49palcová úhlopříčka, 4K rozlišení a všechny smart funkce, jaké teď frčí. Co víc si můžete přát...

Co všechno patří do obýváku snů? Pohodlný gauč, měkoučký koberec, konferenční stůl a pořádná televize, ať je na co se dívat. Úhlopříčka 49 palců uspokojí i náročnějšího diváka. A když se k ní přidá nejvyšší možné rozlišení obrazu v kvalitě 4K, které je čtyřikrát jemnější než běžné FullHD, nelze už prakticky vůbec odolat. Přesně tyhle parametry splňuje SmartTV LG 49UF695V – nejlepší volba do každé domácnosti. Televize s velkorysým rozměrem obrazovky se hodí do většího obývacího pokoje a splní nároky větší rodiny. Perfektní obraz je ideální pro sportovní přenosy, sledování oblíbených seriálů i hraní her na konzolích. Pro

ještě intenzivnější zážitek jsou reproduktory umístěny na přední straně přístroje. Mezi majiteli smart TV LG je již dlouho ceněn ovladač Magic Remote. S ním lze celý přístroj ovládat jediným pohybem. Stačí jednoduché gesto a televize okamžitě reaguje. Pomocí tohoto ovladače se uživatel snadno pohybuje v propracovaném systému chytré televize. A odtud už je jen krok k tomu být neustále ve spojení s online světem na sociálních sítích.

Tím však všechna překvapení nekončí. Co vše se v televizi LG 49UF695V za cenu 19 990 Kč skrývá, lze zjistit v prodejních DATART nebo na [www.datart.cz](http://www.datart.cz).



LG ULTRA HDTV 4K



Nakupujte online na [www.DATART.cz](http://www.DATART.cz)

metro

# ZDRAVÍ

KOMERČNÍ PŘÍLOHA

24. listopadu 2015, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

PROFIMEDIA.CZ



# Zdraví

Trápí vás kašel? Na trhu je řada přípravků, které kašel léčí. Trendem jsou šetrné rostlinné sirupy.

Za infekcemi intimních partií stojí bakterie nebo kvasinky, může za ně špatně zvolená intimní hygiena.

# ženy

# Proč je nepříjemný únik moči ve stáří tak častý?

**Nechtěný únik moči neboli inkontinence se častěji vyskytuje u žen. S věkem se pak problém ještě zhoršuje.**

Inkontinence je u seniorů běžným onemocněním. Je to dáno tím, že močový měchýř staršího člověka ztrácí svou schopnost regulovat stahy a uvolnění. Postižený nemůže udržet moč do okamžiku, kdy se dostane na toaletu. Problém se ještě zhoršuje během noci.

Zpočátku mohou být úniky moči ojedinělé a malé. Postupně, jak se močová trubice uvolňuje ze své původní polohy nebo více ochabuje její svěrač, jsou úniky častější a větší.

## Inkontinence

# 30

Inkontinence neboli únik moči postihuje až třicet procent lidí nad šedesát let. Častější je u žen než u mužů. Jedná se o běžné onemocnění.

šší a větší. Nestačí už měnit jen prádlo, ale je třeba i nosit vložky. Potíže vás donutí méně pít a omezovat aktivity: sport, společenský a kulturní život, sex... Nepřekonávejte vůli, co se překonat nedá, a jděte k lékaři.

Při prvních potížích lékaři většinou doporučují konzervativně. Naordinují cvičení, kterým se docílí posílení svalů pánevního dna. U žen v menopauze lze nasadit i léky. Nejlepší výsledky u stresové inkontinence má ale

operační léčba, která spočívá v poměrně rychlém a minimálně invazivním zákroku, při němž se zavede páska pod močovou trubici. Operace je velmi efektivní, udává se 75 až 90 procent. Vše trvá asi jen patnáct minut, a to buď při krátkém usnutí, či v lokální anestezii.

V prvních pár týdnech drží páska vlastním fixačním mechanismem, poté proroze novou vazivovou tkání a stabilizuje se. Rekonvalescence v podstatě není žádná – běžné činnosti lze vykonávat ihned, sport a těžší práce po několika týdnech.

Na jiný typ inkontinence ale pásy nepomáhají. Pokud by se zavedly v případě úniku moči na podkladě dráždivého močového měchýře, obtíže by zhoršit mohl naopak ještě záhoršit. Proto je důležitá správná diagnostika. **JANA ŠTEFANOVÁ**

## Když začnou problémy

**Únik moči není jenom ženský problém, často se vyskytuje i u mužů.**

- Inkontinence se dělí na čtyři typy, z nich nejčastější je takzvaná stresová.
- Není to stres psychický, ale jde o náhlé zvýšení nitrobřišního tlaku, kterému se v odborné terminologii říká také stres.
- Pro správné fungování, tedy kontinenci jsou potřebné normálně fungující svaly pánevního dna. Když jsou tyto svaly oslabené, močová trubice se uvolní ze své původní polohy a přestane se dostatečně uzavírat.
- Velký vliv na ochablé svaly má například porod, který může pánevní dno a jeho svaly povolit i poškodit.

- Příčin ale může být více: infekce dolních cest močových, dráždivý měchýř, těžká fyzická práce, nedostatek ženského hormonu estrogenu, neurologická onemocnění, obezita, chronický kašel například při astmatu nebo cukrovka.
- U mužů se častěji vyskytuje jiný typ inkontinence, a sice urgentní.
- Její výskyt roste zvláště po šedesátém roce věku, kdy je dokonce častější než u žen.
- Částečně tento problém může souviset i s problémy s prostatou.
- Stresová inkontinence se u mužů objevuje většinou pouze po nějakém operačním zákroku.

## ADVENTNÍ VÍKENDY V PODĚBRADECH

### POZNEJTE KOUZLO ADVENTU V MALEBNÝCH LÁZNÍCH.

Využijte předvánoční čas a přijďte si odpočinout a relaxovat do Poděbrad!

Termíny: 4. - 6. 12., 11. - 13. 12., 18. - 20. 12. 2015

Cena: Hotel Zimní lázně\*\*\*, Hotel Libuše\*\*\* 2 450 Kč/osoba/pobyt

Cena: Hotel Zámeček\*\*\*\*, Hotel Libenský\*\*\*\* 3 150 Kč/osoba/pobyt

Stravování: polopenze (snídaně a večeře)

#### Program pobytu:

- 1x přísadová koupel Kneipp – výběr přísady dle přání (jalovcová, levandulová, brusinková, ibišková...)
- 1x klasická částečná masáž
- 1x částečný zábal brusinkový
- 1x solná jeskyně
- 1x poukázka do kavárny Viola – příjemné posezení v lázeňské kavárně Viola, široká nabídka teplých i studených nápojů, domácí zákusky

#### Tip na výlet:

Polabské adventní trhy na Výstavišti v Lysé nad Labem, dobrá dostupnost vlakem.

Příplatek za jednolůžkový pokoj: 200 Kč/noc.

Více informací naleznete a objednat můžete na [www.lazne-podebrady.cz](http://www.lazne-podebrady.cz) nebo telefonním čísle 325 606 500

Těšíme se na vás!



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

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

Darujte zdraví.

LÁZNE MŠENÉ  
1796

### Kokosy na sněhu

Termín pobytu: 1.12.2015 – 30.4.2016

Délka pobytu: 3 dny – 2 noci

Ubytování: jedno nebo dvoulůžkové pokoje s TV

Strava: polopenze, vč. salátového bufetu, moučnicků a příloh

#### Lázeňská péče

- kokosová aroma masáž (záda)
- lázeň s esencí kokosu
- kokosový peeling dolních končetin
- kokosový zábal dolních končetin
- parafinový zábal na ruce

#### Bonus:

- poukáz na zákusek v Café & Restaurant Letzel

**Cena pobytu již od 2.800,- Kč/osoba\***

\*Uvedená cena je včetně zákonné sazby DPH.

Lázeňský resort nedaleko Prahy.

Lázně Mšené, a. s. • Lázeňská 62 • 411 19 Mšené-lázně  
tel.: +420 416 866 007, 009 • e-mail: [lazne@msene.cz](mailto:lazne@msene.cz)



NAŠI MILÍ ČTENÁŘI,  
PROSÍM, DO KOŠE  
NEPATŘÍM!



Bělení zubů by se mělo provádět ve stomatologické ordinaci.

LAZURIT

# Hollywoodský úsměv i pro vás

**Bílé a zářivé zuby si můžete dopřát také. Existuje více komplexních metod a procesů.**

uchýlit jen k samotnému bělení. Během jednoho sezení je možné zuby zesvětlit hned o více odstínů. Pokud jsou však v ústech již některé výplně, je vhodné zvážit po vybělení zubů jejich překrytí, eventuálně výměnu.

kontrolována. Hlavním úkolem lékaře během procedury je kontrolovat proces bělení a včas ho zastavit. Pokud bude postup při ošetření nesprávný, může to mít špatný vliv na zuby a zubní dřev, v závažnějších případech může dojít až k odumření nervu zubu.

## Jak správně postupovat při bělení zubů?

Bělení zubů by se mělo provádět ve stomatologické ordinaci pod dozorem lékaře. Má to své důvody. V první řadě by se měl posoudit celkový stav a zvážit možné kontraindikace, abychom předešli problémům a komplikacím během a po ošetření, a také dosáhli žádaných výsledků. Navíc každá chemická reakce včetně bělení zubů musí být

## Kolik zákrok stojí?

Díky osvědčeným metodám bělení zubů, které oddělení stomatologie kliniky Lazurit používá, lze nehezky zbarvení zcela odstranit, a vytvořit tak nádherně bílé zuby, které budou ozdobou vašeho úsměvu. Zákrok stojí od sedmi tisíc korun a délka procedury bývá kolem hodiny a půl.

Zvažujete bělení zubů, ale nemáte dost informací? My vám je nyní přineseme.

## Je možné dosáhnout dokonalého úsměvu jen pomocí bělení zubů?

Pokud je z diagnostického hlediska vše v pořádku – celkový stav chrupu, tvar, velikost zubů a stav parodontu (dásní) – a je problém pouze z jejich barvě, je možné se

## Přírodní preparát Sarapis Soja!

Je vám více jak 40 let a začala vám vynechávat menstruace?



Doplňek stravy **SARAPIS Soja** obsahuje kombinaci včelí mateří kašičky, květního a fermentovaného pylu, ke kterým jsou přidány extrakty ze sojových bobů a z červeného jetele. Preparát je dále obohacen o železo a vitamin C.

**SARAPIS Soja** je určený ženám v klimakteriu. Vitamin C a železo napomáhá při únavě a vyčerpání a je prospěšný pro imunitní systém. Vitamin C přispívá k normální činnosti nervové soustavy. **Předností přípravků se včelími produkty a fytoestrogeny ze sóji a z červeného jetele je to, že přirozenou cestou doplňují organismus výživovými prvky, které optimálně harmonizují funkce lidského těla.**

Podrobnější informace získáte na telefonické lince: 800 100 140.

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



# Lazurit

Vánoční čas již klepe na dveře a s ním se blíží sváteční chvíle strávené s našimi blízkými, přáteli či obchodními partnery, které bychom chtěli obdarovat nevšedním dárkem. Pro tento případ jsme pro Vás připravili naše dárkové poukazy, které Vám uzpůsobíme tak, aby maximálně splnily Vaše požadavky a očekávání.

## Darujte sebevědomí a úsměv.

1. Čištění, leštění a pískování zubů (Air-Flow)
2. Bělení zubů – Beyond Polus



**1. Čištění a leštění zubů** – Supercleanpolishing AIR Flow Pomocí Air-flow nebo-li pískování dochází k mechanickému odstranění plaku a pigmentací z povrchu zubu, které vznikají nejčastěji kouřením, pitím kávy, červeného vína, čaje a jiných potravin. Při čištění se využívá kombinace vody, vzduchu a jemného polírovacího prášku. Tato technika odstraňuje pigmentace z hůře přístupných míst jako jsou, mezizubní prostory, přechody mezi výplni a zubní tkání, hlubší kousací plošky.



## 2. Bělení zubů – Beyond Polus

Naším klientům nabízíme zcela nový systém ordinčního bělení zubů, pomocí amerického přístroje Beyond Polus. Světelný akcelerator Polus je v současnosti nejvykonnějším a neúčinnějším na trhu. Během procedury bělení, trvající 60-90 minut, je možné dosáhnout optimálních a velmi výrazných výsledků.



Sleva 30%

Na naší klinice Vám nabízíme

## VÁNOČNÍ DÁRKOVÉ POUKAZY v hodnotě:

**2000,- Kč** (v ceně je zahrnuta konzultace s lékařem, čištění, leštění a pískování zubů (Air-Flow)

**7000,- Kč** (v ceně je zahrnuta konzultace s lékařem, čištění, leštění a pískování zubů (Air-Flow), bělení Beyond Polus) - **SLEVA 30%**

## PŘIJÍMÁME NOVÉ PACIENTY

Stomatologická klinika Lazurit:

K Červenému vrchu 844/8a, Praha 6

Tel.: +420 235 350 477, +420 777 209 929

info@klinikalazurit.cz, www.klinikalazurit.cz

# Vaginální mykózy – zbavte se jich. Poradíme, jak na to

**Nepříjemné svědění, pálení a hrudkovitý výtok** ukazují téměř jistě na vaginální mykózu neboli kvasinkovou infekci.

Je to jedno z nejčastějších onemocnění, které gynekologové v ambulancích léčí. V průběhu života ji alespoň jednou prodělají tři ženy ze čtyř.

Ve většině případů stojí za těmito potížemi narušení rovnováhy poševní mikroflóry, tedy změna vaginálního pH.

„Kvasinková infekce se může objevit po narušení poševního prostředí například po bazénu, vířivce, sauně, stejně jako po pohlavním styku, nebo při léčbě některými antibiotiky,“ říká Petr Kolek,

primář Gynekologicko-porodnického oddělení Thomayerovy nemocnice.

Příčinou může být i nesprávná hygiena, a to především nadměrné mytí intimních partií a používání parfémovaných mýdel a vložek.

Existují ale i ženy, které mykózu neměly nikdy nebo jen velmi výjimečně. A pak jiné, které jsou u gynekologa s tímto problémem každý měsíc. Některé ženy jsou prostě na kvasinkové infekce náchylnější. Jak je to možné?

„Pravděpodobně to závisí na osídlení pochvy a slizniční imunitě ženy. Na hygienických návycích, druhu používaného prádla a kosmetiky. Stejně jako na pohybové aktivitě, množství stresu a přidružených chorobách,“ vysvětluje Petr Kolek.

Vaginální mykóza se léčí antimykotiky a dezinfekčními látkami ve formě čípků, mastí, krémů nebo výpla-

chů. „Čím dříve po propuknutí prvních příznaků ženy nasadí léčbu, tím dříve se nemoci zbaví a zabrání riziku přechodu do chronického stadia nebo vzniku dalších zánětlivých komplikací. Většina žen reaguje na léčbu rychle a obtíže vymizí obvykle do několika dnů. Problémem je ale fakt, že ani úplné vyléčení mykózy nedokáže zabránit jejímu opakování,“ doplňuje gynekolog a ředitel Podhorské nemocnice Marián Olejník.

Někdy se stane, že se nepříjemné příznaky mohou objevit i u partnera. Pak je nutné, aby se léčil i on – partneři totiž mykózu na sebe mohou vzájemně přenášet při pohlavním styku. Proto se v době léčby pohlavní styk nedoporučuje. Muži mohou být i nosiči tohoto onemocnění, ale přitom se u nich nemusí rozvinout a projevit. **KAMILA HUDEČKOVÁ**



## Tipy

### Prevence kvasinkových infekcí:

- v parných dnech nenosit neprodyšné těsné džíny, preferujte bavlněné spodní prádlo
- po koupání se pečlivě osušte, sprchujte se po každém sexuálním styku
- zamezte rizikovému sexuálnímu chování
- preventivně užívejte doplňky stravy s probiotickou kulturou
- použijte mýdla s neutrálním pH
- omezte nadměrnou konzumaci sladkostí
- při vzniklých potížích se včas začněte léčit

## INTIMNÍ HYGIENA CHYTRÁ HOUBA NABÍZÍ BEZPEČNÉ ŘEŠENÍ

**B·A·R·D·**

Těsné kalhoty, používání dráždivých mýdel a sprchových gelů, mokré plavky, časté požívání sladkého, nadměrná fyzická zátěž, onemocnění, či oslabení imunity může napomoci přemnožení kvasinek a tím vyvolat úporné svědění nebo výtoky. Většina žen se již setkala s akutní vaginální mykózou, některé trápí i opakující se a chronické mykózy.

Až u 75 % žen se vulvovaginální kandidóza objeví alespoň jednou během života, u 40 – 45 % žen se mohou příznaky vyskytnout opakovaně a 5 % žen přechází onemocnění do chronické formy. Vaginální kvasinkové infekce se projevují bílým výtokem doprovázeným svěděním, pálením a bolestí. Ascendentním šířením může dojít k zánětu dělohy nebo močových cest. Většina případů je způsobena kvasinkou *Candida albicans*, která je běžnou součástí mikroflóry avšak při nerovnováze této mikroflóry může dojít k přemnožení kvasinek a rozvoji nepříjemných obtíží.

Čeští vědci patentovali i v USA využití mikroorganismu *Pythium oligandrum*. U nás je známý pod názvem **Chytrá houba** a je hlavní ingrediencí přípravku **FEEL FRESH – COSMETIC FEMININE BATH**. Ten je určený pro kůži náchylnou k zapáření a pro péči o místa náchylná k výskytu kvasinek. Aplikuje se formou sedacích koupelí tři dny po sobě jdoucích a dále podle potřeby nebo až za měsíc.

**Chytrá houba *Pythium oligandrum*** je výjimečná tím, že proniká svými vláknky do buněk kvasinky nebo plísně a čerpá z ní potřebné látky pro svoji výživu. Po vysátí kvasinky nebo plísně mizí, protože pro ni lidské tělo není přirozené prostředí a není schopna se v tomto prostředí adaptovat. Tím uvolňuje prostor pro přirozenou mikrobiální intimní rovnováhu.



Chytrá houba nachází uplatnění nejen pro intimní hygienu žen a mužů, ale kvasinky se mohou z dolních partií pře-

nést do dutiny ústní. Pro tu je pak určená ústní voda koncentrovaná v tabletce s názvem **Chytrá houba *Pythium Bio Plus***, která příznivě působí v ústní dutině při sklonu k zánětům dásní.

Chytrá houba *Pythium oligandrum* je také široce používána pro nohy a nehty, které mají sklony k plísním. Právě pro nohy a nehty je určena řada přípravků Biodeur: koupele nohou **Biodeur3x1g**, specialista na nehty **Chytrá houba *Pythium Biodeur Nail***, nebo pro prevenci **Chytrá houba *Pythium Biodeur Prevent***, či zásyp do bot a na meziprstí **Chytrá houba *Pythium Biodeur Prevent foot powder***.

Přípravky s **chytrou houbou** mohou používat i lidé s oslabenou imunitou, lidé s cévní nedostatečností, těhotné nebo kojící ženy, diabetici atd.

### Přípravky s Chytrou houbou dostanete ve své lékárně.

Na Vaše otázky rádi odpovíme na telefonou: 608 157 744, akutní dotazy na infolince: 728 814 202, e-mail: [pythium@pythium.cz](mailto:pythium@pythium.cz), informace na: [www.chytrahouba.cz](http://www.chytrahouba.cz), [www.pythium.eu](http://www.pythium.eu). Výrobce: Bio Agens Research and Development – BARD, s.r.o.

# Intimní hygiena: pozor na vysoké pH

Ke gynekologovi na prohlídku jdete buď z preventivních důvodů, nebo kvůli nějakému problému.

„Nejčastěji se setkáváme s výtoky, pálením, svěděním pochvy nebo zevního genitálu. Dále je to suchost sliznice a bolest při styku,“ říká Petr Kolek, primář Gynekologicko-porodnického oddělení Thomayerovy nemocnice.

Za mnohými infekcemi stojí bakterie nebo kvasinky, které se přenášejí pohlavním stykem nebo narušením poševního prostředí.

A za to může často nedokonalá nebo špatně zvolená intimní hygiena.

K omývání ženských genitálií je nevhodnější využít speciální intimní sprchový gel, pěnu či mýdlo. Běžné mycí prostředky totiž mohou narušit přirozené prostředí vagíny osídlené četnými mikroorganismy fungujícími v určité rovnováze díky nestálým fyziologickým a chemickým interakcím, jež zde probíhají. Speciální kosmetika pro intimní hygienu má nižší obsah pH (v intimní oblasti je pH do hodnoty 4,5),



PROFIMEDIA.CZ

kteří tuto přirozenou rovnováhu udržuje. Nevhodné jsou veškeré parfemované či dezodoranční prostředky. Další možností je v případě, že se

žena nemůže osprchovat nebo omýt, použít jednorázové vlhčené ubrousky. Využijete je na toaletě v práci, ve škole, v restauraci, ale i v lese.

V lékárně se dají koupit i vaginální čípky či tobolky, které napomáhají obnovovat přirozené prostředí intimních partií jak preventivně, tak ale také již v období, kdy se objevují první potíže. Na podobném principu fungují i vaginální výplachy.

„Vaginální roztok pro výplach zajišťuje již po několika hodinách po jeho použití obnovu zánětem narušeného přirozeného poševního prostředí, eliminuje nežádoucí bakterie, kvasinky a zajišťuje optimální pH pochvy,“ vysvětluje Kateřina Bláhová z Gynekologicko-porodnického oddělení Nemocnice Prostějov.

Ovšem pozor – podobně jako v jiných oblastech týkajících se fungování lidského těla, ani v intimní hygieně není vhodné nic přehánět. I při použití vhodných prostředků je možné přehnanou péčí narušit přirozené prostředí intimních partií a způ-

sobit si podobné potíže jako při péči nedostatečně.

„Optimální mírou hygieny je použití speciálního mýdla určeného na intimní partie při očištění celého těla a použití již zmiňovaných vlhčených

ubrousků během dne. Poševní výplachy by měly být využívány pouze ojediněle a vždy pouze pomocí speciálního roztoku přímo určeného pro tyto účely,“ radí Kateřina Bláhová. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

## Femigel®

Speciální péče pro intimní hygienu ženy



Femigel® je přírodní gel s antiseptickým olejem Tea Tree Australian BodyCare® pro udržení intimního komfortu zevního genitálu ženy. Poskytuje zvlhčení intimní oblasti a omezuje výskyt bakterií, plísní a kvasinek. FEMIGEL® se doporučuje používat při subjektivních obtížích jako je pálení, svědění, pocit sucha a další nepříjemné pocit v intimní oblasti. Doporučuje se jej používat i preventivně před a po návštěvě bazénu, sauny nebo fitcentra. *K dostání v lékárnách.*

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

## „Revoluce v dámské intimní hygieně!“



Mnoha ženám po celém světě zneprjemňují život různá vaginální onemocnění doprovázená výtoky a nepříjemnými pocitmi. Moderní vědecké poznatky společnosti FIDE ve spolupráci s biotechnologickou firmou Pharmaceutical Biotechnology umožnily posunout dámskou intimní hygienu do nové aktivní úrovně. Na základě několikaletého výzkumu uvedl výrobce FIDE na trh revoluční produkt v oblasti dámské intimní hygieny - menstruační vložky **Carin & Oasis & Micci ProBiotic** s obsahem živých přátelských laktobacilových kultur.

### Proč kombinace dámské vložky a laktobacilů?

Lidský organismus a laktobacily patří neodmyslitelně k sobě. Laktobacily nejenže tvoří významnou součást střevní mikroflóry, ale jsou také nezbytnou složkou vaginální sliznice. Zásadním způsobem se ve vaginální sliznici podílejí na produkci antimikrobiálních látek a na vytváření kyselého pH. Je to zejména kyselá pH, která chrání tuto citlivou sliznici před infekcemi způsobenými jinými bakteriemi a kvasinkami. Pokud z jakéhokoliv důvodu (nejčastěji užívání antibiotik, nošení těsného oblečení, koupání v bazénech, ale i stres apod.) dojde k porušení této křehké poševní rovnováhy, a dochází ke vzniku zánětu. Jedním z účinných pomocníků, kteří jsou schopni cíleně dodat k postiženým sliznicím účinné posily ve formě zdravých laktobacilů, jsou právě dámské vložky **Carin & Oasis & Micci ProBiotic**.

### Pro koho jsou vložky Carin & Oasis & Micci ProBiotic určené?

Vložky **Carin & Oasis & Micci ProBiotic** jsou vhodné pro pravidelné užívání jak u zdravých žen, které chtějí dbát o svoji intimní hygienu tak u žen, které trpí jednorázovými nebo opakovanými vaginálními záněty bakteriálního nebo kvasinkového původu.

### Proč je vložka vhodná pro ženy, které trpí záněty?

Vložky **Carin & Oasis & Micci ProBiotic** dodávají do vaginálního prostředí přirozené bakterie, které tam z důvodu zánětu chybí.

### Proč je vhodná i pro zdravé ženy?

Tyto vložky jsou také vhodné pro pravidelné používání u všech zdravých žen, které chtějí aktivně pečovat o svoji intimní hygienu a dobře znají benefity, které probiotika tělu přinášejí. Neexistuje komfortnější a pohodlnější přístup, jak sliznici dodat spoustu přátelských bakterií, než použít hygienické vložky, která je s intimními partiemi v nejtěsnějším kontaktu. Kolonizace vaginální sliznice laktobacily je tak zcela přirozená. Období menstruace, nebo např. období stresu, či jiné záležitosti obecně zvyšuje riziko vzniku zánětu.

### Omezení nepříjemného zápachu

Rada žen má obavu z nepříjemného zápachu, který může vzniknout jak při běžném nošení dámských vložek, tak zejména při probíhajícím zánětu. Nepříjemné aromatické látky vznikají v důsledku rozkladu krve a výtokové tekutiny a to zejména působením nežádoucích bakterií. Přátelské probiotické bakterie rodu *Lactobacillus* omezují množení nežádoucích nebezpečných bakterií a redukují tak nepříjemné rozkladné mechanismy. Poslední studie poukazuje také na použití probiotik při omezení zápachu vzniklého v důsledku pocení. **Carin & Oasis & Micci ProBiotic** přináší přátelská probiotika na ty partie těla, které jsou nejvíce náchylné ke vzniku nepříjemného zápachu. Probiotika tak vítězí nad bakteriemi, které jsou hlavní příčinou vzniku zápachu a současně omezují jejich množení.

### Jak často vložky používat?

Probiotické vložky **Carin & Oasis & Micci ProBiotic** jsou určeny jak pro pravidelné použití u zdravých žen, které chtějí aktivně pečovat o svoji intimní hygienu, tak pro ženy, které trpí různými vaginálními infekcemi.

Vzhledem k velmi zajímavé ceně je lze použít jako účinnější náhradu klasických vložek, které nabízejí jediný benefit - zachycení menstruační krve nebo výtoků.

### Víte, že vaginální infekce:

- postihne více než 75 % žen?
- opakovaně trápí až polovinu žen z uvedeného počtu?
- jsou nejčastěji způsobeny kvasinkami rodu *Candida* a bakteriemi rodu *Gardnerella*?
- lze úspěšně odstranit vhodným podáním laktobacilových kultur, které nastaví rovnováhu poševního prostředí?
- se vyznačují změnou pH poševního prostředí a právě probiotika jsou schopna pH uvést do zdravé fyziologické rovnováhy?

Vyvinuto ve spolupráci biotechnologickou firmou Pharmaceutical Biotechnology.



## Unikátní kombinace dámské hygienické vložky a probiotik!



Vyrobeno v EU



FIDE s.r.o., Brtnice 35, 588 32 Brtnice, Czech Republic, tel.: +420 567 216 390, fax: +420 567 216 384

[fide@fide.cz](mailto:fide@fide.cz) • [www.fide.cz](http://www.fide.cz) • [www.probiotickevložky.cz](http://www.probiotickevložky.cz)

Nákupem výrobků MICCI, CARIN a OASIS dáváte práci tělesně postiženým



# Nemoc žil netrápí jen nohy

**Chronické onemocnění žil (CVD) nezačíná a nekončí na dolních končetinách, ale může postihnout i další části našeho těla.**

Kromě křečových žil na nohách je možné chronické onemocnění žil dostat například i pánevní kongescí a hemoroidálním onemocněním.

Změny na dolních končetinách jsou většinou z nás notoricky známé. Méně známý syndrom pánevní kongescce je rovněž výsledkem onemocnění žil, v tomto případě však v oblasti malé pánve. Tímto problémem trpí ženy, v jejichž pánvi se vyskytuje problém s návratem žilní krve, která se zde hromadí, což způsobuje přetížení žilní pleteně. Stejně tak hemoroidální onemocnění vznikají v důsledku narušení cévně

pleteně v oblasti konečníku. Příčiny žilního onemocnění jsou různé. K nejčastějším patří dědičné faktory, věk, hormonální vlivy, při určité dispoziční i užívání antikoncepce, nadváha, nedostatek pohybu, dlouhodobé stání a sezení, nevhodný životní styl. Jedná se o zánětlivé onemocnění, které je třeba řešit odbornou lékařskou péčí.

Žilní onemocnění ve všech částech těla je spojeno s bolestí, která má vliv na kvalitu života. Bolest dolních končetin obvykle doprovází také otoky nohou, křeče a pocit těžkých nohou. Rovněž v případě pánevní kongescce mohou být potíže rozmanité od bolesti zad či křečí v podbřišku až po bolestivé křeče a tlak v malé pánvi. Typickým impulsem pro bolest je pohlavní styk, ale také dlouhé stání či sezení, těhotenství, hormonální výkyvy (ke zvýšené bolesti dochází zejména při menstruační, stres a sport (cyklistika, lyžování). Bolest je společně také během hemoroidálních onemocnění. Avšak

v tomto případě je primární obtíž, která obvykle vede k vyhledání lékaře, krvácení při stolici.

Dalším společným příznakem jsou křečové žíly neboli varixy, které jsou uzlovitě rozšířené. „Křečové žíly dolních končetin nejsou jen estetickým problémem, ale především projevem chronického žilního onemocnění (zkratka CVD z anglického chronic venous disease), který se při zanedbání může rychle zhoršovat,“ upozorňuje lékařka Julia Černošková. Pro pánevní kongescce jsou typické varixy v oblasti třísla, vnitřní a zadní strany stehna a hráze. V případě hemoroidálního onemocnění vznikají zbytněné žíly v řitním kanálu. Ať už vás trápí jakýkoliv druh žilního onemocnění, rozhodně nespolehejte na samoléčbu a vyhledejte včas pomoc odborníka. „Pouze správnou diagnostikou a cílenou lékařskou terapií lze nepřijemné projevy onemocnění eliminovat a zabránit nejtěžším komplikacím,“ varuje Černo-

## Metody léčby

**Barronova ligace je ambulantní zákrok a spočívá v aplikaci malých elastických gumíček na hemoroidální uzel. Tímto způsobem se zabrání prokrvení hemoroidu, který odumře a odpadne.**

- Součástí konzervativní léčby jsou rovněž venofarmaka, která napomáhají k zesílení žilní stěny, zvyšují její pružnost a zlepšují činnost žilních chlopní. Venofarmaka s nejširšími účinky jsou ale pouze na lékařský předpis. Předepsat je ovšem může kterýkoli lékař (nejen specialista, ale i praktický lékař). Navíc se jedná o léky, které dokážou zmírnit zánětlivý proces na žilní stěně a na chlopních, protože právě tento zánět je příčinou jmenovaných žilních onemocnění.

- V pokročilejších stadiích je však nutné přistoupit k operační metodě. To není jednoduché zejména v malé pánvi.

horská. Proktoložka Soňa Hořínková, specialista na onemocnění konečníku, dodává: „Pacienti by měli navštívit odborníka co nejdříve. Je totiž třeba vyloučit jiná možná onemocnění (například karcinom konečníku) a stanovit individuální léčbu.“

Základem každé léčby jsou režimová opatření. Důležitá je zdravá životospráva se správným výběrem potravin a dostatkem pohybu. „V případě onemocnění v oblasti konečníku je navíc důležité změnit svůj jídelníček tak, abychom se vyvarovali zácpy,“ upozorňuje Hořínková a dodává: „Obtíže rovněž zhoršují dráždivé potraviny, jako je alkohol, káva a pikantní koření.“

V případě onemocnění dolních končetin a pánve je velmi účinná kompresivní léčba, ať už v podobě kompresivních punčoch nebo kalhotek. Tyto pomůcky napomáhají usměrnit tok krve v povrchových i hlubokých žilách. U hemoroidů provádí kompresivní léčbu lékař.

**ŽILNÍ PORADNA**

- ? Křečové žíly a jejich terapie
- ? Oteklé a bolavé nohy
- ? Žilní trombóza
- ? Bércové vředy a nehojící se rány
- ? Lymfatické otoky
- ? Hemoroidy
- ? Léčba ran

**BOLÍ VÁS NOHY?**

Available on the App Store

Google play



# Za únavou při menstruaci může být i nedostatek železa

**Železo je nezbytné, odchází ale z těla společně se ztrátou krve.**

Únavu v období menstruace ženy často berou jako běžnou součást už tak dost nepopulárního období. Příčinou ale může být nedostatek železa.

Při obvyklém cyklu jsou schopné tyto ztráty kompenzovat. Jinak tomu ale může být při poruchách cyklu, ať už jde o stav silného menstruačního krvácení nebo prodlouženou menstruaci trvající déle než sedm dní. Komplikací může být i nepravidelné krvácení. „Pak dochází oproti běžnému cyklu až k dvojnásobně vyšší ztrátě krve. Pokud nejsou tyto poruchy menstruačního krvácení dlouhodobě řešeny, dochází k anémii se všemi důsledky včetně

únavy a apatie,“ vysvětluje MUDr. Mário Bumbera.

Období menstruace je tak jedním z mnoha, kdy je potřeba dostatek železa věnovat zvýšenou pozornost. Jde totiž o stopový prvek, který je pro naše tělo nepostradatelný.

Má vliv na krvetvorbu, přispívá k tvorbě červených krvinek a tím se podílí na přenosu kyslíku v těle. Ovlivňuje i řadu dalších metabolických procesů. Jeho nedostatek může způsobovat již zmíněnou únavu a vyčerpání. Mezi další projevy patří například bolesti hlavy, bušení srdce a dušnost, vypadávání vlasů či pobledlá kůže.

Tělo dospělého člověka obsahuje přibližně 3,5 až 5 gramů železa a tento prvek potřebuje přijímat každý den. Ženy ve věku 15 až 50 let potřebují průměrně 15 mg železa denně. Výrazně vyšší nároky na železo má tělo ženy v době těhotenství.

## Železo a vitamin C

**Důležité však není jen množství železa obsaženého ve stravě, ale i jeho vstřebatelnost.**

- Nejlépe vstřebatelné je železo v takzvané dvojmocné podobě, která je obsažena hlavně v mase. Také rostlinná strava obsahuje velké množství železa, ačkoliv v hůře vstřebatelné trojmocné formě.

- Pokud jde o míru vstřebatelnosti železa v doplňcích stravy, patří k nejvyšším forma glukonátu železnatého. V této formě je železo obsaženo například ve Floradixu, kde jeho vstřebatelnost podporují i další látky, konkrétně vitamin C a výtažky z ovocných šťáv.

- Vstřebávání železa probíhá lépe, pokud spolu s ním konzumujete i zdroj vitamínu C. Vyhnete se čaji, kávě nebo mléku ihned po jídle, protože látky v nich obsažené obecně využitelnost železa snižují.



## Skončujte s únavou

**Ke snížení pocitu únavy a ospalosti přispívá železo. K jeho doplnění je ideální tekutý přípravek Floradix vyrobený podle tradiční receptury.**

### Proč je Floradix výjimečný?

- Obsahuje železo ve formě glukonátu železnatého, který je tělem velmi dobře absorbován.
- Vitamin C a ovocné koncentráty pomáhají s absorpcí železa.
- Ovocné šťávy dodávají příjemnou chuť.
- Obsahuje také vitamíny B1, B2, B6, B12, výtažky z bylin a med.
- Neobsahuje alkohol, laktózu, chemické konzervanty, barviva ani dochucovadla.



### Pro koho především je Floradix určen?

- Pro unavené ženy
- Těhotné a kojící ženy
- Děti v období růstu
- Rekonvalescenty
- Vegetariány

Floradix je k dostání v lékárnách, prodejnách dm a v síti drogerií TETA za doporučenou cenu 299 Kč.

# Roztoči – tráví s vámi noc i den

**Především pro zdraví alergiků je přítomnost roztočů nanejvýš nežádoucí. Jak jim jejich spokojené žití ale znepríjemnit?**

Ačkoli je nevidíme a často nevnímáme, jsou roztoči naši „nejoddanější“ společníci, kteří s námi tráví doma celé dny a celý život.

Roztoči jsou okem neviditelní členovci příbuzní pavoukům a klíšťatům. Pro alergiky představují největší nebezpečí roztoči obsažení v domácím prostředí, říká se jim roztoči bytového prachu. Jsou nejčastější příčinou alergie dříve obecně nazývané „alergie na prach“. Roztoči mají zakulacený tvar a dorůstají velikosti přibližně 0,1 mm. Průměrně žijí 20 – 40 dnů, během nichž po sobě každý jedinec zanechá více než 2000 částíček výkalů obsahujících silný alergen. Samička roztoče přitom

vyprodukuje 60 až 100 vajíček denně!

## OBLÍBENÁ POSTEL

Roztoči se živí především drobnými odlupky naší kůže. Nejlepší podmínky pro jejich růst představuje prostředí s teplotou 22 – 26 °C a relativní vlhkostí vzduchu 70 – 80 procent, naopak vlhkost pod 50 procent je pro ně až na výjimky nepříznivá. To vysvětluje, proč se jim nejlépe daří v našem lůžku. Každou noc uleháme se statisíci až miliony těchto neviditelných spolybydlících. V jednom gramu prachu z matrace, polštáře či peřiny se ukrývá až 15 tisíc roztočů! Nachází zde dostatek potravy, dýcháním a pocením sami zvyšujeme vlhkost v lůžku a vlastním tělem jim v noci topíme. Roztoči a především jejich alergeny se pak z lůžka přemísťují se vzduchem, který víříme při běžných činnostech, a šíří se dále bytem.

## PROČ JSOU NEBEZPEČNÍ

Roztoči způsobují nemoci svými alergeny, které jsou nejvíce obsaženy v jejich výka-



Roztoče ničí praní ve vodě nad 60 °C po dobu jedné hodiny.



Pod lupou 2x PROFIMEDIA.CZ

lech. Spojují se s většími částicemi prachu a rychleji se usazují na povrchy v domácnosti. Do lidského organismu se dostávají vdechnutím. Problémy roztočového původu často vznikají po ulehnutí do postele, při hraní dětí na postelích, pohovkách a kobercích, při luxování a úklidu. Alergie na roztoče přitom může způsobit vážné zdravotní potíže: chronický zánět dý-

chacích cest, průduškové astma, atopický ekzém nebo chronický zánět spojivek.

## ÚČINNÝ BOJ

Nepřítelem je pro ně sluneční záření, sucho a extrémní teploty – mráz či naopak horko nad 50 °C. Z toho vyplývají i doporučené postupy v boji proti roztočům – větrání lůžkovin, mrazení či sušení na slunci, častá výměna ložního

prádla i častější vysávání matrací i lůžkovin UVC antibakteriálním vysavačem se speciálním HEPA filtrem, tedy filtrem, který zachytí i ty nejdrobnější částice prachu. Proti slunečnímu záření, jež pro zahubení jen malého množství roztočů musí působit mnoho hodin, je to rychlejší a účinnější. Roztoče pak společlivě ničí i praní nad 60 °C po dobu jedné hodiny.

**raycop**  
UV-C antibakteriální vysavač

Trápí Vás alergie, astma, ekzémy?  
**Zabiják alergenů**

Raycop efektivně pomáhá s léčbou alergie, astma a ekzémů a řeší jejich příčinu. Je to jediný účinný vysavač vybavený UVC dezinfekční lampou pro úklid domácnosti s alergiky, astmatiky a malými dětmi. Zbaví Vás nebezpečných alergenů a výrazně zlepší Váš zdravotní stav. Bezchemicky vyčistí a vydezinfikuje matrace, lůžkoviny a další textilie od nebezpečných roztočů, bakterií, virů a plísní.



Raycop je schválen Britskou nadací pro alergie a otestován Univerzitou Karlovou v Praze. Lékaři doporučují pro alergiky a astmatiky

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

BLAKAR trading s.r.o., Azalková 1272, Jesenice - Horní Jirčany  
tel.: 606 839 644, 606 377 814, e-mail: info@blakar.cz



# Řepkový olej prospívá zdraví

**Zeleninový salát, majonéza, palačinky či těstoviny.** To všechno lze připravit s kvalitním řepkovým olejem a přitom zachovat zásady zdravé výživy.

Řepkový olej patří mezi jedničky mezi rostlinnými oleji. Díky vyváženému poměru omega-3 a omega-6 nenasycených mastných kyselin a nízkému obsahu nasyčených mastných kyselin je považován za velmi hodnotnou potravinu pro lidskou výživu.

V evropských zemích dává jí spotřebitelé řepkovému oleji výraznou přednost. V české kotlině je zatím postoj vůči řepce mírně skeptický, neboť zde stále převažuje předpoklad o problematických vlastnostech řepkového oleje.

Nicméně za posledních pětadvacet let dosáhla šlechtitelská práce výrazného pokro-

ku a omezila negativní vlastnosti řepkového oleje na minimum. Moderní odrůdy řepky tak poskytují kvalitní olej, který dokáže konkurovat dokonce i svému olivovému protějšku.

Tuky hrají nepostradatelnou úlohu ve výživě lidí a nelze je jednoznačně rozdělit na dobré a špatné. Ovšem můžeme si dovolit je rozdělit na tuky více či méně vhodné pro zdravou výživu.

Součástí každého jídelníčku jsou jak nasycené mastné kyseliny, tak kyseliny nenasycené. Nasycené mastné kyseliny se vyskytují především v živočišných produktech, ztužených rostlinných tucích, náhražkách čokolády a podobně.

Při jejich štěpení dochází k uvolňování mnohem většího množství energie než u nenasycených mastných kyselin, a způsobují proto energetickou nerovnováhu v organismu.

Na druhou stranu jsou nedílnou součástí fyziologických procesů organismu, jako je třeba syntéza hormonů.



Řepkový olej je stále žádanější. Žlutých polí po celé zemi je každoročně velké množství. MAFRA

Oproti tomu nenasycené mastné kyseliny jsou součástí většiny rostlinných olejů. Ve vhodném poměru mají pozitivní vliv na odbourávání cholesterolu z organismu a správnou činnost kardiovaskulárního systému.

Patří mezi ně krom jiných také esenciální mastné kyseliny omega-3 a omega-6, které

lidský organismus neumí vyrobit, a proto je musíme přijímat potravou.

Tyto mastné kyseliny mají význam pro pružnost buněčných membrán, například srdečních cév.

V řepkovém oleji Rapso tvoří asi třicet procent právě omega-3 a omega-6 nenasycené mastné kyseliny, a to nejlé-

pe v ideálním poměru dvě ku jedné.

Tvoří tak stabilní komplex nenasycených mastných kyselin pro naši výživu. Díky šetrnému zpracování si řepkový olej zachovává vysoký podíl vitamínu E. Má neutrální chuť a můžete jej použít jak ve studené, tak také v teplé kuchyni.

# Rapso®

- vysoce hodnotný olej pro zdravou výživu
- 100% čistý řepkový olej šetrně lisovaný
- vhodný do salátů, na vaření, pečení a fritování
- dlouhodobé obchodní smlouvy s vybranými rakouskými pěstiteli

čistý řepkový olej z Rakouska

Další informace si můžete vyžádat u VOG, s.r.o., Všechnomy 43, 251 63 Strančice, tel.: 323610511 nebo na [www.vog.cz](http://www.vog.cz)

## Impuls pro Metro

## Budte fit s Petrem Havlíčkem

I ke genetickým předpokladům je třeba přihlížet.

Některé genetické předpoklady jsou na první pohled zjevné, například stavba těla. Nejen výška, ale třeba také robustnost kostry a míra osvalení. Další ale tak viditelné nejsou. Třeba předpoklady pro sport, zda je člověk vybaven ke zvládnutí dlouhodobé intenzivní zátěže, je spíše vytrvalec podílem svalových vláken, nebo silově dynamický sportovec. Genetika nám může trochu napovědět,

ale samozřejmě své předpoklady je třeba rozvíjet. Pokud je necháme zakrtnout, tak se nikdy nerozvinou. Je to takový návod, kam třeba směřovat v rámci svých sportovních aktivit nebo svého stravování.

Poslouchejte každou sobotu v 6.50 a 8.50, neděle v 7.40 a 9.40 na Rádiu Impuls.



# Bojujte proti kašli bylinkami

**Kašel provází větší respiračních onemocnění. Ten akutní je z 90 procent vyvolán virovými infekcemi, které stojí za záněty průdušek hlavně u dětí.**



Také tytián je jednou z účinných bylinek.

PROFIMEDIA.CZ

Na trhu existuje řada přípravků, které kašel léčí. Pro suchý kašel jsou určeny přípravky tlumící, pro vlhký kašel pak ty, co usnadňují vykašlávání. Ale jde to i přírodní cestou. Existuje řada bylinek, které mají na kašel příznivý dopad.

Mezi nejznámější patří jitrocel. Odedávna se používá na všechny druhy kašle, astma, záněty průdušek, zápaly plic, tubery, ale i další neduhy. Slizy v něm obsažené mají protektivní a sekretolytický účinek, při dráždivém kašli podporuje vykašlávání a uvolňuje hleny. Většinou se pil odvar nebo šťáva, dnes je znám spíše ve formě sirupu.

Mezi další bylinky patří tytián. Obsahuje účinnou látku thymol, která má za následek rozpouštění hlenu v průduškách a následně vykašlávání, čímž se průdušky čistí a dezinfikují.

Podobné účinky má i mateřídouška obecná. Nálev z její natě se používá jako léčebný

prostředek a vhodný zdroj tekutin při katarrech horních cest dýchacích. Zároveň se používá ve formě kloktadel, obkladů či koupelí při léčbě zánětlivých onemocnění kůže a sliznic a drobných poranění.

Výborně zbavuje hlenů při kašli i lékořice lysá. Když jsme byli děti, babička nám vařila podbělový med. Byl dobrý, sladký a babička nás nemusela ani moc přemlouvat. I podbělem se léčí choroby dýchacích cest, jako je kašel, chrapot a záněty.

Méně známý je plicník. Obsahuje řadu účinných látek, jako jsou třísloviny, saponiny, flavonoidy, vitamín C či minerální látky. Usnadňuje vykašlávání a má protizánětlivé a dezinfekční účinky.

Také dobromysl neboli ore-gano léčí kašel a bronchitidu.

Kromě toho ale také zažívácí a střevní potíže nebo nadýmání, pozitivní vliv má i na nervový systém a bolesti hlavy.

Podobné účinky má i fenýkl. Užívá se při astmatu či při černém a dusivém kašli, ale pomáhá i při střevních obtížích. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

### Jak na bylinky

Čaje, výluhy, odvary... To vše se dá vyrobit z rostlin, které dokážou léčit.

- Bylinné přípravky a sirupy, které koupíte v lékárnách, jsou obvykle ze směsí.
- Je potřeba dodržovat správné dávkování a přípravu.
- Ověřte si možnost kombinace bylinek s klasickými léky.



## PŘIJĎTE SI ZACVIČIT JÓGU

Zvýhodněné vstupy na lekce až o 50%



www.dum-jogy.cz

Anděl  
Ostrovského 11/16

Chodov  
Hráského 2231/25

Vinohrady  
Jana Masaryka 6

Zvýhodněné vstupné platí od 29. 11. 2015 do 6. 1. 2016

**STODAL**  
léčba kašle

Nyní za akční cenu **119 Kč**  
v síti lékáren Dr. Max\*.  
**Ušetříte až 30 Kč.**

- šetrný sirup rostlinného původu
- účinný na všechny typy kašle
- 200 ml balení za výhodnou cenu

STODAL, sirup. Lék k vnitřnímu užití. Před použitím čtěte pozorně příbalovou informaci. Použití tohoto tradičního rostlinného léčivého přípravku je založeno výlučně na zkušenosti z dlouhodobého použití.

**BOIRON®**

www.stodal.cz

\* platnost akce od 1. 11. do 30. 11. nebo do vyprodání zásob

# Brýle. Jak si je vybrat

Podle odborníků by měl každý druhý člověk v Česku nosit brýle. Vhodně zvolené obruby podtrhnou a zdůrazní vaši osobnost. Na každodenní nošení doporučuje Petr Průša, hlavní obchodní zástupce společnosti Omega Optix pro brýlové obruby, zvolit pohodlné brýle, které se jak kvalitou zpracování, tak nadčasovostí designu stanou součástí osobnosti nositele.

## 1. Obruby volte dle účelu i svého barevného typu

Jiné brýle zvolíte při práci v bance, jiné při práci v baru. Berte také ohled na barvy, které nejčastěji nosíte, a zamyslete se, jak se bude jejich

barva kombinovat s dalšími prvky. Pokud brýle zamýšlíte nosit každý den, vyplatí se vsadit na konzervativnější model, který se neokouká.

## 2. K výběru obrub si přizvěte partnera či kamarádku

Stejně jako u výběru šatů je občas lepší vyslechnout si názor někoho třetího, kdo se nebojí být upřímný. Rád vám ale poradí i odborný personál.

## 3. Hlídejte si rozměry brýlí

Pokud nebude horní okraj lícovat s obočím, riskuje nositel výraz stále udiveného člověka. Obvyklou chybou také bývá, že se dolní okraj dotýká pleti. Příliš široké obroučky

mohou navozovat retro image. Příliš malé brýle mohou obličej opticky zvětšit.

## 4. Nebuďte otrokem módy, vsaďte na nadčasovost

Pokud mají být brýle součástí image a doplnit vaši osobnost, nemohou být pouhým módním doplňkem na jednu sezonu. Příkladem může být sportovní elegance brýlových obrub Crocs.

## 5. Obruby volte tak, aby ladily s brýlovými čočkami

Nechte si od optometristy či optika poradit, jaký typ obrub se k brýlovým čočkám hodí. Jen tak si budete moci užít krásný výhled na svět.

# Imunita. Nezapomeňte ji adekvátně posilovat

Při sychravém počasí, které klade na imunitu zvýšené nároky, si zaslouží pozornost.

Oslabený imunitní systém totiž umožňuje častější výskyt nemocí, pomalejší léčbu a představuje riziko vzniku vážných chorob. Nepříjemná je také skutečnost, že vytváří prostor pro usazení zánětu v těle, které s ním v tu chvíli není schopno bojovat. Přitom zánět často v těle působí

dlouhou dobu nepozorovaně, ale přitom páchá rozsáhlé škody, které mohou vyústit v závažná onemocnění.

Lidé s oslabenou imunitou by se měli vyhýbat rizikovým místům. Pro podporu imunity vyzkoušejte speciální přípravky, například Imunitin, který obsahuje komplex přírodních látek. Tou nejdůležitější je kobyly mléko, které je podobné mateřskému mléku.

Užijte si život bez brýlí

**Sleva 12.000,- Kč na laserovou operaci NeoSMILE 3D**

Tento kupón předložte na recepci kliniky. Sleva platí při operaci obou očí a nelze ji kombinovat s jinými slevami. Akce platí do 31. 1. 2016.

+420 775 858 700  
www.neovize.cz  
**NeoVize**  
Oční klinika Brno

+420 777 643 020  
www.duovize.cz  
**DuoVize**  
Oční klinika Praha

### Jak o brýle pečovat

Když už máte vybrané brýle doma, můžete prodloužit jejich životnost vhodnou péčí.

- K manipulaci s brýlemi se hodí obě ruce. Strhávání se na nich negativně podepíše.
- Samozřejmostí by mělo být ukládání brýlí do pouzdra k tomu určeného. Dětem porďte atraktivní pouzdro, které si oblíbí.
- Obroučkám nesvědčí, když je položíte na rozpálenou palubku auta nebo když si je vezmete do sauny.
- Povrchová vrstva brýlových čoček obsahuje různé filtry a úpravy. Neprospěje jí ani mořská voda, ani lak na vlasy.
- Brýle čistěte ideálně mikrovláknovou utěrkou, kterou nabízejí v každé optice.

## „JÓGA POD MIKROSKOPEM“

Jóga je dnes celospolečenským fenoménem, ale možná nevíte, že i vědci zjistili, že má příznivý vliv na naše zdraví.

**1. PRODLUŽUJE ŽIVOT** Kdykoliv se rozdělí buňka, zkrátí se koncové výběžky na špičkách chromozomů (tzv. telomerech) a podle jejich délky můžeme odhadnout stáří buňky i člověka. Telomery však mohou vypadat ve stejném věku různě, protože podléhají různým vlivům - a tím hlavním je chronický stres. Zmírnění stresu pak může biologické hodiny zpomalit nebo i zvrátit - a jóga je svými účinky mezi předními aktivitami, kterými toho lze dosáhnout.

**2. BUDETE ZDRAVÍ** Lidé cvičící jógu podléhají méně často onemocněním a virovým infekcím. Cvičení má totiž podle norského výzkumu prakticky okamžitý dopad na aktivitu imunitních buněk.

**3. ZLEPŠUJE SEXUÁLNÍ ŽIVOT** Cviky jógy prokrvují pohlavní orgány, stimulují žlázy s vnitřní sekrecí a zbavují úzkosti, která někdy stojí za naší nechutí či únavou.

**4. JE LEPŠÍ NEŽ LÉKY NA VYSOKÝ TLAK** Pravidelné cvičení jógy dokáže v průměru snížit systolický krevní tlak o 11,52 milimetru a diastolický tlak o 6,83 milimetru, což je srovnatelné s užíváním léků na hypertenzi.

**A hlavně - jóga přináší klid a uvolnění. Co si přát více...**

# STOP PADÁNÍ VLASŮ

Je velmi obtížné se v dnešní době velkých reklam orientovat tak, aby byl kupující absolutně spokojen. Za kvalitu a účinnost výrobků firmy SENS však hovoří velký ohlas spokojených klientů, kteří si nemohou vynachválit zejména přípravek na podporu růstu vlasů. Proto jsme se zeptali zástupců firmy SENS, aby nám sdělili něco bližšího o svých výrobcích.

**R: Prosim Vás, můžete nám říct něco bližšího o Vašich výrobcích, týkajících se růstu vlasů, na něž je v současné době takový ohlas?**

S: Naše firma se zabývá distribucí léčebné kosmetiky australsko-maďarské firmy zn. THERMAL. Všechny výrobky samozřejmě prošly klinickou atestací.

**R: Co říkáte neuvěřitelnému ohlasu zejména na výrobek, který podporuje růst vlasů?**

S: Tento výrobek je připraven výlučně na přírodní

bázi. Obsahuje minerální látky, proteiny, víno, včelí produkty, olej z kukuřičných klíčků, vitaminy E, D, B a jiné přírodní látky. Výsledky jsou, jak jste podotkl, téměř neuvěřitelné.

**R: Jak se Vaš přípravek aplikuje?**

S: Aplikace je velmi jednoduchá. Jedna kúra se skládá ze dvou částí - a to z 2 ks krému TH, který se vtírá k vlasovým kořínkům, a 1 ks šampónu TH, kterým se vlasy po 20 minutách působení krému umyjí. U těžších případů u mužů i žen někdy doporučujeme absolvovat více těchto kompletních kúr. Přesný návod k použití je přiložen u každého z výrobků.

**R: A poslední otázka - kde lze zakoupit Vaše výrobky a v jakých cenových relacích?**

S: Jelikož v současnosti nejsou výrobky běžně k dostání v lékárnách, může si každý zákazník přípravky koupit nebo objednat u firmy SENS - 697

01 Kyjov, Komenského 606, tel.: 518 615 091 a to TH krém za 330 Kč a TH šampón také za 330 Kč, jedna kúra za 990 Kč.

**R: Děkuji za rozhovor a přeji mnoho úspěchů. připravil M.K.**

www.thermal-sens.cz





**LÁZNĚ LIBVERDA, a. s.**

Lázně Libverda č. p. 82

Hejnice 463 62

objednavka@lazne-libverda.cz

tel.: 482 368 101-102

mobil: 731 957 326



# LÁZNĚ LIBVERDA

**VÁNOČNÍ TÝDEN 23. 12. - 28. 12. 2015**

**5.900 Kč / 6 dní / os.**

léčebný pobyt s polopenzí + 3 léčebné procedury  
1x taneční večer, slavnostní štědrovečerní večeře

**SILVESTROVSKÝ TÝDEN**

**28. 12. 2015 - 2. 1. 2016**

**6.850 Kč / 6 dní / os.**

léčebný pobyt s polopenzí + 2 léčebné procedury  
1x taneční večer, silvestrovská oslava a novoroční oběd

**LÉČEBNÝ POBYT „POHYBOVKY“**

~~DŘÍVE 10.599 Kč / os. / 6 dní~~

**NYNÍ 40% SLEVA!** - cena již od **6.355 Kč / os. / 6 dní**  
polopenze, lékařská vstupní prohlídka + 15 léčebných  
procedur dle doporučení lékaře

**SINGL-POBYT**

**4.176 Kč / 5 dní / os.**

léčebný pobyt s polopenzí + 12 léčebných procedur

**MIMOŘÁDNÁ NABÍDKA**

**7.380 Kč / 6 dní / 2 os.**

léčebný pobyt s polopenzí + 5 léčebných procedur  
+ 5 léčebných procedur z á la carte



**Láhev perlivého vína zdarma  
ke každému pobytu při  
předložení tohoto inzerátu.**

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

# Do Česka vtrhnou výprodeje

**Davy lidí obsadí obchody. Na černý pátek nabídnou velké slevy.**

Do výprodejů na takzvaný černý pátek se letos poprvé zapojí v Česku také velké obchodní řetězce jako Datart či Tesco, zatímco v posledních letech slevy nabízely hlavně e-shopy. Například Alza.cz slevové akce spustila již včera.

Tuzemští obchodníci, kteří se výprodejů zúčastní, slibují na pátek slevy v řádu desítek procent. Tuzemské obchody s elektronikou Datart letos na černý pátek chystají poprvé speciální nabídku zboží se slevami až 50 procent. „Vzhledem k mimořádně zajímavé nabídce očekáváme nápor zákazníků, proto posílujeme po-

čet zaměstnanců jak v našich prodejnách, tak v logistice,“ řekla mluvčí prodejny Iva Pavlousková. Také řetězec Tesco se letos poprvé připojí k Black Friday. Velký výprodej bude probíhat ve všech hypermarketech. „V nabídce bude sortiment bytových doplňků a elektronika, jako jsou například chytré telefony, tablety, televizory nebo kávovary,“ potvrdil mluvčí řetězce Václav Koukolíček s tím, že slevy budou i více než 50 procent.

„Plánujeme slevy v řádu desítek procent, maximální sleva z maloobchodní ceny se může pohybovat kolem 70 procent,“ uvedl manažer produktového marketingu e-shopu Kasa.cz Petr Štursa. Akci Black Friday obchod chystá od pátku do neděle. Prodejny iStyle letos opět nabídnou slevy na produkty a příslušenství značky Apple. **ČTK**

## Nákupní šílenství jako ve Spojených státech

Nákupní svátek Black Friday je synonymem obřích slev a starým vánočním nákupním horečkám.

- Probíhá vždy v pátek po Dni díkůvzdání a obchody otevírají velmi brzo, některé už ve čtyři ráno. Označení „černý pátek“ zřejmě vzniklo v 60. letech minulého století jako popis komplikací, jimž museli řídit a policisté čelit kvůli výjimečně silné dopravě způsobené náporom nakupujících.

- Black Friday je v kamenných obchodech v USA, Kanadě

a Británii spojen také se zábavou a nákupním šílenstvím. V určitou hodinu jsou zákazníci vpuštěni do obchodu a soustředěni mezi sebou o to, kdo rychleji doběhne k zboží v akci, jehož počet je limitován.

## České e-shopy

- Na **Alza.cz** jedou slevy po celý tento týden. Zákazníci mohou vybírat ze 44 tisíc položek. Některé se slevou až 80 procent. **Mall.cz** startuje výprodeje ve čtvrtek. I tento obchod některé výrobky zlevní o 80 procent.



## „Porcuje mě fér,“ říkal medvěd k dotacím

Několik středočeských starostů včera dorazilo před krajský úřad na pražský Smíchov. Demonstrovali proti údajnému nespravedlivému rozdělování dotací. Tvrdili, že kraj přiděluje peníze obcím podle politické příslušnosti. Hejtman Miloš Petera (ČSSD) naopak míní, že kraj dodržuje zákon a přidělování dotací je transparentní. Starostové tvrdí, že stamiliony tečou jen do obcí, v nichž vládne ČSSD a KSCM. Například malé vesnice Olovnice, Nová Ves a Radovesnice, které vedou nezávislí starostové, nedostaly za poslední čtyři roky ani korunu. Přitom tam potřebují dostavět kanalizace, opravit silnice nebo postavit byty pro seniory. Ovšem obcím vedeným sociálními demokraty a komunisty kraj proplácí nová hřiště, naučné stezky nebo infocentra. Opozice mluví o pokračování trendu, který začal David Rath. **ČTK**

## Kurzy

	<b>EURO</b>	27,02
	<b>DOLAR</b>	25,42
	<b>LIBRA</b>	38,47
	<b>NAFTA:</b>	28,92
	<b>NATURAL:</b>	29,61

## Zprávy krátce

### České pivo v Číně

Společnost Pivovary Lobkowicz, jejímž majoritním akcionářem je čínská skupina CEFC, doufá, že v nejbližších dnech získá v Číně další zakázky. Nyní tam už vyváží tisíce hektolitřů piva, ale chce několikrát násobně vyšší objemy.

### Kvalita benzínu

Česká obchodní inspekce v říjnu při kontrolách pohonných hmot zachytila jen dva nekvalitní vzorky benzínu a nafty. Kontrolovala u čerpacích stanic 216 vzorků paliv. Kvalita pohonných hmot se tak zlepšila, výrazně LPG. **ČTK**

## RegioJet. Na Slovensku ne

Český soukromý dopravce RegioJet ukončí příští rok provoz svých dálkových vlaků mezi Bratislavou a Košicemi. Společnost tento krok odů-

vodnila údajně nekalou konkurencí slovenského státního dopravce ZSSK, proti které nezakročil tamní ministr dopravy Ján Počiatek.

RegioJet tvrdí, že neziskový ZSSK šel po jeho příchodu na Slovensko s cenami ještě níž. Podle něj bylo cílem zničit konkurenta. **ČTK**

INZERCE

## S naší půjčkou máte měsíc na rozmyšlenou

Do 30 dnů ji můžete vrátit **bez jakýchkoli úroků a poplatků**. Nezaplatíte tak ani korunu navíc.

Půjčme vám **od 10 000 Kč do 180 000 Kč**.

**Zavolejte si zdarma** o telefonní půjčku na nonstop linku **800 261 111**



## Zprávy krátce

## Blog v knize

V pátek se od 16.30 v Paláci knih Luxor na Václavském náměstí uskuteční křest knihy Marie Doležalové Kafe a cigárko. V knize najdete příspěvky ze stejnojmenného zpěvaččina blogu a další bonusy. Kmotrem bude herec Ivan Trojan. Součástí akce bude i autogramiáda.

## Deset let s Karlem Šípem

Talkshow baviče Karla Šípa je na obrazovkách k vidění už deset let. Za tu dobu si udržuje průměrnou sledovanost kolem milionu diváků, nejúspěšnější silvestrovský speciál v roce 2011 viděly dva miliony lidí.

## Zastávka v Česku

Britská rocková skupina The Cure se příští rok vydá na evropské turné, které obsáhne tři desítky koncertů v sedmnácti zemích. Jedním z nich bude i vystoupení v pražské O2 areně, které se uskuteční 22. října 2016. Vstupenky budou v prodeji od čtvrtka. **IBE, idNES.cz**

## Hapka. Rok od smrti připomene koncert

Zítřejší uplyne rok od smrti skladatele Petra Hapky, který podlehl Alzheimerově chorobě. Osud hudebnímu skladateli dlouhá léta nastavoval přívětivou tvář. Úspěšný autor filmových melodií i populárních hitů byl známým „lvem salonů“ a jeho partnerky bývaly mladší o generaci i víc.

„Hudba je jen jedna. Někdo ji dělá lépe, někdo hůř, to je všechno,“ prohlášoval. Hudbou si jej také jeho nejbližší spolupracovníci v čele s textařem Michalem Horáčkem při-



Petr Hapka MAFRA

pomenou večerním koncertem v O2 areně. **IBE a ČTK**

## Colours. Do Vítkovic dorazí ANOHNÍ

První potvrzenou hvězdou příštího ročníku mezinárodního hudebního festivalu Colours of Ostrava je projekt Antony and the Johnsons, který pod novým jménem ANOHNÍ přiveze speciální koncertní vystoupení založené na připravovaném albu Hopelessness. Patnáctý ročník Colours of Ostrava proběhne od 14. do 17. července v industriálním areálu Dolních Vítkovic. V prodeji jsou v tuto chvíli čtyřdenní vstupenky za 1990 korun. **MET**

## Kouzelná chůva je tu

Muzikálovou Mary Poppins uvidíte jen do Vánoc.



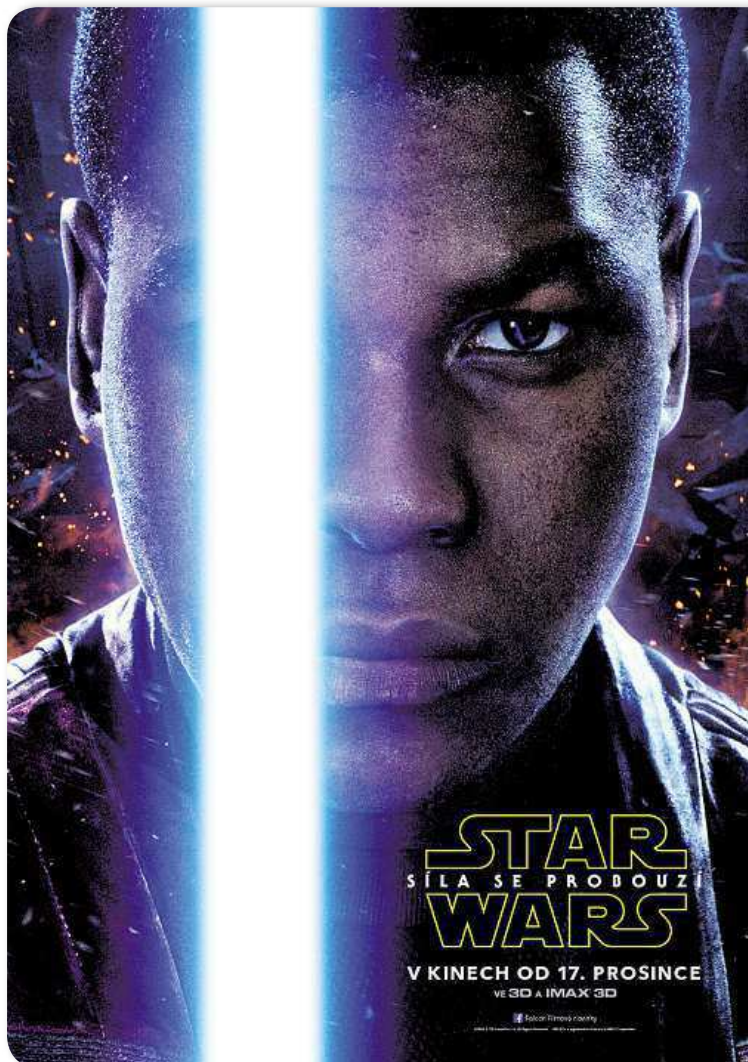
Alena Antalová ARCHIV

Chůva Mary Poppins napřed okouzila filmové diváky včetně slavného muzikálového producenta Camerona Mackintoshe, který ji převedl do muzikálové podoby. Ta slaví úspěchy i v Česku.

Příběh se odehrává v Londýně na konci 19. století a jeho hrdinkou je mimořádná chůva Mary Poppins, která se zjeví na přání malých dětí Banksových, jimž rodiče nevěnují příliš pozornosti. Tato dokonalá vychovatelka s kouzelnými schopnostmi prozáří jejich dětský svět hravostí, svobodou a fantazií a zcela převrátí přísný řád Banksovic domu natolik, že nakonec dokáže proměnit i samotné rodiče.

Obnovenou premiéru zpracování v podání Městského divadla Brno můžete až do 20. prosince vidět v pražském divadle Hybernia. V hlavní roli se představí Alena Antalová, Johana Gazdíková nebo Radka Coufalová, které při některých scénách i létají nad diváky. **IVETA BENÁKOVÁ**

INZERCE



## VELKÁ SBĚRATELSKÁ EDICE STAR WARS

OD 1. 12. DO 5. 12.

Exkluzivně v České republice

5

VELKOFORMÁTOVÝCH  
plakátů a soutěž o ceny  
[www.idnes.cz/starwars](http://www.idnes.cz/starwars)

DNES





## Adele jede

Nové album britské zpěvačky Adele nazvané 25 nejspíš zlomí rekordy prodejů, protože jen za první den od pátečního představení si ho v elektronické i klasické formě pořídily téměř dva miliony lidí. Obsadilo prakticky okamžitě žebříčky nejprodávanějších alb v mnoha zemích světa včetně domovské Británie.

AP

# Modrý pták zlidštel

Po více než sto letech se na repertoár Národního divadla vrátila hra francouzsky píšícího Belgičana Maurice Maeterlincka.

Modrý pták je snovým příběhem dvou dětí putujících za modrým ptákem jako symbolem štěstí. Zrežíroval ji Štěpán Pácl, nová posila zdejšího souboru, který ve své tvorbě inklinuje k neprávem pozapomenutým poetickým textům světové, ale i české dramatiky a snaží se je zpřístupnit současným divákům. V případě Modrého ptáka se mu podařilo společně s dramaturgem Janem Tošovským převést myšlenkově komplikované symbolistní podobenství do formy kouzelné pohádky, aniž by však původní předlohu vulgarizoval či nějak zásadně přepisoval. Důležitou úlohu v jeho inscenaci hraje i humor.



Pácl se ve své inscenaci opět opírá o herce.

PAVEL NESVADBA

Pácl se ve své inscenaci tradičně opírá o herce. Do ústřední dvojice sourozenců Mytyl a Tylytla obsadil Pavlína Storkovou a Filipa Kaňkovského. Ti nejprve v nadrozměrných pyžamech, poté ve slušivých vycházkových šatech připomínajících módu třicátých let srší zvidavostí, navitou a ryzí dětskou upřímností. Ani na okamžik se nepitvoří. Obdobně se daří hercům v rolích jejich průvodců – Pavlu Bařkovi jako lokajsky přítulnému psovi v padnoucí uniformě s bílými rukavičkami, Sašovi Raši-

lovovi jako falešně úlisnému kocourovi v černém obleku s velkorysým kožesinovým límcem, cylindrem a hůlkou či Radúzi Máchovi, který představuje v bílých krajkových šatech a paruce s kadeřemi cukr. Nutno podotknout, že na preciznosti každé z postav dodávají důvtipné kostýmy – stromy v lese vypadají jako sbor moudrých, leč ješitných starců s dlouhou bílou kšticí, nenarozené děti v království budoucnosti zase jsou modří parašutisté s padáčky připravení k seskoku do života.

### Modrý pták

Premiéry: 19. a 20. listopadu.  
Reprízy: 3., 18. a 27. prosince  
ve Stavovském divadle

• autor: Maurice Maeterlinck  
překlad: Šárka Belišová  
a Alena Morávková  
režie: Štěpán Pácl  
scéna: Andrej Ďurík  
kostýmy: Iva Němcová, Lucie Škandíková, T. Kopecká  
dramaturgie: Jan Tošovský  
hudba: Jakub Kudláč



Vkusně se podařilo inscenátorům aktualizovat i obraz zahrady štěstí, kde vypasení šťastlivci shromáždění u nákupního vozíku konzumují všelijaké dobroty a Maeterlinckovými slovy „jsou šťastni i proti své vůli“.

Modrý pták v Národním divadle se snešl ze symbolistních výšin, zlidštel, což mu ale neubírá na výrazu ani na moudrosti. Je ideální inscenací pro rodiny s dětmi, aniž by upřednostňoval jednu či druhou věkovou kategorii. **MARCELA MAGDOVÁ**

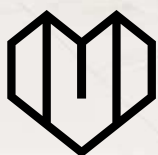
INZERCE

## zelená od Pražanů

Děkujeme Vám všem, kteří jste doposud podpořili náš projekt Pro lepší město a tím vyjádřili, že Vám není lhostejný vzhled Prahy.

Díky Vám se podařilo za pouhých 14 dní nasbírat téměř 10 000 podpisů na petici a další hlasy v internetové anketě.

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



pro lepší město

Vaše podpora nás utvrdila, že diskuze o podobě našeho hlavního města má smysl. Vy ji chcete a my v ní chceme pokračovat.

Uvítáme Vaši podporu v anketě na [www.prolepsimesto.cz](http://www.prolepsimesto.cz) nebo Vaše podněty, názory a připomínky na emailové adrese [info@prolepsimesto.cz](mailto:info@prolepsimesto.cz)



**Sudoku**

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

**Napište svou bublinu**



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



**Počasí**

<b>DNES</b>  Min. 0 Max. 4	<b>ZÍTRA</b>  Min. 0 Max. 4	<b>ČTVRTEK</b>  Min. 1 Max. 5	<b>PÁTEK</b>  Min. 0 Max. 4
-------------------------------------	--------------------------------------	--	--------------------------------------

**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:** 16,6 °C  
**Rok výskytu:** 1984

**Kvíz**

- První křížovou výpravu svolal papež Urban II. ve francouzském Clermontu v roce:  
**a) 1095**  
**b) 1195**  
**c) 1295**
- Žižkovský vyslač v Praze je vysoký 216 metrů, byl vystavěn v sadech, které se jmenují:  
**a) Sv. Čecha**  
**b) Žitkovy**  
**c) Mahlerovy**
- Adenotomie je chirurgický výkon, při kterém vám lékař odstraňuje většinou v anestezii:  
**a) slepé střevo**  
**b) nosní mandle**  
**c) bradavice**
- První díl seriálu Chalupáři s herci Jiřím Sovákem a Josefem Kemrem měl premiéru před:  
**a) 30 lety**  
**b) 40 lety**  
**c) 50 lety**
- Československý prezident v letech 1968 až 1975 byl generál a politik, který se jmenoval:  
**a) Antonín Novotný**  
**b) Ludvík Svoboda**  
**c) Emil Hácha**

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

**ČT1**

- 14:00 Soudkyně Amy III
- 14:45 To je vražda, napsala II
- 15:30 Vraždy na severu
- 16:20 Prášky
- 16:40 Cestománie
- 17:15 AZ-kvíz
- 17:40 Černé ovce
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 Míň je víc
- 18:55 Události za okamžik a počasí
- 19:00 Události
- 19:50 Branky, body, vteřiny
- 20:00 StarDance VII... kolem dokola



20:05 **Nemocnice na kraji města - nové osudy (12/13)**  
 Seriál (ČR, 2008). Potěší doktoru Čenkovou nabídka k sňatku? Může Karolína ohrozit svatbu Arnošta s Lindou? Hrají: E. Balzerová, J. Abrahám, S. Rašilov, O. Brousek a další

- 21:05 Komíci na jedničku
- 21:59 Výsledky losování šťastných 10 a Euromilliony
- 22:00 Opožděná vražda
- 23:00 Na stopě
- 23:25 Otec Brown
- 00:15 AZ-kvíz
- 00:35 Toulavá kamera
- 01:05 Pohádková Dobříš
- 01:25 Zajímavosti z regionů
- 01:50 13. komnata Gabriely Vránové

**ČT2**

- 13:50 Bitva o Iwodziimu kamerou Billa Genausta
- 14:45 Starověký Řím (3/6)
- 15:40 Neznámá válka (2/5)
- 16:35 Pohledy z vesmíru
- 17:25 Tajemná hlubina s Robertem Ballardem
- 18:15 Bedekr II
- 18:45 Večerníček
- 18:50 České stopy v rostlinné říši Latinské Ameriky
- 19:10 Divnopis
- 19:20 Kanadská soda
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



20:00 **Velká vlastenecká válka: Útok na západ**  
 V lednu 1945 začalo poslední krvavé dějství nebyvalého dramatu. Rudá armáda udeřila jako bůh pomsty na samotnou třetí říši

- 21:00 Stále spolu
- 22:15 Pravidla lži  
 Thriller (ČR, 2006)
- 00:15 Věžem v cizině (5/10)
- 01:00 Vzdelaná blízka
- 01:55 Pološero - Když se nechce žít
- 02:20 Příliš málo prezidentů
- 02:45 Přísně tajné vraždy
- 03:00 Pešky a na křídlech
- 03:15 Zrezivělá krása
- 03:40 Na hranici tradic
- 04:05 Kouty
- 04:25 Hranice bez hranic

**NOVA**

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:30 Tescoma s chutí
- 12:40 Můj přítel Monk III (6)
- 13:35 Odložené případy V (2)
- 14:35 Námořní vyšetřovací služba V (4)
- 15:35 Ordinance v růžové zahradě 2 (407)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Mentalista (9)
- 18:25 Ulice (2922)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



20:20 **Ordinance v růžové zahradě 2 (613)**  
 Seriál (ČR, 2015). Tomáš má důvod ke strachu: René a Bára nastupují do nemocnice. Monika shání chlapa pro smolařku Ladu. Hrají: Z. Adamovská, P. Rychlý, J. Censký, D. Morávková a další

- 21:35 Víkend
- 22:40 Zákon a pořádek: Útvar pro zvláštní oběti XV (12)
- 23:30 Černá listina II (2)
- 00:25 Mentalista (9)
- 01:15 Námořní vyšetřovací služba V (4)
- 02:00 Novashopping
- 02:15 Atentát (6)
- 03:50 Ordinance v růžové zahradě 2 (407)

**PRIMA**

- 12:30 Policie Hamburg II (7)
- 13:30 Komisař Rex II (3)
- 14:40 Castle na zabití II (9)
- Miluj mě k smrti. Krimi-seriál (USA, 2009)
- 15:35 Rosamunde Pilcherová: Růže v bouři  
 Romantický příběh (N, 1999)
- 17:30 Odpolední zprávy
- 17:50 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimi zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 TOP STAR



20:15 **Cesty domů III (355)**  
 Rodinný seriál (ČR, 2015). Domov je tam, kde na nás čeká láska. Rudolf taktik ustojí infarkt. Andrej chce od Honzy, aby našel něco na inspektora Hlaváčka. Sváťa pomoci malé lži usmíří kamarády. Hrají: A. Švehlík, M. Plánková, J. Štěpnička, J. Janěková, P. Štěpán, I. Chmela a další

- 21:35 Očima Josefa Klímy
- 22:20 Ano, šéfe!
- 23:40 Show Leoše Mareše
- 00:40 Kriminálka Stuttgart V (22)
- 01:40 Spravedlnost v krvi III (17)
- 02:40 Taková normální
- Američané (11)
- 03:35 Spravedlnost v krvi V (11)

**PRIMA COOL**

- 12:50 Jmenuju se Earl IV (6)  
 S jiskrou v oku a písní na rtech. Komed. seriál (USA, 2008)
- 13:20 Simpsonovi XIII (17-20)
- 15:20 Teorie velkého třesku III (21)  
 Plimptonovská stimulace. Sitcom (USA, 2010)
- 15:50 Futurama VII (2)  
 Anim. seriál (USA, 2010)
- 16:20 Boiči mýtů VI (15)
- 17:25 Grimm III (19)
- 18:20 Simpsonovi XIII (21, 22)
- 19:20 Simpsonovi XIV (1, 2)



20:15 **Top Gear XXII (8)**  
 Nejslavnější motoristický magazín světa, který pravidelně sleduje tři sta milionů diváků. Vizualně působivé představení vozů je doprovázeno odlehčeným komentářem, který zaujme nejen technické nadšence

- 21:55 Teorie velkého třesku III (22)
- 22:25 Partička
- 23:10 Cesty k úspěchu
- 23:20 Předvečer zkázy (1/2)  
 Katastrof. film (USA, 2013)
- 01:20 Partička
- 02:05 Živi mrtvi IV (7)  
 Horor (USA, 2013)
- 02:50 Grimm III (19)
- 03:35 Živi mrtvi IV (7)
- 04:15 Vyjimeční II (5)

**ÓČKO**



- 06:00 Dotykáč
- 06:05 Ranní fresh
- 07:00 Dotykáč
- 07:05 Ranní fresh
- 09:00 Zpátečka
- 10:00 Óčko hity
- 11:00 Dotykáč
- 11:05 Óčko hity
- 12:00 Óčko news
- 12:05 Óčko hity
- 13:30 Dotykáč
- 13:35 Óčko hity
- 14:00 Óčko news
- 14:05 Óčko hity
- 15:00 Dotykáč
- 15:30 Óčko news
- 15:35 Mixxer show  
 Klipy na přání, soutěže, chat s hosty
- 17:00 Óčko news  
 Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neuteče
- 17:05 Óčko hity  
 Klipy nonstop
- 19:00 Óčko news  
 Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neuteče
- 19:05 Moje desítka
- 20:00 CZ & SK
- 21:00 Simply the best
- 21:45 Filmshot  
 Svět filmu
- 22:00 Óčko flirt

## Sloupek

TEREZA  
BOUČKOVÁ

SCENÁŘISTKA A SPISOVATELKA

MUZIKA  
ZNOVU

„Ida Kellarová, její manžel Desiderius Dužda a asistent Oto Bunda dobře vědí, jak snadno a rychle se může ztrácet motivace dětí, ale především podpora rodičů. Některým je nutné stále a znovu vysvětlovat ne to, že je dobré zpívat (i když někdy i to), ale hlavně, že je pro děti neocenitelná škola věnovat se něčemu trvale, pracovat na sobě, jít za náročnými cíli...“

My jsme romský dětský sbor Chavorence spolu s Českou filharmonií slyšeli na posledním koncertě Talichova Berouna. A bylo to taky nádherné! Nejen proto,

## Citát

Říkala jsem si:  
Tohle je cesta  
k propojování  
kultur, etnik.

zaúlní zážitek! Romských zpěváků bylo plné pódium, a když se kluci a holky začali do muziky radostně vlnit, krásně se na ně dívalo. Vystoupení mělo grády. I mladí hráči České filharmonie byli senzační. Je výborný tah Kellarové spojit tyto dvě tak odlišné veličiny v jedno společné vystoupení. Kolik posluchačů klasické muziky, kolik Berounáků by na Chavorence s Kellarovou jinak šlo? A jak byli při koncertě rozpumpovaní! To zřejší festival, myslím, ještě nikdy nezažil.

A když měli sóla Božena Balázová, Oto Bunda, Jan Dužda a malý, ale naprosto senzačně, vroucně zpívající Jožko Kotlár, nemělo to chybu. Říkala jsem si: Tohle je cesta k propojování kultur, etnik. Ale taky jsem si říkala: Kolika dětem to asi vydrží? Protože když se ta práce na sobě nepřenesí i do běžného, každodenního života...

## Dopisy a vzkazy

## Mistr populismu

Nadání prezidenta Zemana vystihnout náladu voličů a populisticky se na ní svést je opravdu mimořádné. Naposledy to prokázal 17. listopadu na akci pořádané lidmi kolem docenta Konvičky. Prezident republiky tím, byť nepřímo, pana Konvičku a další „aktivisty“ hrající na strunu strachu a nenávisti významně podpořil. Nikdy jsem si nedělal iluze, že Zeman bude nadstranickým prezidentem. Ze spojí své jméno s extremisty tohoto typu, jsem však nečekal. Je nesporné, že radikální islamismus je celosvětová hrozba a je proti ní nutné vojensky zakročit. Stejně tak je třeba přijmout důrazná opatření proti terorismu včetně ochrany vnějších hranic EU. Co však není přijatelné, je zobecňování a házení všech muslimů do jednoho pytle s terory. Taková zobecňování vedou jen k šíření strachu a nenávisti. Je smutné, že pan prezident k šíření nenávisti a principu kolektivní viny svou účastí na zmíněném shromáždění přispěl. Ještě smutnější je, že to učinil s cílem vytěžit z toho politický kapitál.

PETR HŮLA, Milovice

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

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

## Výrok dne



„Doufám, že ještě  
nekončím. Hokej  
mě pořád baví.“

PATRIK ELIÁŠ,  
HOKEJISTA NEW JERSEY

V nové sezoně ještě neodehrál zápas, ale návrat se blíží. Hokejovému veteránovi běží poslední rok smlouvy v New Jersey a je možné, že to bude jeho poslední rok v klubu. Možná v celé NHL.

## Slovo dne

## ETNIKUM

(ze sloupku Terezy  
Boučkové na této straně)

Soubor nebo  
skupina lidí stejné  
etnické příslušnosti

ZDROJ: AKADEMICKÝ  
SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



## INZERCE

## HOROSKOP

VÍTR V PENĚŽENCE Řešíte dlouhodobě nedostatek financí? Netrapte se! Řeknu vám, kde najdete finanční jistotu a stabilitu!

Volejte 906 701 701 nebo pište SMS na číslo 904 30 46 s kódem 35VMN a svým trápením!

astroložka Anabela

	<b>Beran</b> 21/3–20/4 Hra na kočku a na myš by dnes doma nebyla tou nejlepší disciplínou. Přistupujte ke všemu otevřeně a uvidíte, jaké to bude.		<b>Váhy</b> 23/9–23/10 Přijdete na to, že předsevzetí nepředsevzetí, nebude se vám chtít vyhodit žádnou ze starých věcí. Všechny pro vás mají cenu.
	<b>Býk</b> 21/4–21/5 Bude pro vás obtížné rozlišovat věci podstatné a nepodstatné, ale nakonec se vám to povede na výbornou, tak se uvolněte.		<b>Štír</b> 24/10–22/11 Začnete pomalu uvažovat, v jakém stylu tento rok pomůžete adventní výzdobu. Přijdete na velmi originální vánoční nápad.
	<b>Blíženci</b> 22/5–21/6 Hádky v rodině se vám dnes obloukem vyhnou a vy si budete moci užívat o poznání více domácí pohody, kterou si zasloužíte.		<b>Střelec</b> 23/11–21/12 Nenechte se vytočit dětským trucováním. Máte na to, abyste všechno zvládli s chladnou hlavou a bez rozčilování, které škodí.
	<b>Rak</b> 22/6–22/7 Rodinný tandem bude dnes fungovat na výbornou, takže si nebudete muset dělat žádné podstatnější starosti s blízkými.		<b>Kozoroh</b> 22/12–20/1 Nebude vás bavit vymýšlet dnes program pro celou vaši rodinu a nastolíte samoobslužný systém na všech domácích frontách.
	<b>Lev</b> 23/7–22/8 Společná výprava za zábavou se vám vydaří, a vy se tak budete moci zaměřit na domácí resty, které pak budou více odsypat.		<b>Vodnář</b> 21/1–20/2 Ti, kteří vám až do dneška křivdili, přijdou na to, že by mohli napravit, co se dá. Buďte proto velkorysí a přijměte je.
	<b>Panna</b> 23/8–22/9 Znáte ono přísloví: On do tebe kamenem, ty na něj budeš moci zaměřit na domácí resty, které pak budou více odsypat.		<b>Ryby</b> 21/2–20/3 Neměly by vás pronásledovat žádné podstatnější potíže ani tlupa návštěv, takže si budete moci polebdit u svých zájmů.

## Řešení sudoku

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

## Anketa

Odradí vás hrozba teroru od cestování letadly?



Baru  
Muss

Ne, letenky na dovolenou v provincii přes Paříž neměním.



Jakub  
Štěpánek

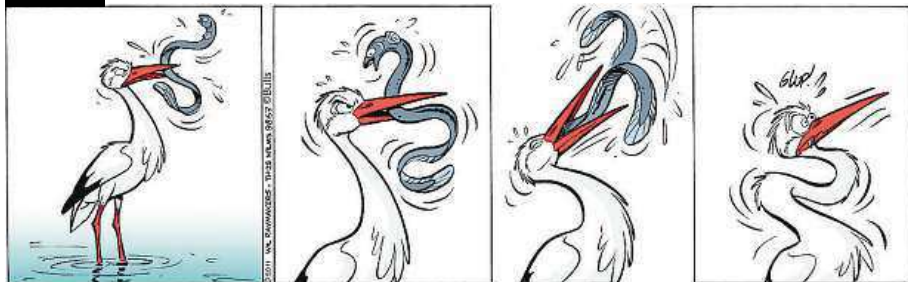
Ne, protože nebezpečí se konečně začalo řešit.



Michaela  
Jaramišů

Ne, neodradí, dělají svou práci pro naši bezpečnost.

## Komiks



**Plameny vášně?!**  
Přestaňte o tom jenom snít!  
Vím to!  
Dočkáte se pravé lásky ještě letos?  
Píšte SMS na číslo 904 30 55 s kódem 19VSJ a svým datem narození!

Čarodějná Morgana

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

# The future is an open book

## Activity 1

Match the words and phrases in the table to their definitions.

- 1. a distinction (noun); 2. proper (adjective); 3. to miss someone (verb); 4. a decision (noun); 5. permanent (adjective); 6. a row (noun)
- a. a verbal argument or disagreement: 'We had ..... about whose turn it was to clean the kitchen.'
- b. long lasting, not temporary: 'After having six temporary jobs she was delighted to get a ..... one.'

- c. appropriate, conforming, correct: 'Now I am getting a ..... salary instead of just some pocket money.'
- d. marked superiority: 'She was an excellent student so it wasn't a surprise to hear that she had got ..... in her exam.'
- e. to feel sorry about the absence of somebody or something: 'She ..... her family a lot when she moved away to another town.'
- f. a judgement: 'It was a difficult ..... to make but she had to choose a winner.'

## Big City Small World.

Join a group of young people from around the world sharing their lives over a cup of coffee in a London café.

You can listen to this episode while you read by typing <http://po.st/vbijjX> into your browser or by scanning the QR code at the bottom of the page.

**Olivia:** Hi Magda! How was your first day?  
**Magda:** Fantastic!  
**Olivia:** Really!? I'm amazed...  
**Sarah:** Yeah, you were so worried about your new job...  
**Magda:** Well, I had some good news...  
**Olivia:** Yeah? What?  
**All:** Hi Johnny!  
**Johnny:** Hi! I've got some good news...  
**Sarah:** Makes two of you then!  
**Johnny:** At least I think it's good news... I'm not really sure...  
**Olivia:** Tell us!  
**Magda:** Can't I tell you my good news first?  
**Sarah:** Wow, this is getting complicated ... and I'm afraid I've only got some bad news...  
**Magda:** Oh no... What

a shame! What's the problem?

**Olivia:** Yeah, go on, bad news first, then the good news will cheer us up!  
**Sarah:** OK, well, I had a row with my landlord, finally! And I'm moving out...  
**Magda:** Oh no!  
**Sarah:** Oh yes! So, I need a new flat...  
**Olivia:** Again!!!  
**Magda:** Oh dear...  
**Olivia:** What a shame. I hoped it was going to work out...  
**Sarah:** Yeah, but I didn't get on with the landlord.  
**Magda:** Have you told Fadi yet?  
**Sarah:** No... I'm worried

## Lesson No. 12



what he might think. The landlord is his cousin, after all...

**Olivia:** Well, let's just wait until he comes in. I was going to tell him you weren't happy – now I'll tell him you're leaving!  
**Magda:** Is it good news time yet?  
**Sarah:** Yes! Go on! What's your good news?  
**Magda:** I've been offered a job!  
**Johnny:** Me too!  
**Olivia:** Hang on! Wait a minute! You've already got a job, haven't you Magda?  
**Sarah:** And you have too, Johnny, haven't you? You talk about it all the time...  
**Magda/Johnny:** But...  
**Magda:** Go on...!  
**Johnny:** No, you first, please...  
**Magda:** I've been offered

a permanent job, with the same company! I'll be a proper architect!

**Olivia:** Wow! That's fantastic!  
**Magda:** But...  
**Olivia:** There's always a 'but'...  
**Magda:** I have to get a distinction in my master's degree...  
**Sarah:** Phew... that's not easy...  
**Magda:** No, but I'm doing well...  
**Olivia:** Fingers crossed then...  
**Sarah:** Let's hope!  
**Johnny:** That's amazing – I've got the same news!  
**Olivia:** What? You're going to be an architect?  
**Johnny:** No!  
**Sarah:** You're doing a master's degree?  
**Johnny:** No!  
**Magda:** What then?  
**Johnny:** A job... I've been offered a new job!  
**Olivia:** Yes, you said ...  
**Johnny:** And there's a 'but'...  
**Olivia:** I told you there was always a 'but' ...  
**Johnny:** It's not in London...  
**Olivia:** You'd have to leave...  
**Johnny:** Yeah...  
**Olivia:** Well, where is it? New York?  
**Johnny:** No...  
**Magda:** Paris? Berlin? Where?  
**Johnny:** It's back in China.  
**Sarah:** Oh... Beijing? Shanghai?  
**Johnny:** No, it's in Chongqing.  
**Olivia:** Where?  
**Johnny:** Chongqing!  
**Magda:** Where's that?  
**Sarah:** Southwest China. It's a really interesting place... growing really quickly...  
**Johnny:** Yeah, it's a great opportunity...  
**Olivia:** But?  
**Johnny:** But I love it here so much. I'm not sure I want to go back to China yet – I'd miss all my friends...  
**Olivia:** You'll have to choose!  
**Sarah:** It's big decision time! Oh no... here comes Fadi... and Harry.  
**All:** Hi Fadi! Hi Harry!  
**Fadi:** How's it going everyone?  
**Olivia:** Don't ask...  
**Magda:** I've been offered a new job, a really good job –



Sarah needs a new flat.

PROFIMEDIA.CZ

if I get a good degree!

**Johnny:** I've been offered a new job, a really good job – but I have to go back to China!  
**Harry:** Wow! Busy day everyone's having... I've got some news too...  
**Olivia:** Oh no...  
**Harry:** Oh yes – I've been sacked!  
**Magda:** "Sacked"?  
**Harry:** Yes – I've lost my job, been made redundant, unemployed, no longer working!  
**Magda:** Oh no!  
**Harry:** Don't worry – I don't care. I hated that job anyway. I'll soon find another job. A man with my skills and abilities is always in demand!  
**Johnny:** Somebody from my company sacked you? Why?  
**Harry:** I told them I wasn't going to work at the weekend – Saturdays and Sundays. If I worked on Saturday and Sunday, when could I play football!? So I said 'no', and they said 'goodbye'...  
**Magda:** What will you do now?  
**Harry:** I have absolutely no idea! The future is an open book...  
**Sarah:** Very poetic!  
**Fadi:** Well Sarah, at least you're ok... with your new flat and everything ...  
**Sarah:** Oh... er... well...  
**Olivia:** Actually, I wanted to talk to you about that... cousin.  
**Fadi:** You wanted to talk to me?  
**Olivia:** (whispering) Yeah, well, you see, Sarah's a bit embarrassed ...  
**Fadi:** (whispering) What's up?  
**Olivia:** She wants to leave the new flat ... she doesn't get on well with the landlord ...  
**Fadi:** My cousin.

**Olivia:** Yes, your cousin.

**Fadi:** I'm not surprised!  
**Olivia:** Eh?  
**Fadi:** I said I'm not surprised! My cousin's horrible! I can't stand him!  
**Olivia:** (laughs) Oh that's a relief ...  
**Fadi:** Sarah – I'm sorry if I got you involved with my cousin... I thought you were desperate for a place to live... I know my cousin's horrible!  
**Sarah:** Oh, never mind Fadi – thanks for trying to help anyway... Now I need a new place to live though...  
**Magda:** If I get this job, I'll have more money – we could get a place together...  
**Sarah:** That'd be great...  
**Johnny:** If I take the job in China, I'll have to leave my flat...  
**Sarah:** And we could move in...

**Olivia:** What a lot of 'ifs'...  
**Sarah:** It's exciting...  
**Magda:** But also worrying...  
**Johnny:** And confusing ...  
**Harry:** And that's not all...  
**Fadi:** What?  
**Harry:** I've just been speaking to the owner of the café...  
**Olivia:** And?  
**Harry:** They're closing down – next week!  
**All:** What!?!? Oh... that's terrible... no... what are we all going to do?? **CHRIS ROSE**

## Answer

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



This English series is presented by the British Council and Metro. [www.britishcouncil.cz](http://www.britishcouncil.cz)



# Keňští atleti vnikli do sídla svazu

**Nespokojení sportovci požadovali odstoupení vrcholných funkcionářů.**

Skupina atletů a dalších protestujících se včera odhodlala k ráznému kroku. Přimo v sídle Keňského atletického svazu obsadili kanceláře a chtějí demisi čelných představitelů včetně předsedy Isaiaha Kiplagata.

Funkcionáře viní z korupce a systematického dopingu, kvůli čemuž by keňským atletům mohl podobně jako ruským reprezentantům hrozit zákaz startu na olympijských hrách v Riu v příštím roce.

Asi padesátka protestujících, které vedl generální sekretář atletického svazu Julius Ndegwa, vtrhla podle agentury AP do budovy krátce po půl osmé ráno. Přítomné funkcionáře donutili opustit kanceláře, zamkli vstupní bránu a rozvěsili na ní plakáty s hesly. Na místě prý zůstanou do té doby, dokud Kiplagat neodstoupí.



K sídlu Keňského atletického svazu dorazila i policie. AP

„Za tuhle situaci a dopingovou hrozbu může Kiplagat. Chceme čistý sport, proto musí být změny okamžité,“ řekl novinářům Ndegwa. V budově údajně nejsou žádní elitní keňští vytrvalci a vítěz Londýnského a Berlínského maratonu Eliud Kipchoge označil na Twitteru celou akci za „totální ostudu“.

Kvůli protestu svaz odložil zasedání výkonného výboru, na němž se mělo jednat také

o možnosti předčasného voleb. Kiplagat má vést svaz do roku 2017.

Podle šéfa vyšetřovací komise Světové antidopingové agentury Dicka Pounda se v Keni zejména ve vytrvalostních disciplínách systematicky užívaly zakázané látky. Objevily se také informace o krytí dopingu, korupci a zpronevěře peněz. Mezinárodní atletická federace se situací v Keni věnuje od března. **ČTK**



## Morganová a její sexy tým

Hvězdná americká fotbalistka Alex Morganová (foto) představila nové dresy USA pro olympijské hry v Riu. Zároveň bude šestadvaceti letá útočnice od příští sezony hrát v profesionální soutěži NWSL za nový tým Orlando Pride. Na Floridu s ní přišly i další krásky – Kaylyn Kyleová či Ashlyn Harrisová. Tak se bude na co dívat. **PROFIMEDIA.CZ**

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

Služby - nabídka

Intimní

### ŽALUZIE, ROLETY

Aleš SUCHÝ  
Tel.: 728 863 201  
• záruka 3 roky  
• doprava zdarma  
• montáž do 3-5 dnů

kupón  
sleva 60%  
z ceny  
mont. žal.

### Nebankovní půjčka

• Býchlé vyřízení • Férové jednání  
• Bez registru • Schváleno do 2 hodin  
Adresa: Břiksova 772/47, Praha 9  
☎ 603 140 627  
zprostředkovateli pracuje pro jednoho věřitele

### VÝKUP AUT

Rok, stav a model nerozhoduje.

☎ 731 927 627

### VÝKUP ZLATA!

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

☎ 737 858 585

vertikální žaluzie, sleva 30%  
**ŽALUZIE, ROLETY**  
SÍŤE PROTI HMYZU  
staré žaluzie na protiúčet  
sleva 15%  
261 26 38 47  
261 26 04 16  
777 03 80 01  
www.gato.cz  
z ceny zakázky  
na plastová  
a eurookna  
sleva 50%  
z ceny montáže  
žaluzií

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

• Vezmi ho do ruky a zavolej mi na 844 844 005, 5Kč/min.  
• České paničky! Jediné, nadržené, diskrétní! Tvůj region! Pošli SMS ve tvaru 45FRS a text na 909 15 40

• Nenasytná Olča 45. Bez sexu ani nevstanu z postele! Do mě! Vytoč 909 80 50 40 nebo písni SMSa na 909 15 45 s kódem 41CDK a tvůj text!

• Udělám tě s lehkostí... :-)! Jak? Záleží na tobě! Stále sexuálně aktivní Boženka 65. Cinkni mi na 909 90 99 25 kód KZU19



• Zvrhlá kočička movitého papínka! Chci zažít pořádnou perverzní jízdu! NUDÍM SE! Pomoz mi a odměna tě nemine! T: 909 801 801 nebo napiš SMS na 909 15 50 s kódem 74KLL a tvůj text!

## KHL. Salák porazil Furcha

Souboj českých brankářů v Kontinentální hokejové lize dopadl lépe pro Alexandera Saláka z Novosibirsku. Dominik Furch sice držel v brance hostů z Omsku až do 57. minuty čisté konto, ale pak ho překonal Oleg Gubin a tentýž hráč v prodloužení zajistil domácím i druhý bod za výhru 2:1. Omsku předtím zajistil vedení Sergej Širokov po přihrávce Martina Erata. Sibir vyhrál potřetí v řadě a v čele Černyševovy divize má před Omskem náskok osmi bodů. **ČTK**

## Bauer. Začátek sezony vynechá

Běžec na lyžích Lukáš Bauer vynechá úvodní závody Světového poháru ve finském Kuusamu, kde v pátek začne sezona. Důvodem je zranění žeber, které si přivodil při tréninku ve švédském Gällivare. Bauer si už v říjnu zlomil palec levé ruky a sotva sundal sádku, upadl při tréninku. „Neukončil jsem smolnou šňůru a rozsekal jsem se,“ řekl Bauer. **ČTK**



Lukáš Bauer MAFRA

Zprávy krátce

### Mucha s Malíkem potvrzení v Třinci

Hokejisty extraligového Třince povede i nadále trenérská dvojice René Mucha, Marek Malík, která původně tým převzala dočasně. Vedení Ocelářů se rozhodlo, že je ve funkci ponechá a nebude už dál hledat nástupce Jiřího Kalouse a Václava Varadi.

### Duda zůstává

Hokejový útočník Radek Duda by měl i nadále pokračovat v extraligových Karlových Varech. Zkušební hráč v predešlých dvou kolech na základě rozhodnutí majitele klubu Karla Holoubka za Energii nenastoupil kvůli výkonu v duelu proti Chomutovu. Odchod Dudy ale údajně není na pořadu dne. **ČTK**

## Plavci. Na ME se představí až 21 Čechů

Jednadvacet reprezentantů bude hájit barvy České republiky na mistrovství Evropy v plavání v krátkém bazénu, které se uskuteční od 2. do 6. prosince v izraelském městě Netanja. V české nominaci samozřejmě nechybí největší naděje Jan Micka, Simona Baumrtová, Barbora Závadová a Petra Chocová. **ČTK**



## Golden State mají rekord

Basketbalisté Golden State vyhráli v NBA i svůj patnáctý zápas v nové sezoně a vyrovnali rekordní vítěznou sérii na úvod soutěže. V zápase obhájci titulu porazili Denver 118:105 a napodobili vstup Washingtonu (1948) nebo Houstonu (1993). „Je to taková klidná jistota, nemáme pocit, že bychom měli v blízké době prohrát,“ řekl tahoun Golden State Stephen Curry (na snímku vpravo). AP

### Zprávy krátce

#### Nedvěd neprošel

Záložník Pavel Nedvěd se těsně nedostal do ideální sestavy Evropské fotbalové unie z let 2001 až 2014, kterou na základě hlasování fanoušků zveřejnila UEFA na svých stránkách. Bývalý záložník Juventusu Turín je mezi sedmi náhradníky.

#### Parisi skončil

Reprezentaci volejbalistek už nepovede trenér Carlo Parisi, kterému svaz neprodloužil smlouvu. ČTK

#### Blatter. Lituje, že neodešel dřív

Suspendovaný předseda FIFA Sepp Blatter lituje, že vedení světového fotbalu neopustil na vrcholu po loňském MS v Brazílii. „Lituji, že jsem sám sobě neřekl: Blattere, dosáhl jsi vrcholu, dokázal jsi velké věci, nic lepšího už udělat nemůžeš, měl bys skončit,“ řekl Blatter, který čelí vyšetřování v souvislosti s korupcí. ČTK

# Ronaldo se rozzlobil

## Hvězda fotbalistů Realu Madrid má problémy s trenérem Benítezem.

Sobotní potupná porážka Realu v El Clásiku proti Barceloně (0:4) opět rozvířila vztahy uvnitř klubu. Do hvězd včetně Cristiana Ronalda se opřeli fanoušci a média už spekulují, jestli odejde on, nebo současné nevýrazné výkony odnese trenér Rafael Benítez.

Ostatně v tomto duchu se měl nechat slyšet i sám Ronaldo. „Buď půjdu já, nebo on,“ měl podle španělských zdrojů vzkázat prezidentovi klubu Florentinu Perézovi.

Jedním z adeptů, který by mohl Beníteze nahradit, je bývalý hvězdný záložník Bílého baletu Zinedine Zidane, který nyní trénuje v Realu juniorů. „Stále se musím hodně

učit. Ve své pozici jsem spokojený,“ odmítl spekulace Zidane. Navíc vedení Realu za Benítezem stojí. Na večerní tiskové konferenci to potvrdil prezident Peréz. „Rozebrali jsme současnou situaci a trenér má plnou důvěru a podporu představenstva,“ uvedl.

Ve spojitosti s Ronaldem už se ale spekuluje o jeho návratu do Manchesteru United, což by uvítal současný kouč tohoto týmu Louis van Gaal. „Na světě neexistuje trenér, který by ho nechtěl vidět ve svém mužstvu. Jenže tyhle hráči jsou velmi těžko získatelní. Takže co se týká Ronalda, počkejme si a uvidíme,“ řekl nizozemský trenér.

Dalším adeptem na angažování Ronalda je francouzský Paris Saint-Germain, ale hráčův agent Jorge Mendes všechny varianty odchodu vyloučil se slovy: „Cristiano v Realu Madrid jednou ukončí kariéru.“ PAVEL URBAN

## Davis Cup. Finále navzdory hrozbám

Finálový zápas Davisova poháru mezi tenisty Belgie a Velké Británie dostal od mezinárodní federace ITF zelenou.

V hale pro 13 tisíc diváků v Gentu ale budou finále od pátku do neděle provázet přísná bezpečnostní opatření. V Bruselu platí už čtvrtým dnem nejvyšší stupeň pohotovosti kvůli bezprostřední hrozbě teroristického útoku. Gent je od belgické metropole vzdálen asi 55 kilometrů.

ITF včera potvrdila, že na původním plánu finálového zápasu se nic nemění. „Společně s pořadateli děláme všechny nezbytné kroky k zajištění bezpečnosti. Situaci v Belgii, obzvláště v Gentu, pečlivě sledujeme,“ uvedla federace v prohlášení.

„Nemáme žádné signály, že by finále bylo jakkoli ohroženo,“ řekl BBC ředitel pořadajícího tenisového svazu Gijss Kooken. Hala Flanders Expo je vyprodaná a diváky čekají u vchodů podrobné prohlídky. Zakázán bude vstup s batohy, velkými taškami či vlastními potravinami.

Britové měli do Belgie odletět už v neděli, cestu však o den odložili. V belgické metropoli nejezdí metro, zavřené jsou školy, muzea a gale-

### Fakta o finále Davis Cupu

Hraje se od pátku do neděle v belgickém Gentu na antuce.

- Belgičané ještě Davis Cup nikdy nevyhráli. Britové čekají na další triumf od roku 1936.
- Belgie má v týmu 16. hráče světa Davida Goffina. Dále Steva Darcise, Rubena Bemelmense, Kimmera Coppejansa.
- Britský tým tvoří Andy Murray, jeho bratr Jamie, Kyle Edmund a Dominic Inglot.

rie, zrušena byla řada sportovních a kulturních akcí.

Belgická policie při razířích v Bruselu, Charleroi a v okolí Lutychu zadržela 21 lidí.

Nad konáním daviscupového finále za současné bezpečnostní situace se pozastavil ukrajinský tenista Sergij Stachovskij. „Jen bych chtěl všem připomenout, že před rokem bylo pro ITF příliš nebezpečné hrát v Kyjevě,“ napsal sarkasticky na Twitteru.

Kvůli vojenskému konfliktu na východě země museli Ukrajinci odehrát loňské barážové utkání, a to paradoxně právě proti Belgii, v estonské metropoli Tallinnu. ČTK



## Do osmifinále LM může projít sedm týmů

Dnešní program 5. kola fotbalové Ligy mistrů může určit sedm osmifinálů. Nejbližší má k postupu Barcelona, které stačí remíza v duelu s AS Řím. Naopak Arsenal s Petrem Čechem musí vyhrát na hřišti Dinama Záhřeb, aby ještě mohl bojovat o postup. Portu stačí uhrát remízu s Dynamem Kyjev. Ve druhém duelu skupiny G může slavit Chelsea, jež potřebuje zvítězit na hřišti Maccabi Tel Aviv a doufat ve ztrátu Kyjeva. Hráči Valencie (na snímku) potřebují vyhrát v Petrohradu a spoletnout se na ztrátu Gentu s Lyonem. AP

INZERCE



### POSLEDNÍ SPOLEČNÉ DAROVÁNÍ KRVE

25. LISTOPADU 7.30 – 11.00 H.



VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE  
Transfúzní oddělení  
U Nemocnice 2, Praha 2

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

UTKÁNÍ VĚNOVANÉ DÁRCOVĚ: NEDĚLE 29/11 OD 17.00 HC SPARTA PRAHA – HC DYNAMO PARDUBICE

# Perfektní pár

Každý iPad Air a iPad Air 2 nyní se sluchátky urBeats.  
Ušetřete 2 199 Kč.



VŠECHNY DÁRKY VYŘEŠÍTE NA  **alza.cz**