

MĚL 8,83 PROMILE ALKOHOLU V KRVÍ

OPILÝ HOUBAŘ Z OSTRAVSKA SI V LESE ZLOMIL KOTNÍK STRANA 9



metro



PRAHA

Úterý, 25. září 2018

Č. 180, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Zlata

mojemetro | denikmetro

Bez mobilu ani ránu. Dítě bez něj je rarita

Vztah k internetu. Děti i dospělí stále sledují displej telefonu či vzkazy na sociálních sítích. **První mobil.** Většina dětí ho dostane na základce v první až třetí třídě. **Teenageři.** Na internet převážně z mobilu STRANA 8



Nová tigermánie. Americký golfista Woods po pěti letech slaví triumf

V červeném tričku a černých kalhotách zvedl ruce k nebi a oslavoval triumf. Obrázek, který golfový svět viděl mnohokrát, dostal v neděli v Atlantě nový náboj. Tiger Woods je totiž zpět a s ním nová tigermánie. „Nevěřil jsem, že to znovu zažiju,“ přiznal Američan při slavnostním ceremoniálu v East Lake. „Nevěděl jsem, jestli poskládám všechno dohromady do správného golfového švihů,“ dodal. Před rokem sotva vstával z postele. Nemohl sedět, stát ani chodit, aby mu bolest ze zad nevystřelovala do nohou. Podstoupil čtyři operace, a vrátil se. Bývalý první golfista světa triumfoval na Tour Championship v Atlantě. Woodsovo osmdesáté vítězství na okruhu PGA, první po pětileté pauze, probudilo další obrovskou vlnu nadšení fanoušků. AP



25. 9. 2018 v Praze 5 – Motole

Vážení spoluobčané,

za pár dní budete rozhodovat o tom, kdo v následujících čtyřech letech usedne do lavic zastupitelstva a bude přímo ovlivňovat naše životy v Praze 5. Osobně se přiznám, že ještě před pár lety by mě nenapadlo, že i já budu součástí volební kampaně a budu se o takové místo ucházet, ale můj osobní i profesní život mě přivedly až sem.

V průběhu života mě ovlivnilo mnoho věcí. Určitě to byli rodiče, později manžel se svou rodinou a mí tři synové. Byla to volba učitelské profese a s ní i rozhodnutí odejít ze státní sféry do oblasti soukromé, založit školu a postavit ji od samých základů v konkurenci pražských gymnázií. Toto vše utvářelo můj názor na svět a touhu žít smysluplný a odpovědný život. Je

mým přáním, abyste věřili, že mi záleží na tom, aby se nám tu společně dobře žilo, že jsem pracovitá a zodpovědná, že vnímám lidi kolem sebe, naslouchám jim a že jako ředitelka gymnázia mám schopnosti vést a řídit i tak složitou organizaci, jakou je městská část a její úřad.

Jsem na kandidátce ODS, byť jako nestraník. Víím, že tato strana prošla vývojem. Hodnoty, na kterých ODS vznikla a které stále hájí, jsou trvalé a mně blízké. Svoboda jednotlivce, právo na vlastní rozhodnutí, důraz na rodinu, domov a malý státní aparát, řád a pořádek, solidarita s potřebnými, víra v jedinečné schopnosti člověka jako je tvořivost a iniciativa. To jsou důvody, pro které nyní vstupuji do komunální politiky. Dnešní ODS je plná odhodlaných a slušných lidí. O tom se přesvědčuji každý den

při setkávání s jejími členy a podporovateli. Jsou to zdravotní sestry, učitelé, lékaři, studenti, právníci, úředníci, strojívníci, umělci, živnostníci

i zaměstnanci. Pracovití a rozumní lidé, kteří mají opravdový zájem žít v naší městské části zlepšovat a zkvalitňovat.

Celý život žiji v Praze,

a tak do detailů znám její krásy, ale také nedostatky. Ač pocházím z Vinohrad, dospělý věk prožívám v Praze 5 a ta mi silně přirostla k srdci. Bydlí se mi tady velmi dobře. Stejný pocit má většina z Vás, které potkávám na ulicích při mé kontaktní kampani. Mám ráda atmosféru Prahy 5, kterou utváří na jedné straně dynamické tempo rušných křižovatek a na straně druhé klid parků, skal a hlubokých údolí. Tuto výjimečnost a jedinečnost bych chtěla zachovat a zároveň v rozumné míře městskou část rozvíjet pro nás a budoucí generace.

Vážení spoluobčané, věřím, že využijete volebního práva a půjdete 5. nebo 6. října vyjádřit svůj občanský názor. Doufám, že pečlivě zvážíte svou volbu a že se rozhodnete správně.

S úctou

Mgr. Renáta Zajíčková



žadavatel: ODS
zpracovatel: Mafra, a.s.

„Královna soulože“ z Letné nezavírá okna a štve sousedy

Milostné výkřiky se rozeznávají ve vnitroblocích nejen v Praze 7.

„Ať se ta uječená uhekaná královna soulože z vnitrobloku Stupkova / Tusarova / U garáží / Jateční uklidní a zavírá si okna. Dneska bylo slyšet i pleskání.“ stěžuje si na Facebooku uživatelka Nikola. Není zdaleka jedinou obyvatelkou Prahy 7, která má problém s náruživou sousedkou. Několik obyvatel dokonce popisuje na sociálních sítích situace, kdy se s hlasitě vzdychající ženou, tentokrát bydlící v Jirečkově ulici na Letné, pustili sousedé do křížku.

„Nejsem nepřející, ale tohle je opravdu moc. V Jateční se už povídá, že je to vydělávající lehká ženština.“ dodává uživatelka Renata Sluková.

Na facebookové stránce Le-



Pražané si stěžují na vzdychání. Řeší to i letáky. PROFIMEDIA

tenská parta se rozhořívá vášnivá diskuse na téma hlučného sexu sousedů pravidelně. Jedni nyní spekulují o tom, že má paní z Jateční ulice multiorgasmickou poruchu, jiní jsou smířlivější a pouze dotyčné radí pořádit si lépe těsnící okna. Královna soulože, jak se ženě na Facebooku přezdívá,

se stala takovou legendou, že na její adresu žertuje i místostarosta Prahy 7 Ondřej Mirovský. Ten chvílemi glosuje o tom, že by si měl odskočit pro popkorn, aby měl kulturní zážitek zcela kompletní, následně si sám naordinovává léky na úzkost. „Mám Neurol, po tom se taky dobře spí,“ žer-

tuje místostarosta. Vzdychající sousedka z Jirečkovy ulice ale není jediná, kdo se v Praze 7 pravidelně oddává hlasitému sexu u otevřeného okna. Podle uživatky Heleny Trink bydlí podobně hlasitě kolegyně také mezi ulicemi Šimáčkova, U Smaltovny, Strojnická a Schnirchova. „Budíček v pět ráno nic moc. A ten uječenější čokl na balkoně tamtéž je taky na vraždu,“ stěžuje si Trink.

Sexuální výkony znějící od sousedů umí potrápit také obyvatelé Žižkova, kde se v minulosti několikrát objevovaly plakáty s prosbou o dodržování nočního klidu. V Libni se dokonce v loňském roce odehrála situace, kdy vrískající sousedku nahrál jeden z místních a pak celý zvukový záznam postavil na Facebooku. Situace byla o to kurióznější, že na rozdíl od nenávislných reakcí skládala hlasitá sousedka na záznamu povzbudivé hvízdání z okolních bytů. „U nás v Libni se lidi v hezkejch věcech po-

vzbuzují,“ napsal tehdy uživatel František.

Za samotné hlasité milování, byť může být někomu jeho poslech nepříjemný, nehrozí žádný trestní postih. Pokud se ovšem odehrává v noci, tedy po 22. hodině, může být definováno jako přestupek proti nočnímu klidu. Ten trvá do šesti ráno, takže se uměřenost doporučuje i ranním ptáčatům. Pokud se s hlučnými sousedy nedá slušně domluvit, dotyčný má právo vše oznámit na linku 156.

„Občas má člověk radost, že si někdo užívá. Babička nám s oblibou a úsměvem v tváři vypráví, jak jí noví sousedi nad nima zlepšili sexuální život. Když někdo kopuluje s pravidelností hodinek, nezbyvá občas než se na to připravit i vzít si zvyk za svůj,“ doplňuje na Facebooku Lucie Šíma.



FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosevsky@metro.cz

Inspirace z Amsterdamu

Kandidát zelených na primátora Ondřej Mirovský je místostarostou Prahy 7. Současně je spolupředsedou strany v hlavním městě. Slibuje výstavbu městských bytů a lepší životní prostředí v Praze. V minulých komunálních volbách kandidovali zelení na pražský magistrát v rámci Trojkoalice spolu s KDU-ČSL a STAN. Tentokrát se o hlasy voličů ucházejí samostatně. Prvních pět otázek jsme položili i dalším primátorským kandidátům, šestá se týká některého z bodů programu konkrétního kandidáta.

V čem je program vaší strany lepší než u konkurence?

Máme kandidátku plnou zkušených komunálních zastupitelů, kteří dlouhodobě prosazují pozitivní změny pro Pražany. Já jsem osobně součástí proměny Prahy 7 a tu chci s naším týmem přesunout na magistrát. Náš program řeší konkrétní problémy a inspirujeme se u našich zelených kolegů, kteří vedou Vídeň či Amsterdam.



Ondřej Mirovský MAFRA

Je něco, za co byste minulé vedení pražského magistrátu pochválil?

Zásadní snížení počtu heren, snížení ceny roční lítačky, navýšení rozsahu veřejné dopravy a zkrácení intervalů spojů, navýšení rozpočtu na bezbariérové úpravy a mnoho dalšího se nám zeleným v rámci koalice podařilo prosadit.

Jaké by mělo být hlavní město v roce 2050?

Praha má být sebevědomou metropolí, která myslí na své obyvatele a řeší i evropské či globální problémy. Pro-

to chci Prahu s čistým vzduchem, zeleň k zabránění přehřívání; chci město, které se zvládne postarat o seniory, a proto bude Praha komplet-

Volby 5. a 6. října
Kandidáti na primátora

ně bez bariér.

Kdo byl podle vás nejlepším primátorem po roce 1989?

S ohledem na fakt, že jsem pražskou politiku aktivně sledoval až od roku 2006, tak bych zde zmínil Tomáše Huděčka, se kterým mne spojuje stejná vysoká škola – PřF UK. A myslím, že se mu podařilo v některých oblastech posunout věci kupředu, a to i přes to, že mu nikdy nezapomenou, že nechtěl zrušit herny a hazard v Praze.

Jak daleko jste ochoten jít v kompromisech, abyste prosadil své předvolební cíle, pokud zvítězíte?

Kompromisy jsou a budou

nutné v momentě, kdy se budoucí koalice bude skládat z více subjektů. Náš program má tu výhodu, že je reálný a uskutečnitelný, a proto bude základem programové dohody s budoucími partnery. Jsem ochoten zajít tak daleko, že do Prahy přijede zelená starostka Amsterdamu a pomůže nám prosadit důležité body programu pro Prahu.

Myslíte, že by MHD zdarma dostala ze silnic víc automobilů a zlepšila tak ovzduší v hlavním městě?

MHD zdarma má být nově pro mladé do 26 let, ale ne pro všechny. Řidiče dostaneme z aut kvalitní a rychlou veřejnou dopravou v kombinaci s P+R parkovišti u okolí Prahy. Čistému vzduchu pomůže efektivní kontrola filtrů pevných částic u aut, podpora alternativních pohonů, podpora sdílení aut a městské cyklistiky.



PAVEL HRABICA
pavel.hrabica@metro.cz

Pepper. Hotel Pyramida má vítacího robota

Hotel Pyramida patřící síti Orea Hotels & Resorts věra představil novinku, se kterou přišel jako první v Česku. Na recepci přivítá hotelové hosty inteligentní 1,2 metru vysoký robot Pepper, který pozdraví, zodpoví dotazy a i pobaví, na přání třeba zatančí. Robot mluví momentálně anglicky, do konce roku by se měl naučit česky a plánuje se i rozšíření o další jazykové verze. Zodpoví dotazy, jak se zorientovat v hotelu, nabídne praktické informace o lokalitě, službách hotelu či turistických zájmovostech v okolí. **HOPE**



INZERCE

VELKÁ BRÁNA

**BRÁNA
K POHODOVÉMU
BYDLENÍ**



- byty 1+kk – 3+kk
- velikosti 28 – 87 m²
- balkony, terasy
- 10 minut na metro
- 10 minut na letiště

602 206 999 | velkabrana.cz
prodej@velkabrana.cz

Při uvedení hesla **Metro8** během prvního kontaktu s námi získá prvních 5 zájemců při podpisu rezervační smlouvy **vouchery v hodnotě 10 000 Kč na nákup v OD IKEA.**



HORIZON

Developer: Shikun & Binui Horoměřice s.r.o., člen skupiny HORIZON HOLDING

Region Českosaské Švýcarsko

**Skutečné zážitky
na fotce nenajdete!**

www.ceskesvycarsko.cz

ZDOLALI VRCHOL



ZAŽILI RADOST



NAŠLI CESTU



Europäische Union. Europäischer
Fonds für regionale Entwicklung.
Evropská unie. Evropský fond pro
regionální rozvoj.

Zprávy krátce

Lávka je úzká

Provizorní lávka v Troji, kterou chce hlavní město postavit na místě loni zříčené lávky, obdržela nesouhlasné stanovisko od odboru dopravy Prahy 7. Důvodem je podle odboru nevyhovující šířka lávky.

Nové parkoviště

Radnice Prahy 7 včera společně s Technickou správou komunikací zahájila stavbu parkoviště v Jankovcově ulici v Holešovicích. Kapacita parkoviště bude 85 míst a dokončeno bude zhruba v polovině příštího roku.

Přes řeku později

Oprava jedné z lávek železničního mostu mezi Výtoní a Smíchovem, která se podle původního plánu měla pěším a cyklistům znovu otevřít na konci září, zřejmě nabere zpoždění. **ČTK**

Bez tramvají i metra C

Pražany v následujících dnech potrápí mimořádné výluky MHD.

Kvůli opravám kolejí se až do čtvrtka nesvezete tramvají Černokosteleckou ulicí. Změny tras se dotýkají hlavně linek 5, 7, 13 a 95, které mezi zastávkami Vozovna Strašnice a Na Homoli nahrazují autobusy X5 a X95. Dopravní podnik také kvůli údržbě trati přeruší od pátku do neděle provoz metra na lince C mezi stanicemi Pražského povstání a Kačerov.

„V denním provozu je zavedena náhradní autobusová doprava XC v trase Pražského povstání, Pankrác, Budějovická, Kačerov. Po dobu výluky je posílen provoz linek číslo 135 a 196,“ uvádí dopravce s tím, že se po dobu výluky budou přes den u uzavřených stanic metra pohybovat informátoři v reflexních vestách.

Lehké komplikace přinese obyvatelům Prahy 5 také páteční výluka mezi Kotlářkou



Opravovat se má alespoň 8,7 kilometru kolejí ročně. MAFRA

a Sídlištěm Řepy. Od 15 do 20 hodin tu nepojedou tramvaje 9 a 10. „V trase Kavalírka, Kotlářka, Vozovna Motol a Sídliště Řepy bude zavedena náhradní autobusová doprava X9,“ dodává mluvčí dopravce Aneta Řehková.

Důvodem většiny krátkých výluk MHD v metropoli je údržba tratí. Ze strategie rozvoje, kterou si dopravce pro

následující roky naplánoval, vyplývá, že s pracemi nechce skončit ani v budoucnu. Dopravní podnik počítá s pracemi na desítkách tratí. Do nich v první fázi vloží více než 900 milionů korun. „K zajištění bezpečnosti provozu a snížení průměrného stáří se počítá s obnovou minimálně 8,7 kilometru kolejí ročně,“ píše se v dokumentu. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

Desítky oprav

V příštím roce začne oprava trati na Vinohradské ulici mezi zastávkami Škrétova a Sudoměřická. Rekonstrukce potrvá od března do července. Náklady jsou odhadovány na 279,2 milionu korun.

- Dopravce má v plánu také opravu kolejí v Nádražní ulici až na Zličov, trať z žižkovské Ohrady na Palmovku, rekonstruovány budou koleje mezi ulicemi Vladimírova a vozovnou Pankrác v Praze 4 a dělníci se vydají také na Bubenské nábřeží a ulici Komunardů v Praze 7. Konec oprav je plánován na rok 2020, pouze v případě úseku Ohrada–Palmovka se všechny práce uskuteční v roce 2019.

- V roce 2020 dělníci za 50 milionů korun opraví také koleje ve Starostrašnické. Na stejný rok připravuje zahájení rekonstrukce také mezi Ujezdem a Národním divadlem a na dalších místech. Tyto opravy jsou ve fázi příprav a jejich předpokládaný konec je rozvrhnut do roku 2021.

INZERCE

MY AUTŮM KLACKY POD KOLA NEHÁZÍME

Řidič není darebák, který má být neustále za něco trestán.

Pohyb po městě musí být plynulý, pravidla parkování rovnocenná pro všechny Pražany.

Parkování a dopravu budeme aktivně řešit!



Jaroslav Míth

kandidát na starostu Prahy 4

ODS
PRAHA 4

Topná sezóna se blíží

Blížící se zimní sezona důkladně prověří stav a funkčnost otopných systémů. Právě teď je tedy ideální čas pro jejich údržbu. S dobře fungujícím a vyladěným plynovým topením totiž můžete během zimy ušetřit nezanedbatelnou částku na energiích.

Před topnou sezónou je důležitá pravidelná servisní prohlídka plynové kotle provedená odborníkem. Nechte si zkontrolovat jak kotel samotný, tak i odvod spalin. Každý rok by plynové zařízení měl prohlédnout servisní technik, který mimo jiné zkontroluje stav hořáku, výměniku, čistotu a těsnost spalovací komory a odvodu spalin a provede správné seřízení kotle podle požadavků výrobce. Díky kontrole odborníka získáte jistotu, že kotel bude v zimě pracovat úsporně a bezpečně. Zároveň tím výrazně prodloužíte jeho životnost. Před topnou sezónou věnujte čas i údržbě radiátorů. Pečlivě je prohlédněte a ošetřete případná místa drobné koroze. Zkontrolujte také činnost ventilů a vadné kusy vyměňte. Těsně před začátkem topné sezóny všechny radiátory odzdušněte. Chcete-li uspořit, na stěnu za radiátory instalujte reflexní folii, která bude teplo lépe odrážet do místnosti. Další cestou k úsporám může být výměna starých radiátorů za nové, které pracují s nižší teplotou otopné vody. Vývoj kotlů a plynových ohřivačů vody jde neustále kupředu. Například ještě před pár lety téměř neznámé kon-

denzační kotle jsou nyní zcela běžné a představují nejúspornější variantu plynového vytápění. Oproti běžnému staršímu plynovému kotli jsou úspornější až o třetinu. Ročně tak může běžná domácnost ušetřit částky za topení v řádu tisíců korun. S případnou výměnou vám pomůže Pražská plynárenská, která svým zákazníkům při výměně starého plynového kotle za nový a moderní značky Viessmann nabízí cenové zvýhodnění až 26 tis. korun.

V řadě domácností můžeme najít také plynová topidla s odtahem spalin přes zeď - oblíbené tzv. „vafky“, které jsou na českém trhu dostupné již několik desítek let. Je proto vhodné nechat topidlo zkontrolovat odborníkem, který ověří, zda již nastal čas pro jeho výměnu za nový, modernější model. Výměnou starých vafek za nové můžete dlouhodobě ušetřit značnou částku nákladů na plyn, protože moderní modely jsou při stejném výkonu podstatně úspornější. Stejně jako při výměně plynového kotle, je svým zákazníkům i v těchto případech Pražská plynárenská nápomocná a nabízí jim při výměně zvýhodněné podmínky.

INZERCE

Léta střežené tajemství odhaleno!

Už podle titulku lze tušit, že se jedná o snahy zatajovat pravdu a korigovat všelijaké úniky na veřejnost. Bezmála dvanáct let se někomu dařilo tajit fakta.

Kdo je údajně tou osobou a jaká to jsou fakta?

Je to člověk, který přijal nálepku Mirka Dušína z Foglarových Rychlých šípů. Už pan Danda, redaktor z Práva, se tázal pana starosty Prahy 7, poslance a kandidáta na primátora hl.m. Prahy, pana Jana Čižinského, zda o sobě nevytváří „politickou pohádku“. Pan Čižinský však prohlásil, že se mu „docela dobře“ žije s nálepkou postavy, která je ztělesněním čestnosti, upřímnosti a sebeobětování se pro druhé, a stejně jako Mirek se svými kamarády, tak i on, Jan, „učitel s dalšími lidmi, porazil na Praze 7 kmotry a mafiány“. Není divu, že člověk, který se ztotožňuje s Foglarovým Dušínem a prohlašuje o sobě, že

jeho charakterovým rysem je výjimečný smysl pro čest, letí strmě nahoru v oblíbenosti mezi Pražany a že ho voliči vnímají jako kladného hrdinu. K tomu přispívá i to, že je to člověk silně věřící, který pravidelně chodí do kostela. Teď se ale ukázalo, že Čižinského stránka morální čistoty není až tak úplně průzračná.

19. září 2018 na předvolební debatě kandidátů do zastupitelstva MČ Praha 7, konané v Národním zemědělském muzeu, vystoupil pan Richard Hašek, který vynesl na světlo boží a vědomě utajovaná fakta. Pravdomluvný Jan Čižinský dosud zatajoval, že v roce 2006 obhájil dvě diplomové práce a že by měl před svým jménem správně uvádět Mgr. et Mgr.

Každý, kdo absolvuje úspěšně studium dvou fakult, se pyšní oběma tituly. Proč taková skromnost u pana Čižinského? Proč v jeho životopise na Wikipedii nenajdeme sdělení o dvou diplomových pracích a objevuje se tam řada nepřesností? Proč je tomu tak i na stránkách jeho životopisu za KDU-ČSL a proč je hromada chybných údajů v jeho strukturovaném životopise Naši Politici?

Najednou Čižinskému, hájícímu pravdu za každou cenu, nevadí, že v jeho životopise jsou uvedeny nesprávné a neúplné informace. Jeho cílem bylo zabránit za každou cenu úniku pravdy vzhledem k dosaženému vzdělání a mlžit, že v roce 2006 obhajoval dvě magisterské

práce. Také se snažil utajit to, že druhá s názvem „Československo-rakouské vztahy po první světové válce 1918-1925“ je z velké pravděpodobnosti auto-plagiátorstvím té první „Nostifikace výrobních a dopravních podniků v Československu po první světové“. Touha Čižinského po dvou titulech Mgr. byla nejspíš tak velká, až přehlédl, že auto-plagiátorství má i ve svém čestném prohlášení. U obou prací uvedl stejné datum odevzdání 18. ledna 2006. V seznamu pramenů a publikací opomněl uvést údaje o nakladatelství, ISBN, zda jde o vydání první či druhé apod., čímž vzniká domněnka, že autor neměl knihy vůbec k dispozici.

Nastal čas pro média a servery, aby poopravily v rámci novinářské etiky faktografické chyby v životopise pana Čižinského a jako u Malé a Krčála se zabývaly procentním plagiátorstvím obou jeho magisterských prací.

Jana Kratochvílová

Zadavatel: Jana Kratochvílová, Zpracovatel: MAFFRA, a.s.

Vysočany i Bubny. Praha chce byty na brownfieldech

Zanedbané průmyslové areály či nádraží chce město zastavět, i když je nevlastní.

Nové městské byty a pracovní příležitosti získá metropole díky transformaci brownfieldů. S takovým plánem přišli pražští radní, kteří nyní prověřují zástavby nevyužívaných ploch v širším centru. Největší rozvojové z jedenácti vytipovaných území se nachází ve Vysočanech, nejmenší naopak na Zličíně. Plány města mají však zásadní vadu. Většina brownfieldů vůbec městu nepatří a řada z nich a podle ředitele

Pozemky

Největší počet subjektů nyní blokuje výstavbu na Bohdalcích v Praze 10. Pozemky o velikosti 197 hektarů patří 31 vlastníkům.

- Nejvíce Pražanů by mělo v budoucnu bydlet na brownfieldech ve Vysočanech. Na dvousetdvacetihektarové ploše jich má žít více než 33 tisíc. Území zahrnuje pozemky Nové Harfy, Tesly Hloubětín a Barvy Tebas.

- Pozemky patří celkem 31 vlastníkům, z toho jen 14 procent patří městu. Kromě obyvatel, kteří tu mají žít, zde vzniknou pracovní místa pro více než 35 tisíc zaměstnanců.

pražského institutu plánování Ondřeje Boháče tak vše stojí a padá s dobrou vůlí investora.

„Stát v minulosti bez ohledu na Prahu tato území rozprodal. Město musí čekat, zda a co investor chce, nebo nechce,“ říká Boháč s tím, že na nádraží Smíchov se město s investorem dohodlo, naopak v případě nádraží Bubny se tak nestalo.

Nejblíže k výstavbě má území na Rohanském ostrově v Praze 8. Podle náměstkyně primátorky Petry Kolínské by se brzy mohlo začít stavět i na části bývalého nákladového nádraží Žižkov. Plánována je také výstavba v okolí stanic metra C Roztyly a Háje, v lokalitě Na Hutích nebo okolí budoucích stanic metra D v Písnici či Krči. **FILIP JAROŠEVSKÝ**



Obelisk se bude lesknout

Téměř šestnáct metrů vysoký obelisk stojící na třetím nádvoří Pražského hradu bude při oslavách sto let Československa krásně nablýskaný. Pracovníci památkové péče jehlan obestavěli lešením, aby do začátku oslav stihli očistit jeho povrch. „Monolit byl odhalen v roce 1928,“ píše čtenářka Jarmila Kostkanová. **JARMILA KOSTKANOVÁ**

INZERCE

UVOLNĚTE MÍSTO STARŠÍM LIDEM A TĚHOTNÝM ŽENÁM

ROZUMNÍ navrhuji umístit takový nápis povinně do vozů MHD

Mgr. **Petr HANNIG**

kandidát na senátora ve volebním obvodu Praha 8 (č.13)
a do zastupitelstva hl. m. Prahy (č.14) | www.rozumniprahu.cz

zadavatel: ROZUMNÍ, zpracovatel: Adam B. Bartoš



Nová hala? V Krči na „děčku“

V hlavním městě funguje 35 atletických klubů.

Nová hala by mohla vyrůst na území Prahy 4.

Hlavní město a Český atletický svaz budou spolupracovat na přípravě stavby nové atletické haly. Memorandum o spolupráci včera podepsala primátorka Adriana Krnáčová a předseda svazu Libor Varhaník. Na financování by se podle primátorky mělo podílet i ministerstvo školství. Kdy by se mohlo začít stavět, zatím není jasné.



Strahovská hala se rekonstruovala v roce 2002.

MAFRA

Primátorka řekla, že významu atletiky pražská infrastruktura neodpovídá. Podle Varhaníka v metropoli existuje pouze nafukovací hala na Strahově a sportovní centrum ministerstva vnitra ve

Stromovce. Dodal, že to nestačí i s ohledem na to, že atletika je po velkou část roku převážně halovým sportem. „Nesmírně nás mrzí, že musíme odmítat děti do atletických klubů,“ uvedl. Český atletický

svaz má v Praze 35 oddílů, které sdružují tisíce dětí.

Primátorka uvedla, že na základě předběžných jednání by vhodnou oblastí pro vybudování haly mohla být Krč, a to i v souvislosti se stanicí metra D, která by tam měla v budoucnu vzniknout. Lokality by vyhovovala i svazu, řekl Varhaník. Podle Krnáčové bude po dnešním podpisu memoranda následovat vytipování konkrétního pozemku, poté přijde na řadu příprava projektu a dále jednání o financování, které by mělo být z více zdrojů.

Pokud jde o časový horizont stavby, podle primátorky může projekt zkomplikovat současná stavební legislativa, na základě které trvá při-

prava velkých staveb v hlavním městě i deset let. „Pevně věřím, že se změní stavební zákon, protože je v současné době naprosto retardovaný,“ řekla.

Zástupci vedení magistrátu už v minulosti uvedli, že se vytváří studie pro více sportovních areálů, kterých je v metropoli nedostatek. Kromě velké haly má jít o venkovní atletické dráhy, haly pro míčové sporty nebo okruh pro in-line bruslení.

Florbalová škola Bohemians také před časem přišla s návrhem stavby nové sportovní haly na sídlišti Solidarita v Praze 10. Nápad ale odmítla část místních obyvatel a město ho zatím neschválilo. **ĚTK**

INZERCE



REGENERACE TĚLA I DUCHA V JIZERSKÝCH HORÁCH



CESTA Z MĚSTA – ANTISTRESOVÝ POBYT

4 dny / 3 noci, **od 3.705 Kč / osoba**

Ubytování, polopenze, káva a zákusek, 3 wellness procedury, minigolf

MIMOŘÁDNÁ NABÍDKA – SENIORSKÝ POBYT 60+

6 dní / 5 nocí, **od 5.540 Kč / osoba**

Ubytování, polopenze, káva a zákusek, vstupní lékařská prohlídka, 10 procedur za pobyt

SINGL POBYT

5 dní / 4 noci, **od 5.905 Kč / osoba**

Ubytování, polopenze, káva a zákusek, 6 wellness procedur

RODINNÝ JIZERSKÝ ZÁŽITEK

3 dny / 2 noci, **od 2.285 Kč / osoba**

Ubytování, polopenze, dárek pro každého malého návštěvníka, minigolf, masáž pro rodiče. Ubytování pro dítě do 12,99 zdarma.

Kompletní nabídku naleznete na www.lazne-libverda.cz

DOMÁCÍ MAZLIČCI JSOU V NAŠEM RESORTU VÍTANI.

BONUS PRO VÁS: LÁHEV VÍNA V ROMANTICKÉ RESTAURACI VALDŠTEJN

Užijete si chvíle pohody u sklenky vína a v příjemném prostředí. U všech nových rezervací od 3 nocí a více a realizaci pobytu od 1. 9. – 30. 9. 2018 pro Vás bude připravena láhev vína s naší romantické restaurace Valdštejn (platí pro samoplátecké pobyty (1 láhev vína / pokoj / pobyt)).



SPA RESORT LIBVERDA
LÁZNĚ LIBVERDA 82, 463 62
TEL.: +420 482 368 102
E-MAIL: INFO@LAZNE-LIBVERDA.CZ
WWW.LAZNE-LIBVERDA.CZ



AKCE

Naučte se jazyk elfů

Plánujete začít s japonštinou, albánštinou, tibetštinou nebo nizozemštinou?

Vyrazte na Evropský den jazyků.

Filozofická fakulta Univerzity Karlovy zítřka v Kampusu Hybernská pořádá první ročník festivalu Evropský den jazyků. Festival představí různými způsoby desítky evropských i světových jazyků, živých i mrtvých, vyučovaných na Filozofické fakultě. Vstup je volný bez předchozí registrace.

Chcete začít s exotickým cizím jazykem? Zítřka budete mít ideální příležitost. Filozofická fakulta připravila mini-kurz, kde můžete během 45 minut začít vybraný jazyk na

zkoušku. „Naučíte se třeba výslovnost a abecedu, užitečná slovíčka či obraty specifické pro danou kulturu,“ lákají organizátoři do Kampusu Hybernská.

Kurzy jsou určené pro úplné začátečníky. Mezi vyučovanými jazyky je třeba arménština, japonština, albánština, tibetština, bengálština, ázerbájdžánština, mandžuštiny, mongolština, nizozemština nebo barmština.

Krom kurzů budou po celý den probíhat také přednášky. Pavel Štichauer posluchačům vysvětlí, proč si kvůli nepočtu italských nářečí benátský gondoliér nemusí rozumět se sicilským mafiánem, Jan Bičovský zas nastíní, jak postupoval J. R. R. Tolkien, aby jeho elfové promlouvali skutečným jazykem. Kde se spisovatel inspiroval, jak tvořil slova a jak gramatiku. A není nakonec elfština příbuzná s češtinou? **MET**



Piškula a spol. v Ymce

V říjnu má premiéru film režiséra Radima Špačka **Zlatý podraz**. Ten na pozadí zápolení československých basketbalových šampionů v letech 1938 až 1951 vykreslil jejich osudy, lásky i přátelství. Ochutnávkou filmu je výstava **Zlatý podraz ve fotografii**, snímky Patrika Nguyena jsou k vidění do 6. listopadu v Paláci YMCA. **PATRIK NGUYEN**

Tipy na dnešní den

PŘEHLÍDKA

Od 18 hodin se v Pasáži českého designu v ulici Na Příkopě koná komorní módní přehlídka se Chantal Poullain, kde budou k vidění současné díla z aktuálních kolekcí i několik soliterních modelů. Přímou v pasáži můžete zájemci zakoupit od 16 do 20 hodin i modely značky E.daniely.

KONCERT

U stanice metra Anděl, před výstupem Na knížecí, se konají od 16.30 Smíchovské slavnosti, kde vystoupí David Koller Band, Monkey Business, PSH a Prago Union.

VÝPRAVA

Pokud se chcete podívat za netopýry, můžete od 18 hodin přijít ke Slechtově restauraci ve Střimově. Je potřeba se ale hlásit na mailové adrese swolova@lesy-praha.cz a zaplatit za exkurzi 50 korun. **MET**

INZERCE

Odbor kultury, sportu, mládeže a památkové péče Městské části Praha 8 pořádá

Oslavy Dne seniorů aneb Zábava pro celou rodinu

sobota
29. září 2018
10:00–18:00 hod.

U Meteorů 6

před tzv. Bílým domem,
budova úřadu MČ Praha 8

spojení MHD:
metro =B= stanice Palmovka
tramvaj č. 3 a 10 do zastávky
Libeňský zámek

PROGRAM NA PÓDIU

10:00–14:00

folklórní vystoupení českých krajanů z Ukrajiny, Chorvatska, Srbska, Slovenska, Francie, Maďarska a Rumunska

14:15–14:45

Zuzana Bubílková a Petr Jančařík - I. část

15:00–16:00

koncert Nadi Urbánkové

16:15–16:45

Zuzana Bubílková a Petr Jančařík - II. část

17:00–18:00

koncert kapely YoYo Band

DOPROVODNÝ PROGRAM

- fotobudka Fotonaut
- ukázky hry pétanque
- ukázky Nordic walking
- zdravotní stan – možnost zdarma změřit tlak, cukr a CO₂
- fyzioterapeut, ukázky cvičení
- spotřebitelská poradna dTest

DĚTSKÝ KOUTEK

- skákací hrad
- výtvarné dílny Osmička pro rodinu

Poslední zářijová sobota bude v Praze 8 patřit seniorům

Již třetím rokem pořádá Městská část Praha 8 **Oslavy Dne seniorů** u příležitosti jejich mezinárodního svátku. Tentokrát Oslavy připadají na sobotu 29. 9., kdy se prostranství před tzv. Bílým domem v Libni promění na kulturně sportovní centrum pod širým nebem.



„Rádi bychom tímto způsobem poděkovali našim rodičům, prarodičům, babičkám i dědečkům, zkrátka všem seniorům za jejich péči, kterou věnovali nejen nám, a projevíli tak úctu za jejich celoživotní přínos pro naši společnost,“ vysvětluje důvod konání akce radní pro kulturu a sport MČ Praha 8 Jana Solomonová.

Jak už podtitul akce napovídá, program bude zaměřen na celou rodinu. Na děti čekají atrakce jako skákací hrad, výtvarné dílny s Osmičkou pro rodinu, fotobudka Fotonaut a řada dalších. Pro nejstarší generaci je připraven pestrý doprovodný program, hra pétanque s profesionálními trenéry, ukázky Nordic Walking, zdravotnický stan, fyzioterapeuti a další.

V rámci hlavního programu na pódiu vystoupí od 10 hodin krajské spolkové Čechů žijících na území Ukrajiny, Chorvatska a Slovenska. „Naši

krajané vystoupí s písněmi i tanci, které jim dělají radost a zároveň jim připomínají vlast jejich předků,“ zdůrazňuje radní Jana Solomonová. Po vystoupení krajanů vás ve dvou vstupech rozesmějí **Zuzana Bubílková** s **Petrem Jančaříkem**. Příznivce hudby 60. a 70. let potěší vystoupení zpěvačky **Nadi Urbánkové**. Vrcholem akce bude od 17 hodin koncert populární skupiny **YoYo Band** s frontmanem **Richardem Tešáříkem**.

Vstup na akci včetně veškerého doprovodného programu je pro všechny návštěvníky zdarma. Samozřejmě budou stánky s rozličným občerstvením pro malé i velké.

Návštěvníci mohou na místo konání akce přijet metrem =B= do stanice Palmovka a odtud cca 5 minut pěšky nebo tramvají č. 3 a 10 do zastávky Libeňský zámek.

Z akce bude pořízena foto a video dokumentace, která může být zveřejněna.

akce se koná pod záštitou radní Jany Solomonové

Městská část Praha 8

OSMIČKA pro rodinu

vstup zdarma

Hrdinka

Učitelka mateřské školky z Olomoucka Darina Nešporová se dočká státního vyznamenání. Včera to oznámil prezident Miloš Zeman. Učitelka zachránila čtyři děti. Událost se odehrála loni v létě. Šla po lesní cestě s dětmi, když se náhle proti nim vyřítilo auto. Učitelka neváhala a tři děti stačila odstrčit, čtvrté chránila svým tělem. Sama skončila pod koly auta. Za svůj čin byla vyznamenána také Cenou Michala Velíška.

iDNES.cz



Dítě bez mobilu je dnes rarita

Rodiče na svých potomcích nešetří.

On-line ve dne v noci

81

Podle zjištění mezi zákazníky spočítala Poštovní spořitelna, že tolik procent jejich dětí ve věku do patnácti let má vlastní mobilní telefon.

96

Tolik procent teenagerů ve věku od patnácti do sedmnácti let se připojuje na internet převážně přes mobil, 85 procent dětí všech věkových kategorií se takto připojuje denně. V roce 2010 se v Česku připojovalo na internet přes mobilní telefony jen 37 procent dětí.

Dobry sluha a zly pan. „To, že se nám nelíbí, když jsou děti přilepené k mobilu, nevyřeší základy nebo zabavování mobilů,“ říká Pavel Košek, který se ve Vodafonu zabývá digitálním rodičovstvím. Tedy tím, jak mají dospělí korigovat vztah dětí k internetu. Jak zjišťuje, rodiče si mu často stěžují na závislost svých dětí na mobilech a internetu.

„Když se ale zeptáte dětí, co jim vadí na rodičích, tak povědí úplně to samé,“ říká Košek. Že rodiče neustále sledují displej telefonů, reagují na vzrasy na sociálních sítích a dětem se nevěnují. Košek radí k vyváženému přístupu k mobilnímu světu a činností mimo internetovou sféru. To ale není podle něho snadné. Mobilní telefon dnes totiž provází děti doslova od kolébky.

„Většina dětí dostane svůj první mobil v první až třetí třídě základní školy,“ upozorňuje Monika Buřičová, mluvčí Poštovní spořitelny. V šesté třídě nemá vlastní mobilní telefon jen asi pět procent školáků. Ti, kteří dostanou mobil až v osmičce nebo devítce, jsou v dnešní době v podstatě raritním jevem. Spořitelna také zkoumala, kolik peněz děti provolají a prosurfují přes mobily. „Rodiče se snaží udržet tuto částku kolem dvou set korun měsíčně,“ říká Monika Buřičová. Nejde však jenom o finanční kontrolu, přes kterou se snaží dospělí brzdit dětský pobyt především na internetu. Jak zjistil reprezentativní prů-

zkum Masarykovy univerzity Brno, i s omezenými prostředky dnes prožije víc než pětina všech dětí denně víc než čtyři hodiny ve virtuálním světě. Pokud nemají dostatek dat, připojují se venku přes veřejné wi-fi. Těch je dost. Chytnout se dá na zastávkách, chytrých lavičkách, v okolí kaváren, škol a dalších institucí.

„Přítom před osmi lety, kdy jsme stejné údaje také zjišťovali, byl déle než čtyři hodiny na mobilním internetu jen zloemek dětí. „O víkendu se tento čas ještě prodlužuje, až na sedm hodin denně,“ říká David Šmahel z Fakulty informatiky Masarykovy univerzity. Jen třetina dětí ve věku, kdy dostávají první mobily, si ale podle Šmahela dokáže ověřit, jestli je informace, kterou na internetu zjistily, pravdivá, nebo ne. PAVEL HRABICA

Zprávy krátce

Ukradl tři banány, pak prodavačovi urazil zub

Napadením prodavače vyvrcholila banální banánová krádež v Hodoníně. Když se prodavač dožado-

val vrácení ovoce, zloděj jej povalil na zem a vykopkl mu zub. Policie zjistila, že se jedná o několikrát trestaného muže.

Balík za dva tisíce

Kvůli horkému a suchému

létu je málo sena. Cena jednoho balíku se vyšplhala až téměř ke dvěma tisícům a seno se tak stalo výhodným zbožím, ale i terčem zlodějů. Chovatelé dobytka, ale i koní tvrdí, že se budou muset kvůli tomu zvířat zbavovat. iDNES.cz

INZERCE

**HLEDÁ SE
PRIMÁTOR!
SUPERDEBATA
S KANDIDÁTY DO
ČELA PRAHY**

**VE STŘEDU 26. ZÁŘÍ OD
12:30 ŽIVĚ NA iDNES.CZ**



**PRIMÁTORSKÁ
SUPERDEBATA**
iDNES.cz



**SMÍCHOVSKÉ
SLAVNOSTI**

**David Koller
Monkey Business
PSH
Prago Union**

25. 9. 2018 17:00 - 22:00
Areál nákladového nádraží Smíchov
vstup z metra nebo tram Na Knížecí | u Radlické - Kulturní sportovní

Dítě mohou na dálku kontrolovat mobilní aplikace

Vybízejí rodiče marně potomka, aby šel večerět, a on stále surfuje na mobilu? Přes speciální aplikaci mu mohou zablokovat přístup k internetu.

- V porovnání s rokem 2010 se rodičovská kontrola toho, co jejich děti sledují na internetu, a možnost blokování nevhodného obsahu snížila podle Masarykovy univerzity Brno ze sedmnácti procent na deset.

- Třetina českých rodičů podle toho, co uvádějí děti, s nimi

o tom, co sledují a dělají na internetu, vůbec nemluví. Š třetinou dětí se o tom rodiče baví jen výjimečně.

- Sledovací aplikace typu Family Security umožňují navolit například oznámení, že dítě odchází ze školy, a pak i to, že přišlo včas na trénink, na kroužek nebo ke kamarádovi či prarodičům.

- Aplikace také mohou dětem blokovat stránky s nevhodným obsahem (pornografie, rasismus, gambling a jiné).

Zprávy krátce

Házel po autech kameny

Na Zlínsku kolem 21. hodiny přímo ve středu vozovky agresivní muž ohrožoval projíždějící řidiče. Chytila ho policie, lékaři mu naměřili 2,45 promi-

le alkoholu. Hrozí mu až rok za mřížemi.

Léto na horách. Vyrovná se zimě

Skvělé léto mají za sebou podnikatelé v turistickém ruchu v Orlických horách.

Lidí přibýlo o desítky procent. Letní sezona je tak pro Orlické hory stále významnější a časem by se mohla vyrovnat i té zimní. Jen lanovka v Deštném v Orlických horách letos v létě vyvezla rekordních 12 tisíc lidí. **IDNES.cz**

Opilý houbař je rekordmanem

Naměřili mu 8,83 promile. Lékaři tvrdí, že vypadal střízlivě.

Kdyby česká kniha rekordů zapisovala do svých záznamů i výkony opilců, vyhrál by. Houbařovi, který se v sobotu zranil v lesích na Bruntálsku, lékaři měřili i hladinu alkoholu v krvi. A nestačili se divit – hodnota 8,83 překvapila i zkušené lékaře. Novináře o tom včera informoval mluvčí nemocnice Jiří Krušina.

Jednačtyřicetiletý muž skončil na pohotovosti v sobotu odpoledne, když si údajně při návratu z hub po špatném došlápnutí na větev poranil kotník. Ukázalo se, že má komplikovanou zlomeninu kotníku a bude nutná operace. Lékaři se ale zdálo, že muž hůře artikuluje, a tak se zajímal i o množství vypitého

Čurda hadr

K 7,94 promile alkoholu v krvi se propil také legendární traktorista Milan Čurda, který boural před 13 lety.

• Čurdu, řidiče ze Semilsky, opilého chytili ještě několikrát. Musel si odpracovat 400 hodin veřejných prací, ale z těch si odpracoval jen hodinu. Podle posledních zpráv postupně propijí celý svůj majetek a žije se jako truhlář.

• Světovým rekordmanem je

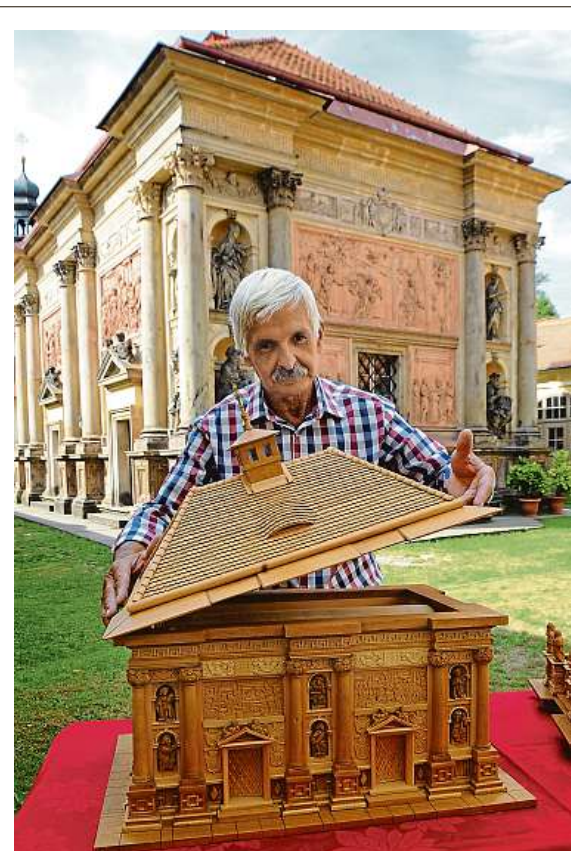
jeden Polák, který měl po oslavě s kamarády 12,3 promile.

• Podle lékařů je vážná otrava alkoholem při 4 promile. Projevuje se těžkými poruchami vědomí, oblužením, nastává riziko zástavy dechu a oběhu. Smrtelné je množství pět promile.

• Zároveň ale lékaři upozorňují na to, že trénování pijaní vydrží mnohem více. Například po třech promile ani nepoznáte, že jsou opilí.

alkoholu. Muž přiznal jeden a půl piva, jenže při odběru krve se ukázalo, že má v krvi 8,83 promile alkoholu. Operace tak musela být odložena a muž skončil na JIPce. Primářka interního oddělení Nadežda Mičudová uvedla, že se za svoji třiatřicetiletou praxi s něčím podobným nesetkala. „Pacient chodil, byl orientovaný. Klinicky vypadal ma-

ximálně na tři promile alkoholu. Přibližně o hodinu a půl později jsme mu nechali udělat další odběr, kdy měl po přepočtu 8,15 promile alkoholu v krvi. Pacienta jsme proto hlídali a pomocí infuzí hydratovali,“ uvedla Mičudová. Ještě po dalších necelých osmi hodinách měl muž v krvi stále přes pět promile alkoholu. **ČTK a MAP**



Do detailu vyřezaná

Po dvou letech intenzivní práce dokončil řezbář Jiří Cobl miniaturu Lorety Rumburk. Barokní klenot severních Čech vytvořil z lipového dřeva, nechybí nejmenší detaily. Zatímco skutečná kaple má pouze jednu střechu, miniatura má dvě. K vytvoření její miniatury se Cobl dostal přes svůj koníček. „Pracuji léta na pohyblivém betlémě, v němž zpracovávám rumburské náměty. Chybět tedy nesměla loreta. Ale jak jsem ji dělal, tak se mi tak zalíbila a byla najednou tak výjimečná, že jsem se rozhodl ji umístit zvlášť,“ řekl. Práce na miniatuře v měřítku 1:35 nekončí. Teď se Cobl vrací k betlémě, který je hotov ze sedmdesáti procent. „Pak se pustím do interiéru kaple. Chtěl bych vytvořit i točité schodiště,“ uvedl Cobl. Miniaturu si mohou zájemci prohlédnout při zahájení adventu v Rumburku 1. prosince a ve vánočním období při prohlídkách pohyblivého betlému v rodinném domě Cobl. **ČTK**

INZERCE



Košík.cz
Potraviny přes internet

**Hledáme kurýry na HPP,
nabízíme plat až 35 000 Kč.**

Přidejte se k nám a k nástupu získáte:

BONUS

10 000 Kč

Sklad: F.V. Veselého 2720/13 (C1), Horní Počernice, 193 00 Praha 9
Pro detaily a více informací nás kontaktujte:



226 256 040



hr@kosik.cz



VÍME, JAK BOJOVAT PROTI NEKONEČNÝM ZÁCPÁM

O čas, který prostojíme v zácpách v pražských ulicích, okrádáme svou rodinu, zaměstnavatele, a hlavně sami sebe. Musíme s tím něco udělat, a to rychle. Nepotřebujeme vymýšlet důvody, proč to nejde. Hledáme způsoby, jak zbavit Prahu jejích nejpálčivějších neduhů. A doprava mezi nimi rozhodně hraje prim.

■ **Co byste udělal jako první pro zlepšení dopravy, budete-li pražským primátorem?**

Začal bych investovat. Podle TSK je vnitřní dluh na silnicích 21 miliard korun. Chceme tento stav změnit a začít do rozvoje Prahy systematicky investovat. Na pomyslném magistrátním stole leží několik důležitých projektů, které je nezbytné začít realizovat. Některé jsou vytvořeny již několik let, a zatím se nedočkaly žádné akce.

■ **Napadá vás konkrétní krok?**

Vzhledem k současné dopravní,

ale i bytové, situaci v Praze je nutné velké stavby dokončovat v co nejkratších termínech. To je ten hlavní problém. Chceme proto zřídit centrální stavební úřad, který by řešil pouze tuto problematiku. Zkušenosti a úřednický aparát by tak měly napomoci u velkých projektů výrazně zkrátit délku stavebního řízení. Těch priorit je hned několik – jsme si totiž naprosto jasně vědomi toho, že musí být co nejrychleji dokončena stavba vnějšího okruhu města. My víme, že sliby typu, že to bude do 10 let, vůbec neodpovídají realitě. Ale je potřeba už konečně začít! Paralelně je třeba začít s výstavbou linky metra D, která také

výrazně pomůže odstranit dopravní zátěž. Máme moderní a fungující síť MHD, kterou je potřeba kontinuálně vylepšovat podle standardů 21. století. Ale nebudeme slibovat, že bude zdarma – to by vedlo pouze ke kolapsu.

■ **Dá se podle vašeho názoru zlepšit každoroční údržba silnic v Praze? Ty také velmi komplikují dopravu.**

Rozhodně ano. Za vlády ANO klesly investice o polovinu, chceme obrátit trend. Navíc je potřeba věc řešit koordinovaně a s rozumem. Proto bychom zřídili funkci městského organizátora. Takový člověk by měl na starosti koordinaci velkého projektu tak, aby nedocházelo k nesmyslným uzávěrám na páteřních komunikacích ve stejný moment, tak jako tomu bylo kupříkladu letos v létě. Pravdou je, že si uvědomujeme, že mezi další prio-

rity rozhodně patří oprava mostů, které jsou v havarijním stavu. Na to bude potřeba Pražany připravit – mimo jiné musí vědět, jak se věci mají, aby se neopakovaly události z pražské Troji.

■ **Pokud se vám ve funkci primátora podaří zlepšit dopravu, je asi nutné vyřešit také problém s parkováním, souhlasíte?**

Naprosto. Chceme zavést jednotný systém parkování pro obyvatele hlavního města a souběžně zajistit dostatek odstavných ploch pro dojíždějící, tzv. P+R – park and ride. Nejen pro lepší dopravní spojení ze Středočeského kraje do Prahy je třeba ve spolupráci se státem budovat další železniční spoje – přes letiště až do Kladna a také nové propojení Hlavního a Masarykova nádraží. Prahu čeká hodně práce!

www.spojenapraha.cz

SPOJENÉ SÍLY PRO PRAHU

TOP 09 STAROSTOVÉ
A NEZÁVISLÍ

KDU-ČSL

MAGISTRÁTNÍ VOLBY
5. a 6. října 2018

JIŘÍ POSPÍŠIL (TOP 09)

HANA KORDOVÁ MARVANOVÁ (STAN)

Okruh má přednost!
Urychlení dopravních staveb.

www.spojenapraha.cz

VOLTE Č. 6
KAREL DOPORUČUJE

ve spolupráci s LES a Demokraty Jana Kasla

Chystá se silnější bič na hříšníky

Policisté chtějí zdrazit pokuty. Skončí zřejmě i „domluva“.

Ministerstvo dopravy ve spolupráci s policií pracuje na zpřísnění bodového systému. Více se bude postihovat používání mobilu za volantem. Zdraží i pokuty za nejčastější přestupky, tedy překročení rychlosti, jízdu na červenou a nebezpečné předjíždění.

Bodový systém v Česku platí dvanáct let. Několik let se mluví o jeho úpravě. Novela přestupkového zákona a zákona o provozu na pozemních komunikacích se připravuje na ministerstvu dopravy. Do konce roku má odejít do Poslanecké sněmovny.

Dražší má být podle nového návrhu jízda na červenou, vysoké překročení rychlosti

a nebezpečné předjíždění. Za první pololetí letošního roku tvořilo překročení nejvyšší povolené rychlosti 56 procent evidovaných přestupků. Každý den takto uloví policisté v celém Česku téměř 500 řidičů. K těmto třem ještě přibude zpřísnění trestů za řízení pod vlivem alkoholu. Výraznější postihy plánuje chystaná novela také za používání telefonu za volantem, to je třetí nejčastější přestupek.

V rámci novelizace má z ceníku pokut také zcela vypadnout takzvaná „domluva“. Policista tedy nebude moci za přestupek řidiči pokutu odpuštít s „domluvou“. Nově se má zavádět pokuta za nedodržení bezpečné vzdálenosti za vozidlem jedoucím před vámi. Pro čerstvé šoféry se chystá řidičák s omezenou platností. První tři roky budou mít jen polovinu bodů, o které budou moci přijít. Namísto 12 tedy šest. **IDNES.cz**

Telefon za volantem

10

Až 10 tisíc plus čtyři trestné body. Tolik by mohlo hrozit po zpřísnění trestání řidičů hříšníků, kteří volají nebo jinak manipulují z mobilu za jízdy. Bloková pokuta by měla vzrůst až na 2 500 korun. Dnes za telefonování bez handsfree hrozí tisícikorunová pokuta na místě nebo 1 500 až 2 500 korun ve správním řízení plus dva trestné body.

6

Jedna z plánovaných variant počítá také s tím, že z bodového systému úplně vypadne dvoubodové ohodnocení přestupků a řidiči budou dostávat pouze 4 a 6 bodů. To má být krok ke zjednodušení celého systému, po kterém odborníci volají.



Jednali o problémech

O nedostatku lékařů a sester v regionech začali včera odpoledne v Praze jednat zástupci celostátní tripartity s představiteli tripartit z krajů. Asociace krajů opakovaně varovala, že kvůli chybějícímu personálu by se mohla omezit dostupnost péče. Odbory si stěžují na přetíženost pracovníků a chtějí se obrátit na inspekci práce. Diskutovalo se i o propojení škol s firmami nebo dostavbě tolik potřebného Pražského okruhu. Sociální demokraté například navrhuji zvýšení minimální mzdy o 1200 korun měsíčně, ANO chce jen tisícovku.

ČTK

INZERCE

PRO SENIORY SLUŽBY, NE ŠMEJDY

Hana Třeštková produkovala dokumentární film Šmejdi, který spustil boj proti okrádání seniorů. Ve vedení Prahy 7 zajistila pro seniory řadu služeb, včetně tančiren, výletů a slev. Na Sedmičce jsme už opravili polikliniku a dostupné byty.

Podívejte se, jak zařídíme důstojné stáří v celé Praze.
PRAHASOBE.CZ



PRAHA SOBĚ

POZOR NA NĚ!

PĚTIPRSTÁK DOPRAVNÍ *Quinqueprstae transportus*

Místo výskytu

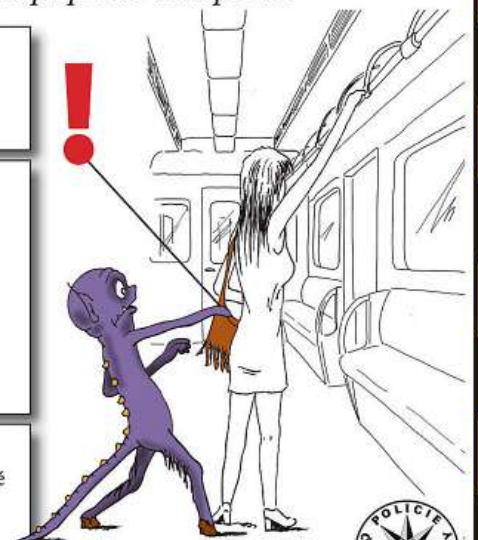
- Tramvaje
- Autobusy
- Metro

Způsob obživy

- Natlačí se na oběť, opatrně rozepne kabelku na rameni a krade vše cenné.
- Často využívá okamžik vystupování, či nastupování.
- Loví ve skupině.

Prevence

- Při nastupování, jízdě i vystupování z prostředků MHD mějte kabelku pod dohledem, nejlépe na klíně nebo před tělem.



V případě výskytu: ☎ 158

Tento materiál byl pořízen z finančních prostředků poskytnutých hlavním městem Prahou na prevenci kriminality.

Číslo dne

347

Vinaři z Moravy a Čech bodovali ve Vídni na světové soutěži vín, které se zúčastnilo přes 1700 producentů z 39 zemí. V soutěži AWC Vienna získali celkem 347 medailí, tedy o 27 medailí víc než loni. Kromě 63 zlatých a 284 stříbrných medailí získala vína z České republiky i 107 ocenění dobré kvality. Nejúspěšnějším ze zúčastněných vinařství bylo Vínobotur, které získalo pět zlatých medailí, a Vinselekt Michlovský s čtyřmi zlatými a 16 stříbrnými medailemi. V loňském roce přivezli vinaři z Vídne 32 zlatých a 208 stříbrných medailí, ocenění dobré kvality získali 82. Slavnostní vyhlášení vítězů se uskutečnilo ve výstavním paláci vídeňské radnice 28. října.



Kérka podle Muchy

Brněnská výstava Alfonse Muchy slaví úspěch. Za tři měsíce ji navštívilo více než 40 tisíc lidí. A chystají se nové komentované prohlídky a další doprovodný program. Například včera se tam konala na galerii neobvyklá akce. Návštěvníci si v expozici mohli nechat tatery vytvořit přímo do kůže některé z děl slavného českého malíře. MAFRA



INZERCE

NIKDO VÁM NEVNUCUJE, CO SI MÁTE MYSLET

ParlamentníListy.cz

Nemocenská. Plně proplácená

Dohoda. Nemocní budou mít nárok na peníze už od prvního dne, kdy stůňou.

Lidé ANO a ČSSD se dohodli na obnovení proplácení náhrad výdělku v prvních třech dnech nemoci. Zrušení takzvané karenční doby bylo jednou z klíčových podmínek, aby sociální demokracie vstoupila do koalice.

Ministryně práce a sociálních věcí Jana Maláčová sdělila, že příslušná novela půjde

podle její dohody s premiérem Andrejem Babišem příští týden ve Sněmovně do dalšího čtení a předseda sněmovního klubu ANO Jaroslav Faltnýk zajistí, aby pro změnu zvedli ruku i poslanci nejsilnější vládní strany.

Náhrada bude ve výši 60 procent denního vyměřovacího základu. Zaměstnavatelům bude opatření kompenzovat snížení odvodů o 0,2 procentního bodu na zdravotním pojištění, což činí zhruba 3,5 miliardy korun.

„Proplácení prvních tří dnů nemocenské spustíme od 1. července 2019, tedy v původním termínu. Jsem ráda, že jsme zažehnali rodí-

cí se koaliční spor,“ uvedla Maláčová.

Premiér Andrej Babiš v minulých týdnech spojoval zrušení karenční doby s tím, že bude zavedena elektronická neschopenka. Ministryně Maláčová však záležitosti spojoval odmítala, protože projekt e-neschopenky může podle ní fungovat od roku 2020. Součástí veřejné dohody je i to, že systém začne „nabíhat od roku 2019“.

Zrušení takzvané karenční doby kritizuje opozice. Ta svou kritiku staví na tom, že to přinese státnímu rozpočtu výdaje a také to, že systém, na který si lidé zvykli, budou zneužívat nepoctivci. **idnes.cz**

Bouřka a vichr. V ČR řádil živel

Silný vítr, který hlavně v neděli večer a v noci na včerejšek zasáhl Česko, omezil železniční i silniční dopravu. Energetici kolem poledne evidovali přes 14 tisíc odběrných míst bez proudu, před půlnocí jich ale bylo zhruba desetkrát více. Hasiči měli stovky výjezdů. U Hluboček na Olomoucku se dva lidé zranili po pádu stromu na chatu, v Menharticích na Třebíčsku spadla na auta stodola. Škody způsobené větrem evidují i Lesy ČR. Vichřice jim o víkendu podle předběžných odhadů poničila 300 tisíc metrů krychlových dřeva, což je asi 300 tisíc stromů. Víkendové polomy představují tak čtyři procenta roční těžby Lesů ČR. Na železnici byla kvůli silnému větru neprůjezdná desít-

Škody

Spadlé stromy zastavily vlaky na více než deseti úsecích včetně hlavní trati mezi Benešovem a Táborem.

- V noci byly mimo provoz i některé úseky hlavně na jihu Čech a na severu Moravy.

ka tratí, o pět hodin později vlaky podle webu Českých drah nejely už jen mezi Strakonice a Katovicemi.

Noc na včerejšek byla větrná zejména na horách, na Sněžce vítr dosáhl síly orkánu, až 137 kilometrů za hodinu, na Klínovci vítr dosáhl rychlosti až 112 kilometrů v hodině, tedy síly mohutné vichřice. **ČTK**

Další žena si po letech vzpomněla

Právník má informace, že prominent jako student vnucoval spolužačkám alkohol a drogy.



Brett Kavanaugh AP

Kandidáta amerického prezidenta Donalda Trumpa na soudce Nejvyššího soudu USA Bretta Kavanaugha obvinila z nevhodného sexuálního chování už druhá žena. Zprávu přinesl magazín The New Yorker jen několik hodin poté, co právní výbor Senátu USA na čtvrtek určil termín slyšení Christine Blaseyové Fordové, která Kavanaugha obvinila ze sexuálního útoku na střední škole.

S novým obviněním přišla triapadesátiletá Deborah Ramirezová. Popsala incident, kdy se Kavanaugh v akade-

mickém roce 1983–84 obnažoval na kolejním večírku na Yaleově univerzitě, na němž se pil alkohol. Údajně jí strčil penis před obličej a ona se ho proti své vůli dotkla, když chtěla tehdejšího studenta prvního ročníku odstrčit.

Bílý dům tvrzení Ramirezové odmítá.

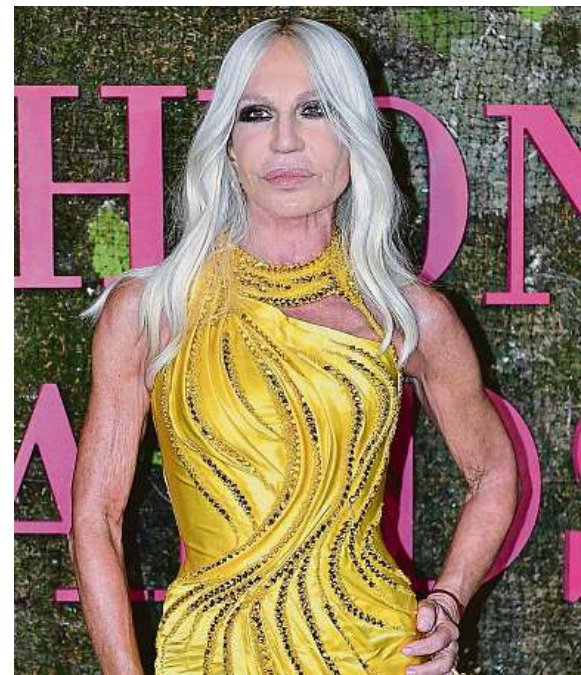
Kalifornská senátorka Diane Feinsteinová vyzvala šéfa právního výboru Chucka Grassleye, aby se připojil k zá-

dostem demokratů o zásah FBI, který by měl Kavanaughovu minulost prošetřit.

The New Yorker napsal, že Ramirezová se zprvu zdráhala veřejně promluvit, částečně proto, že v její paměti jsou mezery způsobené pitím v době incidentu. Připustila také, že si není úplně jistá, jakou roli tehdy Kavanaugh při události sehrál.

Magazín tvrdí, že Ramirezová své vzpomínky šest dní pečlivě vyhodnocovala a radila se se svým právníkem, než si byla svými vzpomínkami na incident dostatečně jistá.

Známý americký advokát Michael Avenatti mezitím na Twitteru oznámil, že začal zastupovat ženu s důvěryhodnou informací o tom, že Kavanaugh s přítelem Markem Judgem vnucovali spolužačkám na střední škole alkohol a drogy. Avenatti uvedl, že má důležité důkazy. **ČTR a MET**



Bude Versace na prodej?

Sestra zesnulého zakladatele a současná umělecká ředitelka a zástupkyně šéfa společnosti Donatella Versace (na snímku) svolala na dnešní den setkání se zaměstnanci, na němž by mohla učinit oficiální oznámení o prodeji firmy. List Corriere della Sera odhaduje hodnotu značky s logem s hlavou Medúzy na dvě miliardy dolarů (zhruba 44 miliard korun). **AP**

INZERCE

MedelaDerma studio lékařské kosmetiky nabízí

studio lékařské kosmetiky

MEGA AKCE

LUXUSNÍ OŠETŘENÍ PLETI S **80% SLEVOU** ~~1700 Kč~~ nyní **499 Kč**

INTENZIVNÍ REGENERAČNÍ, PROTIVRÁSKOVÉ A OMLAZUJÍCÍ OŠETŘENÍ PLETI. OKAMŽITÝ VIDITELNÝ VÝSLEDEK, DLOUHOTRVAJÍCÍ 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 **31. 10. 2018**

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

nyní jen
499 Kč



Práce - nabídka

• Slévárna v Praze 5 přijme Mistra Lichého pole a Slévárenské dělníky. Dobré platové podmínky, 7,5 hod. prac. doba, benefity. Životopis na: personal@praguecast.cz. Tel.: 222534534.

• 138 Kč/hod. za pozici PO-KLADNÍ - směny si rezervujte jak potřebujete, prodejny po celé Praze. Tel.: 222534534, www.creditczech.cz

Máme jiný přístup!



Práce v bezpečnosti / údržbě / úklidu

Náborové dny: Po-Pá 9:00-16:00
Vladislavova 17, Praha 1
Tel.: 800 111 112

SOU potravinářské Jílové u Prahy

PŘIJME UČITELE

ČJL(10h), ON(3),

DĚJ(1), PSYCH(1)

Ubytování

Nástup ihned.

tel.: 736 622 550

HLEDÁME majetkářku na plný úvazek.

Podmínka ovládnání EMA-GORDIC.

Info:

reditel@betlemska.cz

• Brigáda v lahůdkách a pekárně 138 Kč/hod., ŠKOLENÍ, ZÁLOHY. Pracuj podle potřeb, ranni/odpolední, v týdnu nebo jen víkendy. Tel.: 222534534

• Brigáda pro každého, odměna 138 Kč/hod., vybalování a doplňování zboží, ZALOHY! Zvládne to každý, i ty. Volej 222534534, www.creditczech.cz

• Přijmeme zaměstnance úklidu, nutný čistý TR, nástup ihned. Volejte 720665191

• Přijmeme zaměstnance ostrahy. Nutný čistý TR, 12h směny. Volejte 720665191

• Hledáme pracovníky ostrahy. Nutná fyzická zdatnost, čistý TR. 12 denní směny za 150/hod. Kontakt 720665191

• Půjčovna stavebních strojů na Praze 10 přijme servisní techniky, montéry výtahu, řidiče, strojníky. Nástup možný ihned. Tel.: 606631354

• JEDNODUCHÉ čištění ELEKTRONIKY až 25.000 Kč, HPP, základy PC, jídlo za pár kaček, Praha, www.jobleader.cz, tel. 725921922

• KOMPLET.BALÍČKŮ kosmetiky, až 24.000 Kč, 2 směny, bonusy, snadná práce na HPP, svaz z Opatova, www.jobleader.cz, tel. 777443555

• Přijmeme nové zaměstnance na pozici strážného. Objekty v rámci Prahy a blízkého okolí. Nabízíme: práci formou DPP, mzdu 95-120 Kč/hod., služební výstroj, možnost ubytování. **VOLEJTE ZDARMA:** 800108111, nabor@abasco.cz

• Přijmeme nové zaměstnance na pozici strážného. Objekty v rámci Kralupy nad Vltavou a blízkého okolí. Nabízíme: práci formou DPP, mzdu 95-120 Kč/hod., služební výstroj, možnost ubytování. **VOLEJTE ZDARMA:** 800108111, nabor@abasco.cz

• Přijmeme muže a ženy na pozici bezpečnostní pracovník. Získejte stabilní mzdu až 130 Kč/hodina. Možnost týdenních výplat a zajištění ubytovny. Volejte zdarma 800 111 112.

• Výplata mzdy ihned po směně. Hledáme fyzicky zdatné kolegy na vykládku/nakládku kamionů do Modletic u Prahy (10 min. z Opatova). Mzda 90 Kč čist./hod. Směny po-pá 18-05, svozový autobus z Opatova zdarma. Proplatíme i přestávky. Možná i dlouhodobá spolupráce. Volejte Janu 727968424. www.wellpack.cz

• ZŠ v Praze 6 přijme na plný úvazek speciálního pedagoga.Tel. 220517292, zavadiлова@zspodmarjankou.cz

• Přijmeme skladníky VZV, Pic-kery, pomocné expedyenty. Možnost ubytování, zálohy, stálá spolupráce. Tel.: 732839251

• Akciová spol. přijme pracovníky ostrahy pro Prahu a okolí, vhodné ID a SD, také recepční a AJ, mzda až 18.000 Kč, nábor. příspěvky až 10000 Kč, možnost záloh na mzdu. Tel: 224109445, 777470798.

• Hledáme muže a ženy na úklid osobních vlaků v Praze 4, 12-ti hod. směny. Další informace na tel. 604108215

Slévárna v Praze 5 přijme Pracovníka obalovny a keramiky. Dobrý plat, 7,5 hod. prac. doba, benefity. Životopis na: personal@praguecast.cz. Tel.: 222 531 704.

Přijmeme MISTRY A SILNIČNÍ DĚLNÍKY

Zakládáme novou partu, přidejte se k nám!

tel.: 725 573 510
PORR a.s., stavební firma

PRODEJCE PO TELEFONU Hlavní úvazek i brigáda!

180 Kč/HOD. + BONUSY
práce přímo na metru B
obědy zdarma a mnohem víc

PRODEJ V CALL CENTRU.
Pomáhejte šetřit náklady za energie!
Pro více informací volejte
ZDARMA 800 26 27 28



BALENÍ A EXPEDICE KNIH

MZDA 110 Kč ČIST./HOD.

Pravidelné směny PO-PÁ 06-14/14-22
VÝPLATA PRŮBĚŽNĚ PO TÝDNU
Start práce je 03.09.2018
Místo výkonu práce Rudná u Prahy
Garantujeme dlouhodobou spolupráci
Dobrá dopr. dostupnost z metra Zličín
Volejte Pavlu 727 903 706
zamestnani@wellpack.cz



HLEDÁME NOVÉ POSILY DO TÝMU!

- > ŘIDIČE SK. C (E) - náborový příspěvek 40 000 Kč
- > ZÁVOZNIKŮ > METAŘE
- > AUTOMECHANIKY
- > (až 14 výplat, roční bonusy, stravenky, smlouva na dobu neurčitou a další)

Stavte se vyplnit dotazník nebo pište na mail: prace@komwag.cz
Perucká 10, Praha 2,
tel.: 773 770 773, www.komwag.cz



BALENÍ A KOMPLETACE REKLAMNÍCH PŘEDMĚTŮ

MZDA 110 Kč ČIST./HOD.

Pravidelné směny PO-PÁ 06-14/14-22
VÝPLATA PRŮBĚŽNĚ PO TÝDNU
Požadujeme zodpovědnost a spolehlivost
Fyzicky nenáročná práce
Garantujeme dlouhodobou spolupráci
Dobrá dopr. dostupnost z metra Černý Most
Volejte Pavlu 727 903 706
zamestnani@wellpack.cz

VYBERTE SI Z DLOUHODOBÝCH BRIGÁD V PRAZE A OKOLÍ

PRÁCE VE SKLADU MZDA OD 130 Kč/HOD. MUŽI I ŽENY NÁSTUP IHNEDE

VOLEJTE ZDARMA 800 14 16 18!

PRAVIDELNÁ BRIGÁDA DO KONCE ROKU!

PRÁCE VE SKLADU MZDA OD 150 Kč/HOD. MUŽI I ŽENY NÁSTUP IHNEDE

VOLEJTE ZDARMA 800 14 16 18!

DLOUHODOBÁ BRIGÁDA NA LETIŠTI PRAHA

MZDA 145-165 Kč/HOD. FLEXIBILNÍ PLÁNOVÁNÍ SMĚN PRACUJTE JEN KDYŽ SE VÁM TO HODÍ. VHDNĚ PRO STUDENTY! VOLEJTE 226 254 957!

dnes 2015

Prima 25 LET

KREJZOVI

Jak Čumpelík prohraje válku s vosami?

Jak pořídit fantastickou výzdobu za korunu?

Jak dostane ženatý milenec na budku?

Bouře Fabienne těžce zasáhla zejména saské Podkrušnohoří

Problémy mělo i frankfurtské letiště. Nevzlétlo sto třicet letadel.

Zkomplikovala železniční, silniční a leteckou dopravu. V centrální a jižní části Německa způsobila velké hmotné škody. To všechno má na svědomí bouře Fabienne, která se v neděli přehnala Německem.

Při bouři zahynula 78letá žena, na kterou v bavorském kempu v neděli večer spadl strom. Zemřela na místě. Kromě toho strom vyvrácený orkámem v Epfenbachu na jihozápadě Německa spadl na au-



V Brünlos v Sasku spadl strom na osobní auto. ČTK

tomobil a vážně v něm zranil na hlavě čtyřletého chlapce. Ten je v ohrožení života. Další tři členové rodiny, kteří se dělí rovněž v automobilu,

podle policie neutrpěli žádná zranění.

Mnoho silnic i železničních tratí muselo být kvůli padajícím stromům uzavře-

no. Nejhůře zasažena byla centrální část Německa, jih, jihozápad a Sasko. Také ze silnic musely být v těchto oblastech odstraňovány vyvrácené stromy. V Sasku bylo těžce zasaženo zejména německé Podkrušnohoří. „Volající nás informovali o tornádu,“ řekl mluvčí místních hasičů. Vitr strhával i střechy.

Dočasně muselo být přerušeno například železniční spojení mezi Erfurtem a Norimberkem, Frankfurtem nad Mohanem a Heidelbergem a také Frankfurtem a Mannheimem. Problémy hlásilo frankfurtské letiště, kde bylo v neděli kvůli bouři zrušeno 130 letů, a na dvacet minut se dokonce přestalo úplně odbavovat.

Ještě v noci na včerešek byly uzavřeny dálnkové tratě mezi Mohuči a Mannheimem, mezi Würzburgem a Norimberkem, mezi Norimberkem a Stuttgartem a mezi Norimberkem a Reznem. Kromě posledních ze jmenovaných se do včerejšího rána podařilo tratě zprovoznit.

V Rakousku bouře Fabienne napáchala menší škody, než se meteorologové obávali. Doprovázel ji vítr o rychlosti 100 kilometrů za hodinu, na vrcholku dolnorakouské hory Sonnwendstein naměřili dokonce 153,7 kilometru za hodinu. Po celém Rakousku museli hasiči vyjít k desítkám případů vyvrácených stromů a spadajícím částem střech. ČTK a MET

Záchrana. Po 49 dnech S přívěskem. Šel do Buckinghamu

Devatenáctiletý Indonésan Aldi Novel Adilang dokázal přežít sedm týdnů na plošině určené k chytání ryb na volném moři. Po 49 dnech ho zachránila ve vzdálenosti 2000 kilometrů od ostrova Guam loď plující pod panamskou vlajkou, která zachytila signál jeho vysílačky.

Mladík byl zaměstnán na plošině uvázaný v moři asi 125 kilometrů od provincie

Severní Sulawesi. Zařízení fungovalo jako lákadlo ryb. Aldiho povinností bylo rozsvěcovat v noci světla, která sloužila jako vnaidlo pro ryby. Jednou týdně mu tam zaměstnavatel nechal dopravovat čerstvé zásoby a odvážet odtud úlovek. Plošina, na níž měl pracovat šest měsíců, je opatřená dřevěným domkem, ale 14. července se utrhla z úvazu. Její součástí není

žádný motor a vítr ji začal unášet volně na sever.

Aldi měl vysílačku se solární baterií, jíž se snažil spojit s posádkami lodí, jež propluly v jeho blízkosti. Signál zachytila až 31. srpna nákladní loď Arpeggio. Pro vysoké vlny se nemožná k plošině dost přiblížit. Mladíka museli vytáhnout s pomocí lana. Podle kapitána byl tak zesláblý, že sám nedokázal vstát. ČTK

Britská policie na několik hodin zadržela muže, kterého podezřívala, že se snaží dostat do Buckinghamského paláce s elektrickým paralizérem. Později se ukázalo, že šlo spíše o nedorozumění.

Takzvaný taser totiž generoval jen velmi nízké napětí, neboť se jednalo pouze o přívěsek na klíče.

Části Buckinghamského paláce jsou přístupné deset týdnů v roce. ČTK

INZERCE

DOER MEDICAL®

Vysoce kvalitní
lubrikační gely
na bázi silikonu

Doer Medical® Silk
Doer Medical®
Aloe Vera & Vitamin E

ŽÁDEJTE VE SVÉ LÉKÁRNĚ

MS TRADE s.r.o.
Zdravotnické prostředky



www.mstrade.eu

LÁZNE MŠENÉ
1796

Lázně pro seniory

Délka pobytu: 5 dní – 4 noci (pondělí – pátek)
Ubytování: jednolůžkové nebo dvoulůžkové pokoje s TV
Strava: polopenze, včetně salátového bufetu, moučnicků a příloh

Léčebný program:
• 1x vstupní lékařské vyšetření
• 1x vulkanpack (záda)
• 1x parafinový zábal na ruce
• 1x Calmonalová koupel
• 1x klasická částečná masáž zad

Cena pobytu
již od 4.530,- 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, 008 • e-mail: lazne@msene.cz

www.msene.cz



PVK nabízejí zákazníkům moderní služby šité na míru

Pražské vodovody a kanalizace nejsou jen dodávka pitné vody a odvádění a čištění odpadních vod, ale také široká paleta služeb, které se snaží PVK neustále zlepšovat a rozšiřovat. Některé z nich jsou určeny pouze pro smluvní zákazníky, ostatní pro širokou veřejnost.

Již od roku 2009 dodržují PVK Závazky zákaznických služeb. V rámci tohoto projektu se společnost PVK zavázala garantovat zákazníkům dobrou kvalitu poskytovaných služeb, termíny atd. PVK např. pomáhají v tíživé finanční situaci zákazníkům s cílem předejít přerušení dodávky vody, pravidelně kontrolují spotřebu vody u každého zákazníka a v případě zjištění nepřiměřeně zvýšené spotřeby zákazníka na tuto skutečnost upozorní na faktuře. Díky této kontrole může být odhalen technický problém jako únik

vody ve vnitřních rozvodech objektu, ale i černý odběr vody.

V dnešní elektronické době jsou hlavními komunikačními kanály internet, mobilní aplikace, zákaznické portály, call centra atd. I společnost PVK se přizpůsobila současnému trendu a nabídla zákazníkům pohodlnou komunikaci, která nevyžaduje osobní návštěvu v zákaznickém centru. Pojďme si představit nejdůležitější a nejzajímavější služby, které PVK nabízí. Přehled všech je pak k dispozici na www.pvk.cz v sekcích zákazníci a služby.

ZÁKAZNICKÝ PORTÁL A MOBILNÍ APLIKACE

Společnost PVK podobně jako ostatní vodárenské společnosti ze skupiny Veolia připravila pro zákazníky přehledný a uživatelsky vstřícný zákaznický portál a mobilní aplikaci. Nový účet do zákaznického portálu je možné vytvořit na internetových stránkách PVK nebo s pomocí rozcestníku moje.veolia.cz.

Na obou platformách mohou zákazníci vyřídít vybrané požadavky on-line, jako například změnu nastavení úhrad, smluvního vztahu, on-line



Vybudujeme vodovodní a kanalizační přípojku.

platby za vodné a stočné nebo nahlášení stavu vodoměru k požadovanému dni fakturace. Dále mají on-line přehled o fakturách a spotřebě vody včetně historie. Samozřejmě jsou informace o haváriích a výlukách v dodávce vody, přehled ukazatelů kvality vody atd. Možnost platby on-line přes portál či aplikaci je ve vodárenském oboru ojedinelá. Faktury je možné platit on-line pomocí platební karty VISA a MasterCard nebo přes platební tlačítko, což je odkaz do internetového bankovníctví s předvyplněným příkazem.

Mobilní aplikace je určena nejen zákazníkům, ale také spotřebitelům a je k dispozici ke stažení pro uživatelská rozhraní Android i iOS.

SMS-INFO: VŠE O VODĚ VE VAŠEM MOBILU A ZDARMA

Díky službě SMS-INFO dostává uživatel na svůj mobilní tele-

fon zdarma informace o všem podstatném, co se vody v Praze týká. Počínaje mimořádnými událostmi přes plánované výluky v dodávkách vody až po aktuální události. K přístupu ke službě SMS-INFO je nutná pouze registrace. Při ní si Pražan určí, zda si nechá zasílat informace z celé Prahy, vybrané lokality či ulice. Vždy záleží na jeho volbě.

Zákazníci si službu mohou objednat přes webové stránky pvk.cz, zákaznickou linku 601 274 274 nebo 840 111 112 či v Zákaznickém centru PVK – Dykova 3, Praha 10. Další možností je zaslat SMS zprávu s textem VEOLIA na číslo 720 001 112, kdy bude operátor klienta kontaktovat a provede s ním rychlou a pohodlnou registraci služby SMS-INFO.

JAKÉ INFORMACE SLUŽBA SMS-INFO NABÍZÍ:

- významné plánované odstávky vody

- velké havárie vodovodního a kanalizačního potrubí ve vašem okolí, které by vás mohly na delší dobu omezit v odběru pitné vody nebo v odkanalizování
- výjimečné provozní události s možným dopadem na zdraví a bezpečnost obyvatel (povodně, intoxikace pitné vody ve veřejném vodovodu apod.)
- aktuální ceny vodného a stočného, provozní dobu zákaznických center a call center, změny adres nebo telefonních čísel

INFORMACE O HAVÁRIÍCH: TŘI MOŽNOSTI

V režimu on-line mohou odběratelé průběh jednotlivých havárií sledovat na stránkách www.pvk.cz, kde jsou informace o výlukách ve speciální sekci. Dozvědí se přesné místo havárie, včetně upřesnění, zda má vliv na dodávky pitné vody, a lokality, kde jsou případně umístěny cisterny s náhradním zásobováním. Vše je dostupné i na Google mapách.

Informace mají k dispozici rovněž zkušení operátoři v call centru. Stačí pouze zavolat na čísla 601 274 274 nebo 840 111 112 a detaily se okamžitě dozvědí. A třetí možností je již zmíněná služba SMS-INFO, kdy informace o havárii dorazí automaticky na váš mobilní telefon.

ZÁKAZNICKÁ LINKA 601 274 274 NEBO 840 111 112

Specializovaná zákaznická linka PVK slouží k hromadnému zpracování telefonních hovorů. Zákazníci zde obdrží informace o dodávkách pitné vody, odkanalizování, fakturaci, smlouvách, kvalitě vody, poruchách na vodovodní či kanalizační síti nebo plánovaných výlukách. Na základě požadavků klientů operátoři upraví výši záloh, vyřeší reklamace, poradí, jaké doklady jsou třeba k sepsání smlouvy, jak postupovat při zřízení

přípojky nebo co dělat, když vodoměr neukazuje správně. Operátoři jsou na zákaznické lince k dispozici 24 hodin denně 7 dnů v týdnu.

ASISTUJEME PŘI ÚNIKU VODY

Asistenční služba pro nouzové situace spojená s únikem vody za vodoměrem je určena pro smluvní zákazníky PVK. Pro každého zákazníka PVK s platnou odběratelskou smlouvou na dodávku pitné vody bude k dispozici asistenční služba 24 hodin denně 365 dnů v roce.

K zákazníkovi v případě nouzové situace přijede asistenční služba a provede odborné práce v rozsahu dvou hodin. Tyto služby zahrnují rovněž refundaci úniku vody. Jde o částečnou náhradu nákladů za vodné způsobené únikem vody v důsledku prokazatelně nastalé nouzové situace.

Součástí služby není uzavírání a otvírání vodovodních přípojek ani vyhledávání úniku na vnitřním rozvodu. Nezbytnou podmínkou je kontaktovat asistenční službu, tel. 212 812 212

SLUŽBY ZA VODOMĚREM

Pokud jsou vaše vodovodní či kanalizační rozvody ve špatném stavu, plánujete novou výstavbu nebo rekonstrukci,



Již od roku 2009 dodržují PVK Závazky zákaznických služeb.

tak se můžete bez obav obrátit na PVK. Vybudujeme či opravíme vodovodní přípojku, vodoměrnou sestavu, vnitřní rozvody vody, kanalizační přípojku a vnitřní rozvod kanalizace.

Kape vám vodovodní kohoutek? Máte ucpané odpady? I to za vás vyřešíme a navíc máme pro vás výhody. Pokud si opravu havárie na vnitřním vodovodu či kanalizace objednáte přes zákaznickou linku 601 274 274 nebo 840 111 112, pak získáte jednorázovou sle-

vu 500 korun z celkové ceny zásahu. Při havárii máte možnost bezhotovostní platby.

KONTROLA KVALITY VODY

PVK mají svou akreditovanou laboratoř od Českého institutu pro akreditaci podle ČSN EN ISO/IEC 17025. Laboratoř nabízí kontrolu kvality pitné, balené, surové, povrchové vody a vody ke koupání, dále kontrolu kvality odpadních vod a kalů.

Klienti si mohou nechat zkontrolovat kvalitu vody v bazénech. Odběr vody z bazénů podléhá přísným pravidlům. Například je nutné provést odběr vzorku maximálně 18 až 20 hodin před jeho předáním do laboratoře. Odebírající by měl mít umyté ruce. Vzorek bazénové vody se odebírá z hloubky 15 centimetrů pod hladinou a minimálně třicet centimetrů od okraje bazénu. Všechny pokyny zákazníci nalezou na webových stránkách www.pvk.cz v sekci služby/rozbory vody. Mikrobiologický a fyzikálně-chemický rozbor u soukromých bazénů přijde zákazníkovi na 500 korun vč. 21% DPH.

Laboratoře myslí i na majitele studní. Nabízejí jim zvýhodněné rozbory základních chemických a mikrobiologických parametrů pitné vody za smluvní cenu tisíc korun včetně DPH. Součástí protokolu o výsledku analýzy je také posouzení výsledků a v případě vzorků, které překročí hygienický limit, zákazníkům doporučíme vhodný postup řešení pro zlepšení kvality vody.



Klienti si mohou nechat zkontrolovat také kvalitu vody v bazénech.

Zákaznické centrum

Dykova 3
Praha 10 – Vinohrady

PROVOZNÍ DOBA:

Zákaznické služby:

Po–Čt: 8.00–18.00 hod.
Pá: 8.00–15.00 hod.

Technické záležitosti:

Po a St: 8.00–18.00 hod.

Laboratoře

Dykova 3, Praha 10
tel.: 221 501 100, 107
laborator@pvk.cz

výdej vzorkovnic:
Po–Pá: 8.00–15.00 hod.

příjem vzorků:
Po: 7.00–9.00 hod.

Zákaznická linka

601 274 274, 840 111 112,
24 hodin denně
7 dní v týdnu

Písemný kontakt

Pražské vodovody
a kanalizace, a. s.
Ke Kابلu 971
102 00 Praha 10, Hostivař
Fax: +420 272 172 390
E-mail: info@pvk.cz



Zákaznické centrum v Dykové ulici je připraveno řešit požadavky.

Sudoku

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

Napište svou bublinu



PAVEL ROHÁČEK
Facebook

FOTO: 2x AP

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



Napadá vás vtipný popisek?

Počasí

DNES	ZÍTRA	ČTVRTEK	PÁTEK
Min. 9 Max. 13	Min. 12 Max. 16	Min. 17 Max. 21	Min. 15 Max. 19

Stupeň zátěže pro dnešek: bio 1

Mírná zátěž. Stupeň zátěže umožňuje běžný denní režim bez omezení, pouze s přihlédnutím k aktuálnímu zdravotnímu stavu.
Teplotní rekord: 26,5 °C
Rok výskytu: 1866

Kvíz

- Kishu-Inu je psí plemeno, jež bylo před tisíci lety vyšlechtěno v Japonsku. A to pro lov:
a) bobrů
b) volavek
c) jelenů
- V Kladně se narodil roku 1921 autor malovaného Krtečka Zdeněk Miler. Dožil se:
a) 70 let
b) 80 let
c) 90 let
- láson a jeho Argonauti vypluli pro bájně zlaté rouno do země, která se nazývala:
a) Tartaros
b) Parnas
c) Kolchida
- Palác Kinských se v Praze nachází na Malé Straně. Je známý i jako Dům u zlaté:
a) studny
b) konvice
c) koruny
- Guru Nának se narodil roku 1469 v dnešním Pákistánu. Byl zakladatel náboženství:
a) sikhismus
b) džinismus
c) hinduismus

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

ČT1

- 12:30 Sama doma
- 14:00 13. komnata Bořivoje Navrátila
- 14:30 Fešák Hubert Komedie (ČR, 1984)
- 15:55 To je vražda, napsala VII
- 16:45 Cestománie
- 17:15 AZ-kvíz
- 17:40 Černé ovce
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 Kde domov můj?
- 18:55 Události za okamžik a počasí
- 19:00 Události
- 19:50 Branky, body, vteřiny



20:00 **Doktor Martin**
TV seriál (ČR, 2015). Hrají: M. Donutil, J. Čvančarová, N. Lichý, G. Marcinková

- 20:55 Já, Mattoni Seriál (ČR, 2016)
- 21:54 Výsledky losování Šťastných 10 a Euromilióny
- 21:55 Most IV (3/8)
- 22:55 Taggart
- 23:45 Manu a Matěj na cestě do Říma
- 00:15 AZ-kvíz
- 00:40 Banánové rybičky
- 01:05 Kde bydlely princezny
- 01:25 Zajímavosti z regionů
- 01:50 Bydlení je hra
- 02:15 Sváteční slovo ředitele Rádia Proglas Martina Holika
- 02:20 Dobré ráno
- 04:50 Jdeme do klubu

ČT2

- 13:55 Tajemství jarních tůní
- 14:25 Nikola Tesla
- 15:20 Ebenové otroctví
- 16:25 Nejvýznamnější operace 2. světové války
- 17:25 Svět v ptačí perspektivě
- 18:15 Vůně kyperské kuchyně s Miroslavem Donutlem
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Chcete je?
- 19:00 Uchem jehly
- 19:25 Karel starší ze Žerotína
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce
- 20:00 Postřehy odjinud



20:10 **Velká vlastenecká válka: Operace Bagration**
23. června 1944 začala v Bělorusku ofenziva obřích rozměrů. Její výsledek potvrdil skutečnost, že Rudá armáda získala na východní frontě definitivní převahu. Ruský dokumentární cyklus

- 21:05 Boleslav První
- 22:00 Železný věk (4/6)
- 22:55 Dům z karet V (4/13)
- 23:40 Letecké katastrofy: Neštěstí v Bagramu
- 00:25 Lech Walesa
- 01:20 Evropa dnes
- 01:45 Antonín Randa – osobnost české minulosti
- 02:20 Za míře!
- 02:45 Přísně tajné vraždy
- 03:00 Tajemství železnic

NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:25 Krok za krokem II (21)
- 12:45 Ordinace v růžové zahradě 2 (297)
- 14:05 Můj přítel Monk VIII (15)
- 15:00 Můj přítel Monk VIII (16)
- 15:55 Kriminálka Las Vegas V
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Co na to Češi
- 18:25 Ulice (3522)
- 18:55 Seriál (ČR, 2018)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



20:20 **Ordinace v růžové zahradě 2 (835)**
Seriál (ČR, 2018). Marika je v šoku: člověk, kterého zabil při autonehodě, se jí připomene nečekaným způsobem. Hrají: Z. Adamovská, P. Rychlý, P. Štěpánek, M. Etzler, R. Fiala, M. Stránský a další

- 21:40 Víkend
- 22:40 Training Day (7)
- Krimiseriál (USA, 2017)
- 23:35 Beze stopy V (5)
- Krimiseriál (USA, 2006)
- 00:30 Můj přítel Monk VIII (15)
- 01:20 Můj přítel Monk VIII (16)
- 02:00 Kriminálka Las Vegas V
- 02:40 Krok za krokem II (20)
- 03:15 Co na to Češi
- 03:55 Ordinace v růžové zahradě 2 (297)

PRIMA

- 12:10 Polední zprávy
- 12:25 Jake a Tlustoch (12)
- 12:55 Veselé Vánoce
- 13:25 Komisař Rex VI (5)
- Kuň za miliony
- 14:30 Komisař Rex VI (6)
- V poslední vteřině
- 15:35 Policie Hamburg (4)
- Sedě zóny
- 16:35 Odpolední zprávy
- 16:50 Policie v akci
- 17:50 Prostřeno!
- 18:55 Velké zprávy
- 19:40 Divišky
- 19:55 TOP STAR



20:15 **Krejzovi (8)**
Komedialní seriál (ČR, 2018). Bára dostala od Flanderkové za úkol zajistit výzdobu na ples abiturientů. Má na to málo času a skoro žádné peníze. Pomáhá jí celá rodina. Hrají: V. Postránecký, V. Hybnerová a další

- 21:45 Polda II (5)
- Detektivní seriál (ČR, 2017)
- 23:05 TOP STAR magazin
- 23:55 Policie v akci
- 00:50 Komisař Rex VI (5)
- Krimiseriál (N/Rak., 2002)
- 01:55 Komisař Rex VI (6)
- Krimiseriál (N/Rak., 2000)
- 02:55 Policie Hamburg (4)
- Policie (N., 2007)
- 03:55 Prostřeno!

PRIMA COOL

- 12:15 Futurama VII (7)
- 12:45 Simpsonovi XVIII (9, 10)
- 13:35 COOLfeed
- 13:50 Simpsonovi XVIII (11, 12)
- 14:50 Teorie velkého třesku IX (3)
- 15:15 Teorie velkého třesku IX (4)
- 15:40 Futurama VII (8)
- Černý Diblík, bílý kocour
- 16:00 Americký chopper II (7)
- 17:00 Top Gear 2011
- 18:15 Simpsonovi XVIII (13, 14)
- 19:15 Simpsonovi XVIII (15, 16)
- 20:05 COOLfeed



20:15 **Top Gear XXV (4)**

- 21:20 Teorie velkého třesku IX (5)
- Sitcom (USA, 2015)
- 21:50 Teorie velkého třesku IX (6)
- Sitcom (USA, 2015)
- 22:15 Partička
- 22:55 COOLfeed
- 23:05 Americký chopper II (7)
- 00:05 Partička
- 00:45 Minority Report (10)
- Sci-fi seriál (USA, 2015)
- 01:40 Poslední chlap na Zemi III (11)
- Sitcom (USA, 2016)
- 02:00 Minority Report (10)
- Sci-fi seriál (USA, 2015)
- 03:05 Poslední chlap na Zemi III (11)
- 03:35 Kdo přežije: Jeden svět (4)

ÓČKO

- 06:00 Ranní fresh
- Vstávání s muzikou
- 09:00 Zpátečka
- Co jsme hráli na Óčku tento den v roce 2007
- 10:00 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 12:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neuteče
- 12:05 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 13:00 Óčko trendy
- 14:00 Óčko news
- 14:05 Óčko trendy



15:00 **Óčko news**
Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neuteče

- 15:05 Mixxer Show
- Klipy na přání, soutěže, chat s hosty
- 17:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neuteče
- 17:05 Óčko trendy
- Aktuální klipy
- 19:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neuteče
- 19:05 Moje desítka
- Top 10 klipů podle diváka Óčka
- 20:00 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 22:00 CZ & SK
- České a slovenské klipy
- 23:00 Óčko flirt

Sloupek

JAKUB KOHÁK

ITALIANO AUTISTA (ŘIDIČ)



CIAOOO ITALIA

Několik dní jsem váhal, zda je téma mého sloupku vhodné, protože jsem chtěl chválit italské silnice. Tragédie, ke které došlo v Janově, kde se zřítíl most a o život přišlo mnoho lidí, je nesmírná. Já se však o své zkušenosti a zážitky podělit musím – tak zásadní to pro mě bylo.

O prázdninách jsme totiž s celou rodinou projeli automobilem skoro celou Itálii a nestačili jsme se divit. Tento stát ležící na jihu Evropy má samozřejmě mnohonásobně více silnic, dálnic, cest a tunelů než naše republika – ovšem jsou v tak dobrém stavu, až se tomu nechťelo věřit. Moje žena – napůl

Citát

Moje žena – napůl Italka – mi celý život opakuje, jací jsou Italové lajdáci.

Italka – mi celý život opakuje, jací jsou Italové lajdáci a jak mají ve všem chaos a zmatek. Jaké bylo moje překvapení, když jsem viděl nekonečné kilometry skvělých silnic a téměř nulové zácpy (za 20 dní jsme v jedné popojížděli asi 20 minut). Silnici v opravě jsem za celý pobyt zaregistroval snad jen třikrát – pokaždé se jednalo o dvěstěmetrový úsek, kde na začátku a na konci opravovaného místa stál chlápek s červeným praporem a mával! Tunely – to je kapitola sama pro sebe. My tady bojovali s Blankou dlouhá léta, než jsme ji předraženou otevřeli. V Itálii jsou takových tunelů desítky! No a styl šoférování? Úplně jsem se do něj zamiloval. Především – blinkry jsou skoro zbytečná záležitost. Každý si jede, kam chce, zařadí se, kam potřebuje – vždyť to každý vidí, kam zatáčí. A nikdo na nikoho netroubí! Semotamo se stane, že někdo znamená o směru jízdy dá... většinou ho pak ale zapomenou vypnout. Krása! Rychlost na silnicích nedodržíte opravdu vůbec nikdo, ani jeptišky, maximálně se přibrzdí pod rámem, který každý průjezd kontroluje. Takže Italiano, amore mio, zase brzy na viděnou!

Dopisy a vzkazy

Složité dějiny

Chci vám poděkovat za včerejší článek o mobilizaci československé armády v září 1938. O tomto tématu se mluví s poraženectvím a váš článek ukazuje, že republika byla přichystaná a hotová se bránit a měla jak prostředky na vybavení armády vojenskou technikou, tak dostatek vojáků. Čísla a počty jsou zajímavou informací. Nejzajímavější je ale pro mě fakt, že skoro polovina povolanců sudetských Němců na výzvu mobilizace reagovala. Tedy že skoro polovina jeďinců se nenechala strhnout Henleinem a respektovala fakt, že Němci byli ve středověku pozváni na území Čech a že na českém území žijí, a respektují československou suverenitu! V takovém světle je potřeba se dívat na poválečné vyhnání Němců a hlavně na jejich poválečné lynčování. Nicméně sadismus válkou vyvolaný smete viníky i nevinné. Z dnešního pohledu je každá smrt bez rádného soudu s možností odvolání nevinná. Proto je pro mě druhá světová válka tak nepochopitelná a jsem ráda, že žiju v digitálním věku.

SLÁVKA ZINKOVÁ

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

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

Výrok dne



„Příští rok je řada na nás a konečně vyhraje.“

JOHN McENROE, KAPITÁN TÝMU SVĚTA V LAVER CUPU

Evropané vyhráli sedm z osmi dvouher, zatímco výběr světa třikrát dominoval ve čtyřhrách. Za rok bude tenisový Laver Cup pořádat švýcarská Ženeva.

Slovo dne

SADISMUS

(Z dopisu čtenáře na této straně)

Zvrácený sklon ke krutosti k druhým, záliba v trýznění

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



INZERCE

HOROSKOP na úterý 25. 9.

PROPOJÍM VÁS S VAŠÍM ANDELEM!

Požádat ho můžete o cokoli! Ptejte se, s láskou vám pomůže!

Zavolejte mi na 906 70 30 35 nebo pište SMS na číslo 904 30 55 s kódem 10UEL a svým dotazem!

Vědma Helena



Beran 21/3–20/4

Zdravá sebejistota je plus pro dlouhotrvající a čerstvé vztahy. Nemusíte za každou cenu souhlasit s tím, co říká drahá polovička.



Váhy 23/9–23/10

Ve vztahu se chystají nezapomenutelné chvíle, které se zaryjí do srdce. Singles mohou poznat, co je to láska na první pohled.



Býk 21/4–21/5

Co jste s miláčkem nedokázali vyřešit doposud, může už zítra vypadat jako úplná hloupost. Postačí, když se toho nebudete bát.



Štír 24/10–22/11

Stereotyp vašemu vztahu opravdu nehrozí! Díky Afroditině přízni to mezi vámi vře a nedokážete ze sebe sundat ruce. Proč byste měli?



Blíženci 22/5–21/6

Nenašli jste zatím protějšek, co by vám stál za hřích? Potom se na konci září vydejte na neprobádaná místa a zkuste něco nového.



Střelec 23/11–21/12

V afektu vytáhnete nepříjemné vzpomínky, což nikomu a ničemu neprospěje. Jste dospělí a nemusíte kolem sebe kopat jako malé děti.



Rak 22/6–22/7

Protějšek by si vás přál mít víc pro sebe. Hlavně u mužů platí, že se vaši zaneprázdněnosti cítí postavení na vedlejší koleji.



Kozoroh 22/12–20/1

Potřebujete hodně odvahy, abyste vyšli s pravdou na denní světlo. Hvězdy stojí v úterý při vás a umožňují v lásce velké změny.



Lev 23/7–22/8

Vaše partnerství se ocitne na vedlejší koleji neprávem. Energii a čas investujte do činností, které si nezaslouží ani třetinu.



Vodnář 21/1–20/2

Sex-appeal se vám nedá upřít, na opačné pohlaví teď působíte jako magnet. Můžete si třeba vybírat, s kým strávíte dnešní večer.



Panna 23/8–22/9

Znáte starou známou radu – důvěřuj, ale prověřuj? V úterý byste se tím měli řídit, Panno, a to jak zadání, tak i ti hledající novou lásku.



Ryby 21/2–20/3

V intimních chvílích nepoznáte sami sebe. Konečně dáte průchod fantazii a zkusíte něco, po čem jste už dávno pošíhávali.

Řešení sudoku

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

Anketa Našli jste o víkendu houby?



Dany D-e Prosenc

Dělám to jako s rybami. Vytáhnu, vyfotím a vrátím.



Adam Křišťůfek

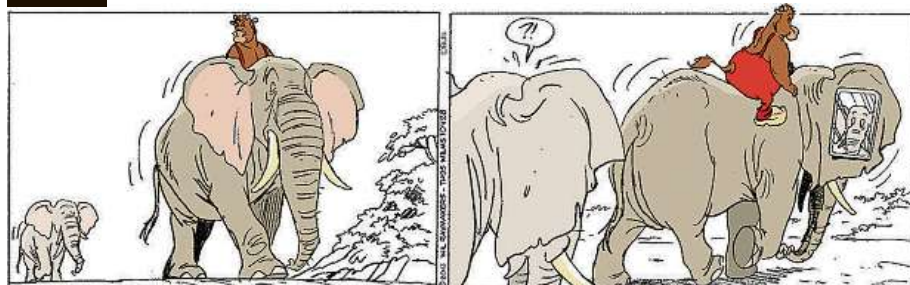
S kamarády jsme jich pár našli. Potom byla vskutku zábava.



Soňa Fišarová

Houby jsem našla, protože jsem na houby neměla čas.

Komiks



Tarot poradna!

Zeptejte se karet na to, co vás trápí!

Děti • nevěra • podnikání
• lásky • dluhy • nemoc

Napište SMS ve tvaru 84PRX a svůj dotaz na 904 30 46

Tuto službu poskytuje: E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, technicky zajišťuje Materna, 1sm5/55Kč vč. DPH, 1min/70Kč vč. DPH, max. délka hovoru 17 minut, www.ema.bz, www.platmoblem.cz

SCIENCE AROUND US

Activity 1

Before you read, complete the sentences with the words at the top.

- a. cell
 - b. complex
 - c. laser
 - d. proton
 - e. therapy
 - f. treat
1. A is a thin beam of light that can do very small, careful work.

2. A is extremely small and found inside atoms.
3. A way used to help sick people is called a
4. Something with many parts that is difficult to understand is
5. The smallest part of a plant or animal is called a
6. When doctors someone, they help them to get better from injury or sickness.

Keep up-to-date with the science that's bringing a new dimension to everyday life.

New cancer therapy

Cancer is a terrible disease. Every year in the UK, more than 330,000 people get cancer and doctors usually use a therapy called radiotherapy to treat those people. This treatment uses high energy X-rays to destroy the disease, but the effects of the treatment can be nearly as bad as the cancer. As the X-rays destroy the cancer cells, they also damage healthy cells that are next to it. It's like using a shotgun to kill an insect. When really important parts of a person's body are hurt by

the X-ray energy, then it can have very bad results. It can also make more cancer grow in those damaged places in the future.

A new therapy that uses protons instead of X-ray energy could be the answer to the problem. At the PRaVDA project, scientists from the UK and South Africa are working to do this. If X-ray energy is like a shotgun, then protons can work more like a laser. Scientists can make protons travel through someone's body without hurting them, and only damage the cancer.

The PRaVDA scientists use computers to make a 3D model of the cancer cells to make sure the protons go to the right places. 'It's more accurate,' says Dr Michaela Esposito, from the University



of Lincoln.

Building this technology was very difficult, though. Professor Nigel Allinson, the project leader, has got a team of many different kinds of scientists with different skills. Those skills were all needed to make what he calls 'one of

the most complex' medical machines ever. It's also ten times more expensive than X-ray radiotherapy. Even so, Professor Allinson believes that most cancer treatment will be done by protons in the future. 'I think it will improve the quality of

life for many cancer patients,' he says.

This simplified version by Ian Betteridge, adapted from the original article by John O'Reilly

Cubed is an online magazine from British Council Science that highlights exciting UK research.

Activity 2

Are these statements:

- a. true for X-ray radiotherapy?
 - b. true for proton radiotherapy?
 - c. true for both X-ray and proton radiotherapy?
 - d. false for both X-ray and proton radiotherapy?
1. This therapy destroys cancer cells.
 2. This therapy only destroys cancer cells.
 3. One effect of this therapy is to make more cancer happen in the future.
 4. This therapy uses high power magnets called PRaVDA.
 5. This therapy is the cheapest kind of radiotherapy.

Activity 4

The PRaVDA scientists were only able to develop this therapy by working together as a team, even though they had very

different skills. Have you ever worked in a large, complex team and achieved something special?

Answers

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

Activity 3

In the article, X-ray radiotherapy is compared with a shotgun and proton radiotherapy is compared with a laser. When you say that one thing is like another to make your description stronger or more colourful, it is called a simile.

Some similes are very common. Choose the right word to complete

each simile.

- a. angel
 - b. bird
 - c. dog
 - d. dream
 - e. log
1. When you have been working very hard, you have been working like a
 2. When your plans go very well

and work easily, they went like a

3. When somebody eats very little food, they eat like a
4. When somebody sings beautifully, they sing like an
5. When you sleep very heavily and are difficult to wake up, you sleep like a

Lesson No. 17

BRITISH COUNCIL

metro

ZDRAVÍ

KOMERČNÍ PŘÍLOHA

25. září 2018, www.metro.cz



PROFIMEDIA.CZ

Oči a zuby



Každý si zaslouží stejnou šanci na zdravý úsměv!

www.colgateusmev.cz



POMÁHÁME S ČESKÝM ČERVENÝM KŘÍŽEM



Kdypak jste byli u zubaře?

Češi pečují o své zuby málo. Na pravidelné prohlídky moc nechodí a k dentálnímu hygienistovi se teprve chodit učí.

Pokud chcete, aby byly vaše zuby pěkné a zdravé, nestačí jen dvakrát ročně chodit k zubnímu lékaři, ale měli byste zavítat i na dentální hygienu. Dá se tak nejen udržet krásný, zdravý chrup, ale hlavně předějit spoustě problémů. Stačí zanedbat zpočátku malou díрку v zubu, která časem může způsobit nenávratné škody. Mezi nejčastější diagnózy v ordinacích stomatologů patří zubní kaz neboli narušení zubní skloviny. Je podobně, jako zánět dásní, způsoben působením bakterií zubního plaku, který se tvoří na zubech a dásních. Ale jsou to i další příčiny, jež za vznikem kazů stojí – genetická dispozice, složení slin, pohlaví, ale i strava – hlavně cukry a samozřejmě to, jak se o zuby staráme. Velmi důležitou prevencí je správná péče o zuby, mezizubní prostory, dásně a celou dutinu ústní.

Kaz se ošetřuje odvrtáním a vyplněním otvoru v zubu. „Nejvíce se používají výplně tmavé, amalgámové, zhotovené ručním mícháním či míchacími přístroji. Existuje i amalgám kapslový, namíchaný přímo od výrobce. Za ten se obvykle připlácí, cena se pohybuje kolem 500 korun,“ říká MUDr. Milan Semerád, lékař zubní

ambulance Jesenické nemocnice. Důležité je správně a pravidelně si čistit zuby, používat zubní nit, mezizubní kartáčky, ústní vodu a chodit na pravidelné prohlídky společně s dentální hygienou.

Stomatologické prohlídky jsou základem kamenem prevence. Během nich lze využít i panoramatický rentgen, pokud ho ordinace vlastní, který odhalí problémy, které jsou lidskému oku v danou chvíli skryté. Při samotné prohlídce ale stomatolog neřeší jen zuby, ale i dásně, zda nekrvácí a nezačínají se objevovat první příznaky parodontózy, kdy se tvoří takzvané dásňové choboty, krčky zubů se odhalují a zuby přestávají v čelisti pevně držet. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

Pozor na cukry

Za rozvoj kazu může z velké části také nevhodná strava.

- Riziko spočívá zejména v příjmu takzvaných dodaných cukrů, tedy individuálně připravovaných nebo hotových slazených jídel a nápojů. Právě ty by se měly, zejména u dětí, omezit na minimum.
- V době přechodu z přirozené nebo umělé a pokračující mléčné výživy na smíšenou výživu mladšího předškolního dítěte se začíná programovat složitý komplex pochodů zažívání, chuťových preferencí a stravovacích návyků. Ty pak do budoucna rozhodnou, bude-li mít jedinec v dětském věku, a pak v dospělosti, problémy se zubním kazem nebo nadváhou.

Stop padání vlasů s minerální kosmetikou Thermal

Padání vlasů je nepříjemný kosmetický problém, ale většinou je projevem, respektive důsledkem nějakého jiného onemocnění. Proto by člověk měl především nejdříve zajít k odbornému lékaři, který mu provede nebo doporučí potřebné vyšetření, aby se zjistily skutečné příčiny padání vlasů. Existují však také přípravky, které podporují následnou obnovu, tedy růst vlasů. Přípravky, které podporují růst vlasů, má ve své nabídce také kosmetika australsko-maďarské firmy se značkou TH. Všechny její přípravky prošly klinickou atestací a léta používání prokázala jejich účinnost. Nejmodernější technologie výroby přípravku kombinuje léčebné účinky termální vody a vína se speciální patentovanou recepturou. Účinnými látkami jsou biosyntetické metalproteiny, které mají v buňkách důležitou regenerační úlohu. Svými hydratačními a regeneračními vlastnostmi dosahují rozsáhlých účinků a mají široké uplatnění.

Přípravky musí mít také optimální PH

Celá kúra proti padání a na podporu růstu vlasů se skládá ze dvou kusů

TH krému a jednoho kusu TH šampónu.“ Thermal krém je speciálně vyroben jako stimulátor vlasového růstu. Jeho účinné látky pronikají hluboko ke kořínkům vlasů, regenerují vlasové cibulky a vyživují vlas po celé jeho délce. Thermal šampón doporučují lékaři na základě klinických zkoušek při nadměrném vypadávání a lámání vlasů,

při tvorbě koutů a pleše, při opakované tvorbě lupů i na silně poškozené vlasy. Podporuje růst vlasů a má optimální PH.“ Informuje spolumajitel kyjovské společnosti SENS, která u nás distribuuje kosmetiku značky TH. Krém se pečlivě vetře do pokožky hlavy a do vlhkých vlasů a nechá se 20 – 30 minut působit. Poté co se účinné

látky krému vstřebají, se vlasy umyjí Thermal šampónem, který obsahuje stejné bioaktivní látky.

Transplantace vlastních vlasů je možná

U těžších případů je doporučováno kúru i několikrát opakovat – to pokud někomu rapidně a velmi rychle řídnou vlasy a vlasový kořínek je natolik ochablý, že vlas již vůbec nevyrostá nebo se na poškozených místech tvoří již pouze chmýří. Obtížnější situace nastává pro ty, jejichž vlasové kořínky jsou zcela uhybnulé, tedy pro lidi s pleší. „Pokud má někdo již dlouhodobě pleš, má šanci v transplantaci. To je ovšem finančně náročné a ne všichni jsou ochotni tento úkon podstoupit. Jiná otázka je, pokud vlasový kořínek není zcela uhybnulý, ale jen oslabený natolik, že se tvoří pleš. Tady bych viděl šanci v přípravcích na podporu růstu vlasů, neboť ty obsahují účinné látky, aktivující vlasové cibulky a obnovující růst vlasů na místech, kde jsme se s pleší smířili.“ – radí společnost SENS. Více info na: www.thermal-sens.cz

STOP PADÁNÍ VLASŮ

THERMAL
minerální kosmetika

- při nadměrném vypadávání a lámání vlasů
- při tvorbě koutů a pleše
- při opakované tvorbě lupů

Jedna kúra se skládá
ze 2 ks krému THERMAL (1 ks 330 Kč)
a šampónu THERMAL (330 Kč)
Jedna kompletní kúra za 990 Kč

U těžších stavů se doporučuje absolvovat za sebou dvě tyto kúry. Přípravky si můžete přímo zakoupit nebo objednat na dobírku, s přesným návodem.

SENS, 697 01 Kyjov
Komenského 606, Tel.: 518 615 091

Barevné pásky hojí nejen poškozené svaly

Tejpování pomáhá nejen sportovcům, ale i těhotným ženám. Elastické pásky nalepené na těle totiž uvolňují napětí ve svalectech.

Tejpování je fyzioterapeutická metoda, při níž se používají elastické nalepovací pásky určené pro kinesio tejpování, které mají za úkol zvýšit pevnost svalů a také je posílit. Využívají se především při drobných zraněních, kdy daný sval není schopen zvládnout stoprocentní zátěž.

Při jejich nalepení dochází ke zvýšenému průtoku krve a lymfy, uvolňuje se napětí

ve svalectech, prodlužuje se uvolnění svalů a nastartují se uzdravující procesy, pomáhá ke stabilizaci v kloubu.

Tejpy umí zmírnit bolesti páteře, kloubů, šlach a svalů, pomáhají při skolióze, vadném držení těla, při artróze či úponové bolesti, dokonce zmírňují také bolesti hlavy, zubů nebo i menstruační bolesti.

Důležité ale je, jak se tejp umístí – vždy se využívá přímo na sval, který je namožený, natržený nebo jinak poškozený a oslabený. A to po celé jeho délce – tedy od úponu k úponu. Pokud je oslabeno v jedné partii více svalů, vždy se využívá na každý sval vlastní tejp.

Tejpování lze rozdělit dle způsobu použití na pevné tejpování pomocí tuhých větši-

nou bílých pásek a kineziotaping, při němž se používají elastické barevné pásky.

„Pevné tejpování se používá hlavně pro zpevnění míst na těle, která mají mít oporu o tuto pásku – například prsty volejbalistů či kotníky basketbalistů. V běžné praxi je lze použít jako určitou dlahu pro různá poranění,“ vysvětluje Kryštof Kuba, vedoucí fyzioterapeut Certifikované McKenzie kliniky Kladno. Naopak elastické barevné pásky umožňují pohyb, ale zároveň ho usnadňují a pomáhají. Jsou tedy jakýmsi odlehčením pro sval.

Tejpování pomáhá také těhotným ženám před i po porodu, které trápí nejrůznější zdravotní potíže v oblasti břicha a zad. Správným umístěním proužků se zmírní ně-

Lymfatické tejpování

Stejně dobře jako na svaly či klouby fungují tejpy i při léčbě lymfatických problémů, které řeší efektivněji a pohodlněji než kompresní pomůcky.

- Nejčastěji je lymfo-taping využíván u pacientů s otoky dolních končetin. Výhodou je délka trvání terapie v řádech dní, a to aniž by tejpy pacienta omezovaly nebo musel kamkoliv docházet.

- „Ideální je kombinovat lymfodrenáž a lymfatické tejpování, které společně dosahují nejlepšího efektu,“ říká Iveta Volná, lymfoterapeut Polikliniky Agel Ostrava.

- Pozor, lymfo-taping není vhodný pro pacienty s porušenou vrchní vrstvou kůže, vyrážkami a jinými kožními obtížemi.

kteří běžné bolesti, které jsou s rostoucím se břichem spjaty.

„Díky tejpů podpoříme regeneraci svalů a celkově zpevníme páteř. Dáme tím prostor pro lepší cirkulaci krve a tím i pomůžeme odplavit odpadní látky z těla. Nalepení tejpů

na těhotenské břicho umožní rovnoměrně rozložit váhu břicha, což poskytne značnou úlevu budoucí mamince,“ vysvětluje Andrea Dočkalová, staniční sestra gynekologicko-porodnického oddělení Nemocnice Valašské Meziříčí. **KAMILA HUDEČKOVÁ**



Tejpování pomáhá také těhotným ženám před i po porodu.

PROFIMEDIA.CZ

První hřejivý tejp na bázi kapsaicinu,

používá se pro zpevnění svalů, kloubů a šlach při zvýšené pohybové aktivitě, zejména u výkonostních druhů sportu. Podporuje svaly v pohybu, krevní oběh, likviduje bakterie, zrychluje metabolismus a prohřívá pokožku.

POUŽITÍ

Kineziologické tejpování se používá ve sportu před sportovní zátěží k přípravě na ni, ale i po sportovní zátěži k uvolnění. Před zátěží na její přípravu a jako prevence úrazu, po zátěži k uvolnění svalů. Technická inovace kineziologického tejpování se zakládá na přirozené schopnosti těla se uzdravit, pokud je stimulována aktivace neuro-svalového a neuro-senzorového systému podle nových poznatků neurologie.

Kineziologické tejpování má vliv na organismus a to v mnoha oblastech:

- ulevuje od bolesti
- pomáhá hybnosti bolavých kloubů
- snižuje svalovou únavu
- zlepšuje postoj
- zmírňuje zánět
- podpoří zanícené vazivo

Ke koupi na stránkách



www.lekarnatypos.cz
www.hrejivanaplast.cz



Tejp. pásky CAPSICOLLE 5 cm x 5 m hřejivá

Příznaky infarktu. Volejte ihned 155

Včasný intervenční zákrok, dodržování následné léčby a důsledná úprava životního stylu vedou u naprosté většiny pacientů, kteří prodělali infarkt myokardu, k návratu ke kvalitnímu životu bez vý-

razných limitací. Česko patří na první místo v EU v zachytu a léčbě akutních infarktů myokardu. Časná intervence v jednom z dvaačtyřiceti specializovaných katetizačních center, rychlý dojezd do

nich, dvacetičtyřehodinová péče na úrovni světové špičky, to jsou důvody, proč pacienti po nekomplikovaných infarktech odcházejí nejpозději po pěti dnech domů.

Kardiovaskulární onemocnění v čele s ischemickou chorobou srdeční jsou stále zodpovědná za polovinu všech úmrtí ve vyspělých zemích. V roce 2015 byla v Česku nejčastější příčinou úmrtí právě onemocnění oběhové soustavy, a to v 50 procentech příčinou úmrtí žen a ve 45 procentech příčinou úmrtí mužů. Celkem se jednalo o téměř 51 tisíc úmrtí. Na prvním místě v rámci kardiovaskulárních onemocnění je u obou pohlaví ischemická choroba srdeční, na druhém infarkt myokardu. Předpokládá se, že až 30 procent pacientů se srdečním infarktem zemře. K drtivé většině úmrtí přítom

dojde ještě před příjezdem záchranné služby u nemocných, kteří podcení příznaky infarktu a nepřivolají záchranku včas. Úmrtnost po přijetí do nemocnice díky pokrokům v medicíně v posledních 25 letech výrazně poklesla z 13 procent na dnešních 5–6 procent.

Srdeční infarkt neboli tzv. infarkt myokardu lze zjednodušeně definovat jako úmrtí části srdečních buněk, vzniklé na podkladě náhlého uzávěru nebo výrazného zúžení věnčité (koronární) tepny, která zásobuje příslušnou oblast.

Akutní infarkt se nejčastěji projevuje jako silná, v klidu vzniklá, tlaková, svíravá nebo pálivá bolest na přední straně hrudníku. Nemocný je v přímém ohrožení života. Základním faktorem, který ovlivňuje šanci na přežití, je čas.

Objeví-li se proto u někoho výše popsané příznaky – především bolest na hrudi (zvláště trvá-li déle než deset minut), měl by postižený nebo jeho okolí co nejdříve kontaktovat záchrannou službu.

Profesor MUDr. Miloš Táborský, Ph.D., MBA, FESC, přednosta I. interní kardiologické kliniky Fakultní nemocnice a Univerzity Palackého v Olomouci, situaci komentuje: „V Česku je široce dostupná síť katetizačních center i vysoká organizovanost lékařské záchranné služby. Většina pacientů s akutním infarktem myokardu se dostane k pomoci včas. Přesto někteří nemocní zbytečně umírají kvůli nedostatečné informovanosti a edukaci laické veřejnosti. Lidé s podezřením na infarkt by neměli váhat se zavoláním rychlé záchranné služby.“ **MET**



ZDRAVÝ ŽIVOT SE SEMIXEM

Celozrné lupínky – křupavé a chutné

Znáte celozrné cereální lupínky? Stejně jako vločky se vyrábějí z obilných zrn, na rozdíl od vloček však nejsou moučné a škrobnaté, ale křupavé a chutné. Uchovávají všechny výživové hodnoty zrna. Vyrábějí se nejen z ovsu, ale také z pšenice, ječmene, špaldy, žita, pohanky, rýže a jáhel.

Pro výrobu křupavých celozrných lupínků vytvořil výrobce celozrných cereálií Semix Pluso unikátní výrobní linku. Stroje pocházejí ze čtyř zemí Evropy. Technologický postup výroby celozrných lupínků je složen z postupných kroků: čištění zrna, jeho uvaření, lisování a sušení. Během sušení získává celozrný lupínek svůj jedinečný mramorový vzhled a křupavost a zároveň dochází ke koncentraci obsažených látek. Sušení podstatně prodlužuje minimální dobu trvanlivosti produktu. Co do formy konzumace obilovin a zrnin tak celozrný lupínek představuje nejmodernější a nešetrnější variantu zpracování.

Podle současné potravinářské legislativy není kam tento výrobek přesně zařadit. Je to rarita, kterou v českých zemích nevyrobí nikdo kromě Semixu.

Lupínky jsou zdraví velmi prospěšné. Jsou vyráběny z celého zrna, včetně obalových vrstev, takže mají vysoký obsah vlákniny – 10–12%. Jsou tedy celozrné. Je tomu tak proto, že obsah vlhkosti v nich je sušením snížen až na cca 5%, vláknina a ostatní prospěšné látky jsou tedy zkoncentrovány. Například běžná mouka, i celozrná, vyrobená v mlýně, má 11 až 12% vlhkosti. Lupínky jsou připraveny k okamžité konzumaci bez nutnosti vaření. Jsou přitom lehceji stravitelné než vločky. Ovesné a ječné lupínky navíc obsahují betaglukany, což je zdraví prospěšná složka – podle vědců totiž udržují normální hladinu cholesterolu v krvi. Ze srovnání ovesných vloček a lupínků vycházejí lépe lupínky, kterých můžete sníst o 25 g méně, abyste dosáhli na doporučenou denní dávku. Pro dosažení požadovaného účinku je nutno přijmout 3 g betaglukanů z ovsu, ječmene, ovesných či ječných otrub a ze směsi těchto zdrojů denně.

Ing. Jaroslav Šimek, Ph.D.



Lupínky lze konzumovat přímo, nasypat přímo do jogurtu, zamíchat se sušeným ovocem, oříšky, nebo si je i zalit studeným či teplým mlékem, osladit medem. Jak to prostě máme rádi nebo zrovna máme chuť.

Připraveno ve spolupráci s odtickou společností SEMIX PLUSO, prvním výrobcem skutečně celozrných cereálií, pekařských a cukrářských směsí, BIO a bezpečných produktů. Semix je zároveň největším zpracovatelem máku v ČR. Filozofií společnosti je vyrábět chutné a zároveň zdravé cereální produkty, nešetřit na kvalitě a být k zákazníkům fér.

Více na www.semix.cz

Máte dotaz? Napište nám na semix@semix.cz



Profesor Miloš Táborský z Fakultní nemocnice a Univerzity Palackého v Olomouci

MH

BLÍŽÍ SE ZKOUŠKOVÉ? POTŘEBUJETE SE VÍCE SOUSTŘEDIT? S BRAHMI ZVLÁDNE ZKOUŠKOVÉ KAŽDÝ

BRAHMI PLUS

- pomůže zvýšit výkonnost Vašeho mozku,
- prodlužuje dobu soustředění, přispívá k duševní pohodě
- umožňuje zapamatování si velkého množství učiva
- nemá vedlejší účinky, je zcela přírodní a nezpůsobuje závislost



Doplněk stravy

ŽÁDEJTE VE SVÉ LÉKÁRNĚ

k dostání na e-shopu www.bwy.cz,
bezplatné lince **800 900 995** nebo v prodejně
Vitacentrum, Jindřišská 5 - pasáž, Praha 1.

Vyrábí: Brainway Inc.

Lidé s epilepsií. Boří mýty

Epilepsie – diagnóza, která často budí ve očích veřejnosti rozpaky. Podle lékařů jsou však předsudky zbytečné, lidé s epilepsií mohou žít kvalitní život, jehož součástí je i sportování. To dokazuje aktivita organizace EpiStop, která pořádá 28. září ve Vlkovské pískovně u Veselí nad Lužnicí EPPI vodácký triatlon. „Lékaři dříve lidem s epilepsií zakazovali sportovat. Děti s epilepsií nemohly v hodině tělocviku cvičit, neměly příležitost vyrazit na letní tábor,“ říká lékařka Centra pro epilepsie FN Motol MUDr. Jana Zárubová, která je zároveň předsedkyní spolku EpiStop, a doplňuje: „Nyní už ale víme, a prokazují to i odborné studie, že fyzická aktivita je pro pacienty s epilepsií bezpečná, a dokonce zlepšuje průběh onemocnění.“ Tváří letošního ročníku je herec a moderátor Dalibor Gondík, který sám epilepsii má. **MET**

Infarkt. Nemusí znamenat konec kvalitního života

Infarkt myokardu postihl Petra Michálka v roce 2004 ve věku 29 let. „První příznaky jsem začal pociťovat při fotbalovém zápase, kdy mě ovládla obrovská únava, jako při špatné fyzické kondici. Postupně jsem měl pocit, že nemůžu popadnout dech, a přídala se bolest na hrudi a brnění rukou,“ vzpomíná Michálek. Infarkt myokardu u něj přišel zcela nečekaně bez předchozích zdravotních komplikací.

„Vzpomínám si, že dva dny předtím jsem cítil lehkou únavu, kterou jsem ale přikládal aktivní práci kolem domu.“ Že by se mohlo jednat o infarkt, napadlo Petra Michálka ve spojení s jeho o šest let starším bratrem, který dostal infarkt dva měsíce předtím a příznaky mu podrobně popsal.

Nemocný s akutním infarktem myokardu je v přímém ohrožení života. Zásadním faktorem, který ovlivňuje šanci na přežití, je čas. Michálek měl velké štěstí a do nemocnice se dostal přivolaným vrtulníkem přibližně do 2 hodin od prvních příznaků. Následoval zákrok ve specializovaném katetizačním centru ve Fakultní nemocnici v Brně a po 5 dnech se mohl vrátit domů. Dodnes užívá léky, chodí na kontroly, ale jeho život je i po infarktu myokardu bez větších omezení. Podmínkou návratu do



Petr Michálek

MH

kvalitního života je však dodržování předepsané léčby i úprava životního stylu. „Je pravda, že od té doby jsem vše přehodnotil a více se šetřím. Jediné, co mi nedělá dobře, je mít dlouho zdvižené ruce, nošení těžkých věcí a změna počasí hlavně v zimním období. Také jsem trochu změnil životosprávu,“ říká Petr. Fotbal již nehraje tak jako předtím, ale zařadil místo něj jiné sportovní vyžití, jako je jízda na kole, plavání či turistika. „Můj zdravotní stav nyní hodnotím jako dobrý a nemám žádné omezení v soukromém ani pracovním životě. Za to vděčím lékařům z Fakultní nemocnice Brno,“ dodává. **MET**

Prevence očních onemocnění není vůbec složitá

Zatímco preventivní prohlídky u stomatologa pokládá většina lidí za samozřejmé, návštěva očního lékaře se často odehrává až v situaci, kdy je něco špatné.



Oční vyšetření je důležitou součástí prevence.

PROFIMEDIA.CZ

ve všech věkových kategoriích realizována alespoň jedenkrát za dva roky, při potížích lépe častěji,“ doporučuje MUDr. Klára Samková z Očního centra Lensi v Praze.

Toto doporučení podporují i statistická data. Uvádí se, že přibližně 40 procent populace v České republice trpí některou z dioptrických vad, nejčastěji krátkozrakostí. Od 50. roku věku pak stoupá incidence šedého zákalu, který omezuje vidění u zhruba 50 procent pacientů nad 65 let. U dioptrických vad je snadným řešením předpis brýlí či kontaktních čoček, u šedého zákalu se nyní rutinně provádí operace s výměnou nitrooční čočky. Alarmu-

jící je také zjištění společnosti BESIP a policie z roku 2016. Více jak polovina kontrolovaných řidičů měla vadu zraku, čtyři procenta z nich by navíc vůbec neměla sednout za volant. Snížení komfortu vidění se nevyhýbá ani střední generaci. „Naši klienti často přicházejí kvůli takzvanému syndromu krátkých rukou u počítačů a mobilních telefonů. Řešení těchto obtíží existují, jsou poměrně jednoduchá, a je proto dobré začít s nimi včas,“ doplňuje oční lékařka MUDr. Veronika Žigmondová z ordinace Oftalmologie Praha 4. **MET**

www.ocnilekarpraha.cz

Objednejte se na rychlé komplexní vyšetření zraku hrazené zdravotními pojišťovnami



Oční centrum Lensi Praha 4
Novodvorská 434
Tel.: +420 732 705 579

Oční centrum Lensi Praha 10
Vršovická 75a
Tel.: +420 607 536 755



Bolavá záda nahodí rázová vlna

Kvůli problémům se zády Češi marodí i čtvrt roku. Návrat do pracovního procesu urychlí speciální terapie.

Potíže svalového ústrojí ohrožují lidi v sedavých zaměstnáních stejně jako ve fyzicky náročných profesích.

„V obou případech jsou dlouhodobě zatěžovány jen některé svalové skupiny, zatímco jiné zůstávají nevyužité. Práce s počítačem je původcem problémů většiny našich klientů, které trápí bolesti zad v oblasti krční a bederní páteře, bolesti hlavy nebo cítí nepříjemné útlaky nervových vláken v zápěstí. Monotonnost pohybu způsobuje podobné problémy také při těžké manuální práci. V přetěžovaných měkkých strukturách dochází k tuhnutí, omezení rozsahu hybnosti a vzniku bolestivého neinfekčního zánětu,“ vyjmenovala hlavní sympto-



Neduhy pohybového aparátu trápí i mladé.

PROFIMEDIA.CZ

my fyzioterapeutka FYZIOkliniky Iva Bílková.

Na rozšíření nemocí svalového aparátu v populaci poukázala Zpráva o zdraví obyvatel České republiky (2014). Podle ní jsou druhým nejčastějším důvodem k pracovní neschopnosti svalové a kosterní problémy, hned po onemocnění dýchacích cest. Co je ale záluďnější, nemoci pohybového ústrojí se dotýkají všech věkových skupin a v průměru člověka zneschopní na nejděší dobu. Například v roce 2012 byla průměrná pracovní ne-

schopnost na základě nemocí pohybového ústrojí 68 dní, přičemž marodil srovnatelný počet padesátníků i mladých lidí do 19 let.

„Už dávno neplatí, že nemoci pohybového aparátu postihují převážně starší ročníky. U ekonomicky aktivních lidí je ale největší chybou, že vyhledají pomoc, až když pocítují intenzivní bolest, která je omezuje ve spánku, při sportu, v práci, a tím pádem i v jejich příjmech,“ upozornila Iva Bílková. Pracovní výpadek na několik měsíců je v současné

Nejčastější pracovní nemoci

Jaké jsou jejich příznaky a vyskyt v profesích?

- **Syndrom karpálního tunelu**
Přetěžování zápěstí a ruky – práce s počítačovou myší, hudebníci: brnění ruky, oslabení jemné motoriky prstů, otoky prstů, tuhé zápěstí, bolest se zároveň projevuje také v klidu
- **Tenisový/golfový loket**

Křečovitý úchop bez uvolnění – zedníci, zahradníci, dentisté: bolest v loketním kloubu, zvyšuje se při zvedání zátěže a vystřeluje směrem k zápěstí nebo k rameni

- **Cervikokraniální syndrom**
Vadné držení těla, předsunutá hlava – práce na počítači: bolesti krční páteře nebo hlavy, pískání v uších, bolest dásní a také tlaková bolest za očima

době téměř likvidační, nehledě na bolest, která každý den člověka provází. Urychlení léčby a posílení účinku klasických manuálních metod fyzioterapie v posledních letech umožnila inovativní technologie rázové vlny. Terapie s vysokoenergetickými rázy přispívá ke snížení až vymizení svalových a úponových bolestí a dokáže zkrátit čas návratu člověka zpět k obvyklým aktivitám o několik týdnů až měsíců.

Rázová vlna nenahrazuje manuální fyzioterapii, ale zvy-

šuje její pozitivní vliv. „Zkušenosti s léčbou diagnóz tohoto typu nás vedly k vytvoření unikátní kombinace fyzioterapie, aplikace dvou typů rázové vlny – fokusované a radiální – a kineziotapingu,“ doplnila Bílková. Zatímco cílená fyzioterapie má přímý vliv na léčbu příčiny, tedy daného přetížení, rázové vlny léčí zánět a hloubkově uvolňují měkké tkáně, které mají s přetížením místem funkční souvislost. To umožňuje dosáhnout pocitu úlevy mnohem dříve, než je běžné. **MET**



DENT MEDICO
STOMATOLOGIE

ÚSMĚV TO
ŘEKNE ZA VÁS

PŘIJÍMÁME NOVÉ PACIENTY

- vstupní a preventivní prohlídka 2x ročně zdarma
- 3x v Praze (Karlín, Chodov, Wilsonova)

Objednejte se
+420 225 990 990

www.dentmedico.cz



Bezbolestné ošetření u zubaře

Soukromá zubní klinika DENT MEDICO si na bezbolestném ošetření a velmi citlivým přístupem ke svým pacientům zakládá a již 15 let boří mýty a strach ze zubařů.

Svým klientům poskytují komplexní péči. Co to znamená? Pohodlnější, příjemnější a rychlejší ošetření se zárukou kvality. Na klinice najdete nespočet specialistů. Lékaře zaměřující se na záchovnou stomatologii, ortodoncii, parodontologii, stomatochirurgii, ale i implantologii či anesteziology. Samozřejmě nechybí ani dentální hygiena. To vše na jednom místě.

Zarazil vás anesteziolog na zubní klinice? Ten vede zákroky v celkové anestezii, kterou klinika nabízí. Tu především využívají ti nejmenší pacienti, ale i řada dospělých, kteří trpí odontofobií – panickým strachem ze zubařů.

V DENT MEDICO kladou velký důraz na moderní a špičkové vybavení včetně nejmodernějších rentgenů. Právě kvalitní rentgen je nedílnou součástí k posouzení stavu chrupu. Vidí totiž i to, kam lidské oko nedohlédne. Proto nepodceňujte vybavení svého zubního lékaře.

Díky smlouvám se všemi zdravotními pojišťovnami, kterou DENT MEDICO má, jsou vstupní a preventivní prohlídky 2x ročně zcela zdarma. Dokonce nyní přijímají nové pacienty. S dalšími cenami kliniky se seznámí na vstupní prohlídce, případně na jejich stránkách.

DENT MEDICO najdete v Karlíně, na Chodově a nově i na Wilsonově třídě.

Objednat se můžete hned a to klidně i přes SMS zprávu na telefonní číslo 225 990 990.

www.dentmedico.cz

CÍTÍ SE VAŠE OČI TAKTO?

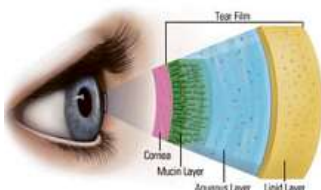


Pokud ano, může se jednat o SYNDROM SUCHÉHO OKA.

Syndrom suchého oka je chronické onemocnění charakterizované nedostatečnou tvorbou slz anebo jejich nedostatečnou kvalitou. Toto onemocnění celosvětově ovlivňuje polovinu populace a jeho četnost stále roste. „Syndrom suchého oka je pro pacienty velmi nepříjemný. Bez ohledu na příčinu vzniku tohoto syndromu jsou příznaky stejné: zarudnutí, pálení a řezání očí, únava očí, světloplachost, zhoršené vidění. K obtížím se často přidává i nadměrné slzení, které je vyvoláno zhoršenou kvalitou slzného filmu, který oko nedostateč-

ně chrání, a tím dochází k jeho dráždění a větší tvorbě slz,“ říká k problematice suchého oka MUDr. Martin Váša, zástupce primáře oční kliniky Visus v Náchodě.

Slzný film je tenký film na povrchu oka, který tvoří 3 vrstvy. V případě, že je jakákoliv z vrstev porušená, dochází ke vzniku nežádoucích projevů, o kterých mluvil MUDr. Váša.



1 • Lipidová vrstva – fixuje, utváří slzný film, brání rychlému odpařování slz a pomáhá hladkému pohybu víčka po povrchu oka. Je produkována převážně Meibomskými žlázkami.

2 • Vodná vrstva – tvoří 90 %, hydratuje povrch oka a zásobuje ho živinami.

3 • Mucinová vrstva – vyživuje povrch oka a zabezpečuje přilnavost slzného filmu k povrchu oka.

Příčin vzniku syndromu suchého oka je mnoho. Ty nejčastější uvádíme zde:

- Vyšší věk
- Několikahodinová práce na počítači
- Sledování TV
- Dlouhé hodiny řízení automobilu
- Snížená frekvence mrkání
- Práce v uzavřených klimatizovaných prostorách pod umělým osvětlením
- Laserové operace
- Kosmetické operace

a aplikace

- Užívání některých přípravků jako například hormonální antikoncepce, onkologické preparáty, revmatologické preparáty, léky na snížení krevních tuků, léky na snížení krevního tlaku a psychofarmaka
- Nedostatečný pitný režim a nedostatek pohybu na čerstvém vzduchu
- Hormonální onemocnění – např. snížená činnost štítné žlázy

vyšetření na šterbinové lampě (vyšetření rohovky, spojivky, slzného menisku,...), hodnocení paralelních řas bulbární spojivky s okrajem dolního víčka dle Lipcoffa (0–4), hodnocení kvality slz – vitální barvení (lisaminová zeleň, bengálská červen – obarví buňky se sníženou vitalitou, odhalí poškozená oschlá místa), break-up time test, hodnocení kvantity slz – Schirmereův test.

Dle výsledku vyšetření pak zvolíme správný lubrikační oční prostředek podle jeho složení (tzv. umělé slzy). U nejzávažnějších forem se používají cyklosporinové kapky, kortikoidy v kapkách, sérové kapky vytvořené z vlastní krve pacienta nebo se dočasně provede uzávěr slzných cest implantátem.

Zrak je jedním z nejdůležitějších smyslů a je třeba se o něj zodpovědně starat. Nezanedbávejte své oči.

Léčbu syndromu suchého oka může každý zahájit lubrikačními očními prostředky – umělé slzy, které jsou volně prodejné v lékárnách. Ideální je však konzultovat obtíže s očním lékařem, který pacienta vyšetří a doporučí vhodnou léčbu podle očního nálezu. K tomu MUDr. Váša dodává: „Diagnostika zahrnuje následující kroky a možnosti: odebrání anamnézy,

TRÁPÍ VÁS SYNDROM SUCHÉHO OKA?

MOŽNÁ POTŘEBUJETE

6

měsíců

Všechny produkty Optive® lze používat 6 měsíců po otevření. (Nepoužívejte po datu expirace)

NEJNOVĚJŠÍ LÉČBA SYNDROMU SUCHÉHO OKA OD ZNAČKY OPTIVE®

OPTIVE FUSION® jako jediný obsahuje kombinaci HA (kyselina hyaluronová) a CMC (karboxymethylcelulóza), dva pokrokové polyméry, které zmírňují projevy syndromu suchého oka. Tato unikátní kombinace přináší příjemnou dlouhotrvající úlevu a ochranu povrchu oka.

SUCHO

Pokud máte pocit písku či sucha v očích, OPTIVE FUSION® je zvlhčí a poskytne komfort.

PÁLENÍ

Když Vás pálí oči, OPTIVE FUSION® uhasí oheň a přinese příjemnou úlevu.

PÍCHÁNÍ

OPTIVE FUSION® zmírní píchání v očích bez rozmazání vidění.



Optive FUSION™



Jedinečné složení přípravku je zdrojem okamžité úlevy, dokonalého komfortu a dlouhodobé ochrany očí přírodních složek suchého oka.

Navíc OPTIVE FUSION® pomáhá udržet zdravý povrch oka, který by se jinak vlivem syndromu suchého oka poškodil. Je vhodný pro užití také pro pacienty s kontaktními čočkami.

Nečekejte, poradte se se svým očním lékařem nebo lékárníkem, zda je OPTIVE FUSION® správná volba také pro Vás.



1. Data on file, Allergan, Inc. 2. Blehm C, Vishnu S, Khattak A. Computer vision syndrome: a review. Surv Ophthalmol. 2005;50(3):253-262. 3. Aragona P, Papa V, Micali A, et al. Long term treatment with sodium hyaluronate-containing artificial tears reduces ocular surface damage in patients with dry eye. Br J Ophthalmol. 2002;86:181-184. 4. Optive Fusion Labelling, Allergan Inc. 2014. 5. Garrett Q, Simmons PA, Xu S, et al. Carboxymethylcellulose binds to human corneal epithelial cells and is a modulator of corneal epithelial wound healing. Invest Ophthalmol Vis Sci. 2007;48(4):1559-1567.

Váš nehet změnil tvar, barvu a drolí se? Může jít o plíseň

Onemocnění způsobená houbami a kvasinkami jsou velice frekventovaná. Nejčastěji se objevují na nehtech rukou a nohou.



Upravené a zdravé nehty nám dělají tu nejlepší reklamu.

PROFIMEDIA.CZ

Pokud se plíseň na kůži objeví, nejčastěji se usídí v meziprstních nohou, což se projeví šupinami, až drobnými trhlinami. Plíseň se pak rozšiřuje na chodidla, později i na nehty nohou.

Objevit se ale může na jiných částech těla – na ploskách, bérkách, tříselech, vousích, na hlavě i na trupu. Lokální nález je různorodý, většinou se projevuje červenou kůží s nánosem šupin.

Velmi často plíseň postihuje nehty. Mezi typické příznaky patří změněná barva, tvar

i struktura. Nehet se většinou zbarví žlutě, je drobnivý, v okraji nehtu a později v celém rozsahu nehtové ploténky se objevuje nadměrné rohovatění kůže. Zpravidla postihuje nejdříve palec u nohy a pak se rozšiřuje i na ostatní prsty. Ale postihnout může i chodidla.

Plíseň se dá chytit snadno. Stačí k tomu vlhké prostředí, které má ráda. Nejnáchylnější místa jsou společně spr-

chy, umývárny, sportoviště či plochy kolem bazénů. Ale chytit ji můžete i z předmětů, které nakažená osoba použila – například z ručníků nebo bot. Odloučené kožní šupiny a části nehtů jsou totiž infekční i několik měsíců.

Pokud se u vás něco podobného objeví, ihned byste měli začít s léčbou. Infekce se totiž šíří, v meziprstních nohou může posloužit jako brána vstupu pro jiné mikroby, na-

příklad streptokoky, které vyvolávají takzvanou růži. Léčí se převážně roztoky či laky, které se natírají přímo na nehet.

Účinné látky pronikají do nehtové ploténky, kde ničí vlákna parazitujících hub. Pokud tato léčba nezabere, přistupují lékaři k celkové protiplísňové léčbě polykáním tablet. Riziko, že se nákaza objeví opakovaně, je poměrně velké.

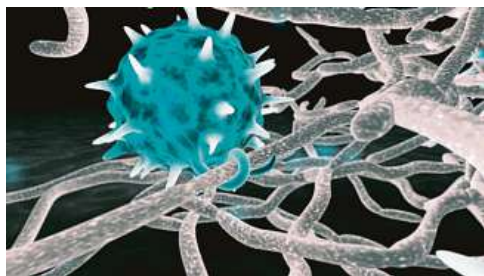
Jak se vyhnout nákaze

Klíčová je prevence.

- K nákaze dochází při kontaktu s výtrusy hub.
- Spóry hub jsou na předmětech používaných nakaženou osobou například na ručníku nebo v botách.
- Zdrojem mohou být i podlahy zařízení, kde chodí větší množství osob na bosu, jako jsou bazény, sprchy, sauny.
- Plíseň postihuje častěji nohy, protože se více potí, přičemž vlhko a teplo je příznivým prostředím pro růst hub.

A jaká je prevence? Odborníci doporučují nosit vzdušnou obuv, doma pantofle s otevřenou špičkou a bavlněné ponožky. Důležité je také řádně vysušovat meziprstí po koupeli. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

Odstraněním plísní si posílíte imunitu



Plísně jsou infekce a naše lehkovážnost, že nebolí, tak nám neškodí, je zavádějící. Tělo musí na obranu proti plísním soustředit imunitní systém do místa infekce. Pak se může stát, že bude chybět jinde, při závažnějším onemocnění.

Pythium oligandrum je mikroorganismus, který přímým parazitizmem vysává jiné plísně a kvasinky. To není nic nového, takových mikroorganismů je na světě několik tisíc. Ale *Pythium oligandrum* je chytrá houba a konzumuje pouze plísně a kvasinky, ze kterých čerpá živiny pro svůj rozvoj a není schopna napadat jiné organiz-



my, což se o ostatních mikroskopických predátorech říci nedá.

„Začali jsme u nohou, protože jsou na opačném konci než hlava,“ vzpomíná výzkumník Radim Klimeš a pokračuje. „Zápach nohou vytvářejí sice bakterie, ale ty žijí v symbióze s plísněmi. Plísně dráždí pokožku a tělo je chce odplavit potem. Vlhko plísně i bakterie potřebují. Pokud plísně odstraníme, nohy přestanou zapáchat. Oříškem byla plíseň pod nehtem, ale vhodnou zábalovou aplikací jsme s lékaři tento problém vyřešili.“

Velmi překvapivé bylo čištění nehojících se ran (bércové vředy, diabetické nohy, ...) a snížení patogenní mikrobioty, která rozkládá tkáň a brání hojení, takže se nemuselo přistupovat k amputaci.“

„*Pythium oligandrum* svými zoospory aktivně vyhledává kvasinky, které pak vysává. A tak netrvalo dlouho, abychom se zaměřili na vaginální kandidózy“ říká Radim Klimeš a dodá-

vá. „Ovšem lidé při svém aktivním životě si přenášejí tuto infekci i do úst a tak jsme se nevyhnuli ani dutině ústní a vyšly nám velmi pozitivní ohlasy od gynekologů, dentálních hygieniček a zubních lékařů.“

Dnes jsou v lékárnách k dispozici přípravky pro péči o nohy – **BIODEUR 3x1g, CHYTRÁ HOUBA PYTHIE BIODEUR NAIL, CHYTRÁ HOUBA PYTHIE BIODEUR PREVENT a další**. Pro dutinu ústní – **CHYTRÁ HOUBA PYTHIE BIO PLUS**. Pro intimní hygienu a místa náchylná k výskytu kvasinek – **FEEL FRESH**. Pro péči o pokožku a úpravu fyziologické mikrobiální flóry při hojení poškozené pokožky – **BIOMYCOSIN**.



Přípravky s Chytrou houbou dostanete ve své lékárně.

Vaše otázky, rádi zodpovíme na telefonu: **608 157 744** akutní dotazy na infolince: **773 773 970**, e-mail: **pythium@pythium.cz**, informace na: **www.chytrahouba.cz**

Výrobce: Bio Agens Research and Development – BARD, s.r.o.

Získejte 8 000 Kč na své nákupy!

Jen u nás vám
peníze padají z nebe



Rozumí si se smartphonem

Oral-B®

Oral-B Genius 10000 Orchid Purple

Technologie detekce polohy čištěné oblasti
Jemný režim pro citlivé dásně
Bluetooth, propojení se smartphonem
Nová technologie Gum Guard pro zdravé dásně



obj. kód: ORAEL127

Zcela nový pocit čistých zubů

PHILIPS

Philips Sonicare DiamondClean

Odstraní až 10× více plaku než obyčejný kartáček
5 různých režimů čištění, 4 kartáčkové hlavice
Indukční nabíjecí sklenice
Cestovní pouzdro s USB



obj. kód: PHISC394

Vždy je cesta, jak čistit lépe

PHILIPS

Philips Sonicare ProtectiveClean

3 režimy čištění, 2 hlavice OptimalWhite
Tlakový senzor a automatické rozpoznání hlavice
Upozornění na výměnu hlavice
Inteligentní časovač, cestovní pouzdro a nabíječka



obj. kód: PHISS0323

Týden smíchu

Oral-B®

Zubní kartáčky Oral-B

Smějte se s námi v Týdnu smíchu 24.-30. 9. 2018
Sleva až 50 % na vybrané kartáčky Oral-B



Pečuje o zdraví vašich dásní

SENCOR®

Barvy:

SENCOR SOC 1100SL

Sonický kartáček, 10 režimů rychlosti a tvrdosti
Rychlost stěrů až 41 000 za minutu
Výdrž baterie až 45 dní při denním používání
Ochrana proti ponoření do vody dle IPX7



obj. kód: SENSO100

Černý kartáček pro bílé zuby

SENCOR®

Barvy:

SENCOR SOC 3311BK

Sonický kartáček, 5 čistících programů
Chytrý časovač pro efektivní čištění
Ochrana proti ponoření do vody
Magnetická technologie pro tichý chod



obj. kód: SENSO311

alza.cz

Kup na www.alza.cz nebo volej 225 340 111

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 25. 10. 2018 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na www.alza.cz/reklama. Aktuální ceny najdete vždy na www.alza.cz. Dárky jsou dodávány pouze do vyčerpání zásob.

Auto-moto - poptávka

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

Zdraví - nabídka

ZUBNÍ ORDINACE oznamuje příjem nových pacientů. Vysoká poliklinika, Sokolovská 304, Praha 9. Objednávat se můžete na tel. 266006189

Pronájmy - nabídka

Ihned k pronájmu masérna u "M" B Českomoravská, 5,000 Kč/měs. bez DPH. Při rychlém jednání možnost slevy. www.sauna-praha9.cz. Tel. 602214060

Finance - nabídka

greenpujcka.cz Soukromá nebankovní společnost Praha Tel. 608 643 591 Půjčka od 20.000 Kč do 300.000 Kč - velká průchodnost, vyřízení půjčky ještě dnes - schválení do 20ti minut od žádosti - výzvy záruk, práce jako zprostředkovatel pro jednoho věřitele

Oddlužíme nemovitost! Vyplatíme Vaše dluhy, zástavy, exekuce! Odkup nemovitosti, peníze máte do 48 hod! V nemovitosti můžete stále bydlet! 737352730

Byty - nabídka

Prodej dr. bytu 4+1/L, 106m2, nízký panelový dům, po rekonstrukci, cena 2.9 mil. Kč nebo výměna za jiný. 777060126

Služby - nabídka

nová TERMINÁL ŽIŽKOV BURZA V PRAZE na nákladovém nádraží Žižkov KAŽDOU sobotu a neděli 7 - 17 www.terminalzizkov.cz

ODVOZ a likvidace odpadu. VYKLÍZENÍ nemovitosti všech druhů i velikosti! Stěhování! Byty, domy, zahrady, Praha a okolí. Tel. 776444920

Malování od 25 Kč, lakýrnické práce, štukování, vše profesionálně a kvalitně. Tel. 607719394

Sauna opět v provozu od 1.9., již od 120 Kč/os. - čas neomezen, 16-22 hod., více info o slevách: 722232342, www.sauna-praha9.cz

Nemovitosti - poptávka

Koupím ihned rod. dům nebo pozemek v Praze a okolí. Financování mám zajištěno, hotovost. Právní vady nevadí, dluhy a exekuce uhradím. Realitní kanceláře prosím nevolejte. Kontakt: 728 384 508

Koupím chatu, chalupu do 50 km od Prahy, v dobré i špatném stavu. Děkuji za nabídku. Tel.: 720 031 400

Nemovitosti - nabídka

Peníze ihned. Vykoupieme nebo zprostředkujeme prodej - byt, rod.dům, chaty, Praha a okolí. Řešíme exekuce, právní vady, dluhy. Tel. 777306102

Pronájmy - poptávka

Hledám byt pro 2 os. menší do 15 tis nebo větší do 20 tis. Požadují: MHD do 10 min, lodžie výhodou, dlouhodobě, čistý stav. RK nevolat. 777615730

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

Pronajíme bez rizika! Pro manažery firem s rodinami hledáme pěkné byty v Praze. Garantujeme 100% platbu nájmu. BEZ PROVIZE! T. 734319304

Byty - poptávka

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

Specialista na výměny bytů i domů
Dobře prodám/pronajmu Váš byt nebo dům
Poskytují rychle finanční zálohu
Právní služby, konzultace zdarma

Zavolejte, rád vám poradím: 776 363 636

Expresní výkup nemovitosti
Vyplatím dlužné nájmy, exekuce, zástavy
Půjčím na privatizaci včetně realizace
Zajistím náhradní byty
VOSYKA www.rkzoom.cz

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

Koupím byt v Praze, družst., OV i obecní vlast. (zaplatím privat.). Platím hotově, dám zálohu, uhradím dluhy, na vystěh. nespěchám. T. 777235501

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

Solventní zájemce koupí byt v Praze. Nabízím čestné a rychlé jednání i garsonku v centru či dům 3+1 ve středních Čechách. Telefon 777277779

PRO DCERU koupím byt družstevní nebo byt v osobním vlastnictví v Praze. Platím v hotovosti. Tel: 702044164

Nemovitosti - nabídka

JURIS REAL real estate

Společná realitní a advokátní kancelář

JURIS REAL spol. s r.o.

ihned vykoupi či zprostředkuje prodej rodinného domu, bytu, chaty, pozemku. Vyřešíme právní vady, dluhy, exekuce i privatizaci. Okamžitá výplata zálohy.

Tel.: 777 306 102

www.vykuppraha.cz

Starožitnosti

Starožitný nábytek koupím za solídní ceny. Ložnice, jídelna, obývací, pracovní, lampy, obrazy, knihy. Dále retro nábytek do r. 1970. Tel. 603478873

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

Práce - nabídka

Daruj krevní plazmu na Praze 1. Náhrada 600 Kč za odběr. Až 1200 Kč / dva odběry. t: 702278928, www.caraplasma.cz, Jungmannova 24. Po-máhat je lidské.

SKLADNÍK/CE

ve skladu autodílů u metra B - Stodůlky

Až 28 000,- Kč*

Směny 8 hodin denně
Placené přesčasy
Stravenky
NÁSTUP IHNEDE

*Při splnění podmínek

Volejte: 722 183 975

VÝPLATA DENNĚ!!! Velký výběr dlouhodobých i jednodenních brigád a kvalifikovaných pozic na HPP v Praze a blízkém okolí v různých oborech (skladníci, práce ve výrobě, administrativní, řidiči, pokladní, doplňování, kompletace, stavební práce atd.). Info: 731883553, zivotopisy@brigadaihned.cz.

Sklad s elektronikou přijme lidi na HPP - Řičany, až 24000 Kč/měs., nást. bonus, zálohy, doprava zdarma, ubytování. T: 725426038, praha@lepsi prace.cz

WWW.BRIGADANALETISTI.CZ

AeroAgency s.r.o.

K Letišti 57/1049, Praha 6

Tel.: 778 761 511

info@aeroagency.cz

Velitel objektu, ostraža a kustod - dozor expozic

Stabilní česká společnost s dlouholetou působností na trhu hledá vhodné kandidáty na pozice: **Velitel objektu, ostraža a kustod - dozor expozic.**

Informace o pracovním místě:

- Dozor ve výstavních prostorech v centru Prahy
- Dohled nad exponáty
- Podávání základních informací návštěvníkům
- Preventivní pochůzková činnost
- Zajištění klidu a pořádku v daném prostoru

Profesionální vystupování
Loajalitu
Čistý trestní rejstřík

Nabízíme:

- Zajímavé pracovní prostředí
- Nástup 1. 9. 2018
- Kompletní uniforma
- Typ smluvního vztahu: Pracovní smlouva/Dohoda o provedení práce
- Plánování směn dle vzájemné dohody

Požadujeme:

- Zodpovědnost, pečlivost, spolehlivost

VHODNÉ PRO DŮCHODCE A STUDENTY

KONTAKT: VOLEJTE ZDARMA: 800 108 111 SVÉ ŽIVOTOPISY ZASÍLEJTE NA: nabor@abasco.cz

PRACUJTE NA LETIŠTI.CZ

ZAJÍMAVÁ PRÁCE V ATRAKTIVNÍM PROSTŘEDÍ MEZINÁRODNÍHO LETIŠTĚ VÁCLAVA HAVLA.

INTERNATIONAL DEPARTURE

FLIGHT	TAG	DESTINATION	GATE	STATUS	TIME
NAKLADKA - LETADEL				NASTUP	11:55
ODBAVENÍ IMOBILNICH OSOB				NASTUP	
ODHRAZOVANI LETADEL				NASTUP	
PRACOVNIK ODBAVENI CESTUJICICH				NASTUP	
KOORDINATOR ODBAVENI LETADEL				NASTUP	
CARGO AGENT				NASTUP	
SKLADNIK				NASTUP	
ODBAVENI NADROZHERNYCH				NASTUP	
ZAVAZADEL				NASTUP	
AUTOMECHANIK / AUTOELEKTRIKAR				NASTUP	

NEJŠIRŠÍ NABÍDKA PRACOVNÍCH PŘÍLEŽITOSTÍ NA VŠECHNY DRUHY PRACOVNÍCH ÚVAZKŮ - HPP, DPP, DPČ
MOŽNOST I ZKRÁCENÝCH PRACOVNÍCH ÚVAZKŮ, UBYTOVÁNÍ

K LETIŠTI 57/1049, PRAHA 6 161 00 - TEL: (+420) 778 448 797
EMAIL: INFO@PRACUJTE NA LETIŠTI.CZ - WWW.PRACUJTE NA LETIŠTI.CZ

AMBOSELI s.r.o. přijme zaměstnance na pozici popelář, meřák v Praze - HPP, DPČ, možnost pravidelných záloh a ubytování. Bezplatná linka 800100166

Přijmeme strážné (12 hod. směny D/N) a recepční s angličtinou (8 hod. směny D) na různé objekty v Praze. Nabízíme: DPP (později možnost PP), mzda 90-120 Kč/hod v čistém, po zapracování navýšení odměny, možnost záloh. Tel.: 733469469

STRAŽNÝ VRÁTNÝ RECEPČNÍ

HLEDÁME: recepční, strážné - vrátěně, ostražu

VHODNÉ PRO: invalidní důchodce

NABÍZÍME: náborový příspěvek 10.000 Kč 75-120 Kč/hod. (Vyplácení denně) stravenky a příspěvek na bydlení

Jsmo solídní společností. **KONTAKT: 800 888 440**
BEZPLATNÁ LINKA

Malgen

BUĎ U TOHO, BUĎ MALGEN

Přijmeme pracovníky ostražky a recepcie

- Nástup ihned na DPP i HPP
- Objekty v Praze i okolí
- Mzda 75 - 150 Kč/hod
- Náborový příspěvek až 3000 Kč
- Ubytování, stravenky

800 99 11 00
723 53 21 11
job@malgen.cz

www.malgen.cz

FINANČNĚ ATRAKTIVNÍ PRÁCE V BEZPEČNOSTNÍ SLUŽBĚ

Nabízíme:

- PRÁCI VE VAŠÍ LOKALITĚ
- SLUŽEBNÍ VÝSTROJ
- ZÁLOHY NA MZDU
- MOŽNOST UBYTOVÁNÍ
- PRÁCE NA HLAVNÍ PRACOVNÍ POMĚR, DOHODU, MOŽNOST BRIGÁD
- MOŽNOST ZHOVOVNÍ ZBROJNÍHO PRŮKAZU

Nabízené pozice:

- Detektiv
- Strážný průmyslových areálů
- Recepce
- Vedoucí směny
- Strážný na retailových prodejnách

VOLEJTE ZDARMA 800 108 111
Email: nabor@abasco.cz

Farmaceutická společnost **PRO.MED.CS** přijme

PRACOVNÍKA OSTRACHY na hlavní pracovní poměr do nepřetržitého provozu.

Nástup možný od 15. 10. 2018, hodinová mzda 160 Kč/hod.

Pro více informací kontaktujte **Ladu De Corte** na telefonním čísle **241 013 265** mezi 9. a 11. hodinou. Své životopisy zasílejte e-mailem na adresu **lada.decorte@promedics.com.**

wellpack

POLEPOVÁNÍ HRAČEK /VYKLÁDKA KAMIONŮ

SVOZ Z OPATOVA ZDARMA VÝPLATA KAŽDÝ TÝDEN

Směny polepování Po-Ne 06-14/14-22/22-06
MZDA 105 Kč ČIST./HOD.
MZDA 110 Kč ČIST./HOD. - VIKEND

Směny vykládky kamionů Po-Pá 08-18/30/14-22
MZDA 110 Kč ČIST./HOD.

Směny lze plánovat dle domluvy
Dlouhodobá brigáda do konce roku 2018

Volejte bezplatně
800 577 775 nebo 727 903 708
hracky@wellpack.cz

SSI GROUP

PŘIDEJTE SE K NÁM.

Lidé jsou základem naší společnosti.

Přijímáme PRACOVNÍKY OSTRACHY (vhodné i pro OZP)

- Nadstandardní hodinová mzda
- Dlouhodobá spolupráce
- Týdenní výplata mezd

Bezplatná linka 800 100 187
www.ssi.cz

Federer a spol. uspěli i v Chicagu

Tenisté Evropy vyhráli také druhý ročník Laver Cupu.

Na vítězství z loňského premiérového ročníku v Praze Evropané navázali v Chicagu, kde díky Rogeru Federerovi a Alexandru Zverevovi porazili výběr světa 13:8. Federer a Zverev v neděli prohráli čtyřhru a výběr světa vedl 8:7, ale v následujících dvouhrách strhli výhru na stranu Evropy. Švýcarský tenista odvrátil tři mečboly a zdolal 6:7, 7:6 a 10:7 v super tie-breaku domácího Američana Johna Isnera a Němec Zverev porazil Kevina Andersona z JAR

6:7, 7:5 a rovněž 10:7 v super tie-breaku.

„Bylo to neskutečně vyrovnané každý den a rozhodlo jen pár míčů. Jsem nadšený, že jsme vyhráli a obhájili titul. To je nejdůležitější,“ radoval se Zverev. Právě Federer a Zverev slavili výhru i před rokem v české metropoli. Letos v Chicagu je v sestavě švédského kapitána Björna Borga doplnili Srb Novak Djoković, Bulhar Grigor Dimitrov, Belgičan David Goffin a Brit Kyle Edmund.

„Byl to další neuvěřitelný týden a jsem na svůj tým velmi pyšný. Věděli jsme, že bude velmi těžké pohár udržet, ale povedlo se nám to,“ ocenil Borg. Evropané vyhráli sedm z osmi dvouher, zatím-



Roger Federer AP

co výběr světa třikrát dominoval ve čtyřhrách. Federer a Zverev zajistili deset bodů.

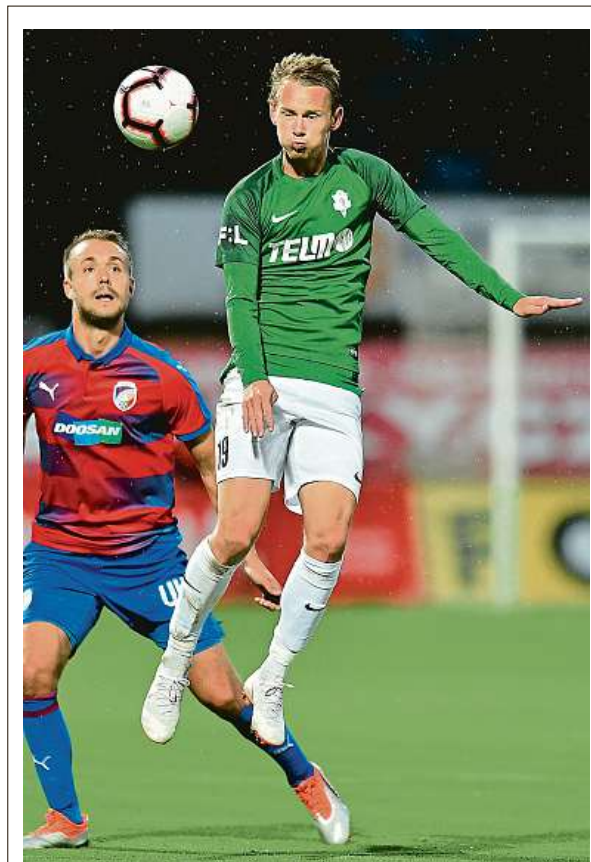
Zkompletovat hat-trick v soutěži, kterou Federer založil jako poctu Australanovi Rodu Laverovi, se Evropa pokusí za rok v Ženevě. **ČTK**

Gólman Čech. Tisíc zákroků

Fotbalový brankář Petr Čech pokořil další z milníků v Premier League. Šestatřicetiletý bývalý český reprezentant si při nedělním vítězství Arsenalu nad Evertonem 2:0 připsal

nejen premiérově čisté konto v sezoně, ale hlavně jako první gólman v historii nejslavnější ligové soutěže překonal hranici 1000 zákroků. Čech musel proti Evertonu zlikvi-

dovat šest střel a během svého více než čtrnáctiletého působení v anglické lize v dresech londýnských Chelsea a Arsenalu už zasahoval proti 1003 pokusům. **ČTK**



Mistr vyhořel v Jablonci

Fotbalisté Jablonce smetli v dohrávce 9. kola první ligy Plzeň 3:0, ta tak v tabulce zůstává třetí za Spartou. Hvězdou utkání, které se víceméně hrálo na jednu bránu, byl domácí Trávník, který dvě branky dal a třetí připravil. Na 3:0 zvyšoval Jan Chramosta (na snímku). **ČTK**

Paragliding. České medaile

Paraglidistka Ivana Baláková vyhrála ME v přesnosti přistání. Druhé místo za ní ve Slovinsku obsadila Markéta Tomášková, stříbro získala i sedmičlenné české družstvo. **ČTK**

Zprávy krátce

Karabáček v Brně

Hokejový útočník Václav Karabáček po předčasném ukončení smlouvy s Buffalem v NHL posílil mistrovskou Kometu Brno.

Hvězdný Řepík

Michal Řepík ze Slovanu Bratislava byl vyhlášen nejlepším útočníkem za uplynulý týden Kontinentální hokejové ligy.

Postup Strýcové

Barbora Strýcová potřetí z devíti pokusů porazila francouzskou tenistku Alizé Cornetovou. Ve Wu-chanu si zahraje 2. kolo. **MET**

Modrič. Králem už není Ronaldo

Nejlepším fotbalistou světa za sezonu 2017/18 podle Mezinárodní fotbalové federace FIFA byl zvolen Luka Modrič. Chorvatský hráč sesadil z trůnu Cristiana Ronalda. **ČTK**

INZERCE

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

Práce - nabídka

• Rozšiřujeme se! Máš profesionální vystupování a rád řídíš? Umíme to ohodnotit a nabízneme Ti výdělek až 5000/denně. Budeš vozit pouze VIP klientelu na Letiště VH v novém luxusním voze. HPP, ŽL, DPP. Rádi u nás přivítáme začátečníky i profesionály. Tel: 730165559, email: topservice@taxi14007.cz

• Gymnázium na Praze 4 přijme kuchařku na HPP. Vyučení není podmínkou. Nástup ihned. ctvrtcevkova@gymnazium-opatov.cz, tel.: 778488163

• Kuchařku a pomocnou kuchařku hledá Základní škola Dědina v Praze 6, nástup možný ihned. Tel: 602275977, e-mail dundera@zsdedina.cz

• Přijmeme ženy i skupiny. Obsluha bílé a černé myčky - noční směna 17-01 h./140 Kč+bonusy/ vhodné pro cizince. Volejte 773779855

• Stomatologická ordinace v Praze 9, v blízkosti metra přijme zubní asistentku na částečný úvazek - 2dny v týdnu. Zdravotnické vzdělání není podmínkou. CV zasílejte na mail: strelcova.zu@seznam.cz

• Milovice: Operátor výroby - 110 Kč/hod. Řidič - 120 Kč/hod. Třisměnný provoz. Pracovní doba: Po - Pá 8 hodinové směny. Nástup ihned. Týdenní zálohy. Poskytujeme ubytování. Dlouhodobá spolupráce. Čistý trenčík rejstřík podmínkou. Níkolo tel: 739220120

• Vědecký ústav v Praze 8 hledá pracovníky do recepce-12h-den/noc. Klidné pracovní prostředí, benefity. Životopis posílejte na email: pavlinan@it.cas.cz

• Přijmu obch. zástupce os. auto+čistý tr. rejstřík podmínkou. Vhodné i pro aktivní důchodce. Výdělek 18000-27000 Kč. www.knihynovotna.cz tel: 737436427

• Přijmeme zaměstnance na vrátnice, recepcie, kustody. Požadujeme čistý TR. Nabízíme dobré platové ohodnocení. Tel. 731439473, 739545226

• Přijmeme recepční Praha Ruzyně, 100/hodina, směny odpoledne 16-23 nebo 12-23, 1x víkend. 606648909 sportovní středisko, hostel, ubytovna.

• S nástupem třeba i ihned hledá ZŠ v Praze 8-Dáblicích (v dosahu Metro C-Ládví) učitel/ku M, F, Ch (možno částečný úvazek). Předpoklad týmové spolupráce. Nabídky s životopisem zasílejte: zastupce@skoladablice.cz, případně telefonujte: 601214822, www.skoladablice.cz.

• ZŠ v Praze 10 - Hostaviři přijme ihned vychovatele/ku školní družiny. Tel. 274016523, email: reditel@hornomep.cz

• Přijmeme ženy a muže do skladů - balení, kontrola a opravy zboží. HPP, výdělek až 30.000 dle pozice. Svozy zdarma. Volejte 722005001

• Přijmeme Telefonní specialisty pasivní linky, výdělek až 38.000,-. Fixní + neomezená bonusová složka mzdy. Tel.: 778476555

• Hledáme pracovníky ostražby bytových domů v Praze na dohodu, vhodné i pro důchodce. První měsíc záloha po odpracovaném týdnu. Tel.: 281864803, 8-16 h.

• Přijmeme brigádníky na ranní i odpolední úklid admin. prostor na P4 budova GRC. KONTAKT: tel. 739500076.

• Anglická agentura přijme muže, ženy, děti... pro komparz, TV reklamy, filmy, modeling. Honorář až 1.300 Kč/den. AJ není nutný. Tel. 720622270

• Přijmeme paní na večerní úklid kanceláří, Praha 4, po-pá, menší úsek. Od 17,00-19 hod. Plat 3,500 Kč/měsíčně. Kontakt: 731891021.

• UKLÍZEČKU - POKOJSKOU spolehlivou na úklid apartmánů v centru Prahy - 4-5 dní v týdnu přijmu na DPP/ŽL. Min. SOU. Dobré ohodnocení. Tel. 606361276



Intimní

E.M.A. Europe sro, PO Box 14, Praha 05, 110 05, tech. zap. Materna, od 18let, 15ms/50Kč, 1min/80Kč v CDPH, max. délka hovoru 15 minut, www.ema.bz, www.platmobilem.cz



• **Vdané bokovky** z tvého okolí. Diskrétní seznamka. Piš SMS ve tvaru 82RZR a text na 909 15 45



• **Jsem vdova.** Jmenuji se Andula (63), hledám milence. Ještě se mi nechce v parku krmít holuby. Zavolej mi na 909 801 801 nebo mi rovnou napiš SMS na číslo 909 15 50 s kódem 87RTJ a tvůj text!

SPORTISIMO

LIKVIDACE ZÁSOB

časově
omezeno
25. 9.
-
2. 10.

NORTHFINDER

pánská
softshellová
bunda

ALEC

- 100% polyester
- vodní sloupec
3 000 mm



-68%

místo 2190 Kč

699 Kč

LIFE'S

dámská vesta
ANIXA

- 100% polyester



-66%

místo 1199 Kč

399 Kč

LIFE'S

dámská obuv pro volný čas
JILL



-81%

místo 2399 Kč

449 Kč

adidas

dětská zimní obuv
RAPIDASNOW

BOYS



-56%

místo 1599 Kč

699 Kč

**RUSSELL
ATHLETIC**

batohy



od 199 Kč

LIFE'S

**RUSSELL
ATHLETIC**

dámská mikina
GOLD

- 48% bavlna,
42% polyester,
10% viskóza



-69%

místo 1299 Kč

399 Kč

WILKARD

dámská zimní obuv
CECILE



-62%

místo 1599 Kč

599 Kč

ŠIROKÁ NABÍDKA PRODUKTŮ. PŘIJĎTE SI VYBRAT.

SLEVY AŽ 75%

Nabídka platí pouze v prodejnách: **CCM-CENTRUM ČERNÝ MOST**, Chlumecká 765/6, 190 09 Praha 9; **OBCHODNÍ ZÓNA ČESTLICE**, Obchodní 111, 251 01 Průhonice - Čestlice; **OC OLYMPIA**, Jičínská 1350/III, 293 01 Mladá Boleslav