

# VELKÝ FOTBALOVÝ DEN! ČEŠI VYZVOU BRAZILCE

DO PRAHY DOLETĚL TAKÉ HVĚZDNÝ BRANKÁŘ ALISSON STRANA 23

# metro



**PRAHA**

Úterý, 26. března 2019

Č. 60, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Emanuel

[mojemetro](#) | [denikmetro](#)



# Je tu jaro! Alergici jsou opět na pozoru

**Začátek.** Sezona kvetoucích stromů, keřů, trav či bylin. **Citliví lidé.** Trápí je také alergie na léky, potraviny či bodnutí hmyzem. **Varování.** Může dojít k akutní reakci, tak zvanému anafylaktickému šoku STRANY 11 AŽ 18



## O osudu brexitu stále není jasno. Odpůrci i příznivci jsou v ulicích

Britská premiérka Theresa Mayová včera řekla, že pokud parlament tento týden neschválí jí navrhovanou dohodu brexitu, už dále Británii nepovede. Tři pozměňovací návrhy k „neutrálnímu“ usnesení vlády vybral předseda britské Dolní sněmovny John Bercow pro večerní hlasování o dalším postupu kolem brexitu. Všechny se snaží jistým způsobem převést kontrolu nad procesem britského odchodu z Evropské unie do rukou poslanců. Největší zlom by přineslo schválení dodatku, který požaduje už ve středu prostor pro sérii hlasování dolní komory o různých variantách vývoje.

AP



## Tipy pro dnešní den

## KONCERT

Od 19 hodin se v Zrcadlové kapli Klementina uskuteční první z koncertů mezinárodního hudebního festivalu Bach for All. Na koncertě taiwanské flétnistky Sheng-Fang Chiu a rakouského cembalisty Nicolase Parle zazní transkripce sonát Johanna Sebastiana Bacha v nové a neotřelé verzi pro zobcovou flétnu.

## OSLAVA

Koncertem ve Velkém sále Lucerny od 19.30 oslaví multižánrový Epoque Quartet 20 let od svého založení. Na pódiu se v úterý vystřídají také vzácní hosté jako Dagmar Pecková, Marek Eben, Dan Bárta, Matěj Ruppert, Radek Baborák, Petr Čtvrtníček, Barbora Poláková, Dasha, Jiří Lábús, Jan Kučera, Ondřej Brousek, Duo Siempre Nuevo či Belfiato Quintet. **MET**

# Mačkat, či ne? Cestující si radí, jak na tlačítka

**Kolem knoflíků v MHD panují spory. Někteří tu vylepují návody, jak je používat.**

## Výzva

Ručně vyráběné návody, jak na knoflíky v MHD, visí nejen v metru, ale také v autobusech a tramvajích. Podělte se s námi o jejich fotografie.

- Zahlédli jste cestou do práce podobný návod? Zašlete nám jeho fotografii spolu s informací, kde a kdy byla pořízena, na e-mail: [filip.jarosevsky@metro.cz](mailto:filip.jarosevsky@metro.cz)

„Určitě se otevřou? Raději to tlačítko stisknu ještě jednou.“ Tahle myšlenka prochází denně hlavami řady cestujících. Knoflíky na dveřích v tramvajích, metru i autobusech proto mačkají často vícekrát, než je nutné. Zařízení se potom opotřebovávají a dopravce je musí častěji vyměňovat za nová.

Tomu chtějí nyní předcházet neznámí fanoušci hromadné dopravy, již ve vozech rozvěšují ručně malované návody, jak si s tlačítky poradit. „Pokud nesvíti, nemačkám ho. Otevře se automaticky. Pokud svítí, zmáčknu ho. Pokud bliká, už ho nemačkám,“ objevi-

lo se nedávno na papíře vylepeném na dveřích jedné ze souprav metra na lince A. Na návod, který doprovázejí také ručně namalované obrázky tlačítek, upozornila deník Metro čtenářka vystupující pod pseudonymem Barb/JMorgen. „Je to k smíchu, ale v podstatě je to smutný. Co dveře, to jiné způsob ovládní,“ okomentoval návod ve facebookové skupině Miluju Metro Miloš Keller. **JAR**



INZERCE

**MedelaDerma** studio lékařské kosmetiky nabízí

## 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 mikrodermabraze
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 **30. 4. 2019**

Na Vaši návštěvu se těší:

studio **MEDELA DERMA**, Bratří Dohalských 131,  
PRAHA 9 - VYSOČANY, Tel.: 283 923 186, Mob.: 605 035 519, [WWW.MEDELADERMA.CZ](http://WWW.MEDELADERMA.CZ)

nyní jen  
**499 Kč**



# Inflace v nejbližších měsících poroste. Kam investovat, abychom nepřišli o peníze?

**Inflace podle analytiků poroste v následujících měsících až k hranici tří procent. K hlavním faktorům stojícím za růstem patří zvyšování příjmů domácností a růst cen spojených s bydlením. Právě ceny nemovitostí loni rostly již několikrát rok za sebou. Průměrná tržní cena bytů vzrostla ve 4. čtvrtletí loňského roku o 2 %, mezitím byty podražily o 10,8 %. V hlavním městě dlouhodobě rostoucí ceny bytů zapříčinily, že se stále více poptávky přesouvá z okrajových částí Prahy do Středočeského kraje.** Zdrojem uvedených dat je HB Index sestavovaný Hypoteční bankou na základě skutečných prodejních cen nemovitostí.

## A JAK PROTI ROSTOUCÍ INFLACI BOJOVAT?

Úrokové sazby na bankovních vkladech k pokoření tříprocentní inflace nestačí, v případě investice do akcií se vystavujeme riziku poklesu finančních trhů. Nejlepší volbou nemusejí být ani firemní dluhopisy, které v době nízkých úrokových sazeb zažívají sice veliký boom, avšak zpravidla bývají nezajištěné a na trhu se již objevují první případy krachujících emitentů. Zajímavou variantou bezpečné investice se zhodnocením až 5,2% p.a. nabízí společnost RONDA INVEST prostřednictvím investice do úvěrů zajištěných nemovitostmi. Příkladem takové investice může být úvěr poskytnutý české akciové společnosti, který je zajištěn

vilou v Praze na Vinohradech využívanou k administrativním účelům. Účelem úvěru byla akvizice vlastnických podílů v jiném činžovním domě v centru Prahy. Úvěr je splácen z příjmů plynoucích z pronájmu zastavené nemovitosti a také z realitní, developerské a překladatelské činnosti provozované dlužníkem. Poměr mezi výší jistiny úvěru a hodnotou zajištění je 65%. Úvěr byl poskytnut v červenci 2018 ze zdrojů RONDA INVEST a všech dosavadních osm splátek bylo klientem řádně a včas uhrazeno.

Investovat můžete ale i do řady dalších zajištěných úvěrů s prověřenou platební morálkou, s výběrem a sestavením vhodného portfolia vám rádi pomohou specialisté RONDY INVEST.



**RONDA INVEST**

Na Poříčí 1047/26, Praha 1  
tel.: 296 187 888  
e-mail: info@rondainvest.cz  
www.rondainvest.cz

**INVESTUJTE do úvěrů s výnosem až 5,2 % p.a.**

- Úvěry zajištěné nemovitostmi
- Prověřená platební morálka
- Pravidelný výnos

## Krátce

### Přibudou místa

Pražské letiště nabídne v létě přímé spojení do 162 destinací v 54 zemích světa. Do letního letového řádu tak přibude 14 nových míst, například Newark v USA. Zvýší se také počet dopravců. **ČTK**

# Polystyren? Předzvěst nákupu lístků kartou

**Bezkontaktní platby za jízdenky v tramvajích budou možné pouze u prostředních dveří.**



Polystyren nahradí termínály do konce dubna. **PID**



## Z metra mizí „udírny“

Pražská hromadná doprava nejen fasuje nová zařízení, ale také přichází o ta stará.

- Z vagonů metra B například postupně mizí takzvané udírny – vysoké bílé skříně v nichž jsou umístěny zabezpečovací systémy. Ty uvolňují místo pro nové sedačky.
- V soupravách metra na trase B se tyto systémy postupně mění. Součástí změn je tak i vymontování skříně se stávajícím zabezpečovacím zařízením v prvním a posledním voze soupravy, které získaly pro svůj tvar přezdívku udírna.
- Nová technologie, kterou jsou vozy po odstranění udíren vybaveny, má zvyšovat komfort cestujících. Rozjezd je dle odborníků plynulejší, stejně jako brzdění.
- Podle firemního časopisu dopravního podniku DP Kontakt je přestavba zabezpečovačů v plném proudu. Nový systém, který již udírnu nepotřebuje, má zatím osm souprav. „Dokončení procesu vybavení všech vlaků domovského depa Zličín (52 vlaků) se předpokládá v roce 2022,“ píše DP Kontakt.



## Dohoda

Praha se domluvila se Zdenou Mašínovou mladší (na snímku) na vyzvednutí ostatků její matky na Dáblíckém hřbitově. Kdy přesně by se mohla exhumace uskutečnit, zatím není jasné, zástupci města začnou nyní dohledávat potřebné dokumenty. Zdena Mašínová starší, vězněná nacisty i komunisty, byla pohřbena do hromadného hrobu. **ČTK**

Do konce dubna si bude možné ve všech tramvajích v hlavním městě zakoupit lístek kreditní kartou. V těchto dnech se v nich proto objevují podivné polystyrenové krabičky, které zdobí nápis: Mimo provoz. Podle pražského organizátora dopravy Ropid jde o jakési umělohmotné poustače, které tu v následujících dnech nahradí karetní automaty.

„Jedná se o základy bezkontaktních platebních terminálů pro prodej jízdenek, které budou během dubna ve všech tramvajích zprovozněny!“ píše Ropid na svém facebookovém profilu.

Kupování lístků bezkontaktní kartou přímo v tramvajích byl ještě donedávna v Praze unikát. Žlutou krabičku, která cestujícím po přiložení karty vydá jednorázovou jízdenku, bylo možné využít jen v několika vozech, například linek číslo 18 a 22. Dopravní podnik se však loni rozhodl, že tuto službu umožní v každé tramvaji. „V metru se o bezkontaktním placení přímo ve

vozech v současné době neuvažuje,“ uvádí dopravní podnik. Dle Facebooku Ropidu se pak předpokládá, že se stejný systém jako v tramvajích objeví i ve všech autobusech nejpozději do roka. „Bude samozřejmě záviset na průběhu výběrového řízení,“ vysvětluje Ropid. Bezkontaktní platby budou možné v tramvajích vždy u prostředních dveří. U tramvají 14T pak budou zařízení na platby dokonce dvě. Tento typ prostřední vstup totiž vůbec nemá. V současné době je možné platit bezkontaktně za lístek také třeba na autobusové lince číslo 119 a na lince AE.

Podle úpravy přepravních podmínek, kterou dopravce schválil, může cestující nastoupit do vozu tramvaje bez dokladu, pokud bude mít v plánu si koupit jízdenku

s pomocí samoobslužného zařízení. Pokud by však v budoucnu terminál například nefungoval, nemá cestující nárok na bezplatnou přepravu a jízdní doklad si bude muset pořídit jinde.

Kolem zařízení, která jsou běžně k vidění například v ostravské či ústecké MHD, panuje řada otázek. Na Facebooku se řada z nich týká právě možnosti, že se cestujícím nepodaří lístek po nastoupení do vozu zakoupit. „Co když mě revizor vyhmátne dřív, než stihnu odstrčit deset lidí stojících mezi dveřma a terminálem a přiložím dlouho připravenou kartu?“ ironizuje uživatel Miroslav Franc.



**FILIP JAROŠEVSKÝ**  
filip.jarosevsky@metro.cz



## Don Hrabal

Operu Don Hrabal znovu uvádí Nová scéna Národního divadla u příležitosti Hrabalových nedožitých 105. narozenin přesně v den jeho narození ve čtvrtek 28. března ve 20.00. V roli jedné z múz se představí operní diva Vanda Šípová (nahore).

PATRIK BORECKÝ, JIŘÍ JÍRŮ



# Krumlov má na Epopej šanci

**Praha zapůjčí dílo Alfonse Muchy na Moravu** při vytvoření vhodných podmínek pro obrazy.

**Teplota a vlhkost**

**18–20**

Pro obrazy je třeba zajistit trvalou teplotu v rozmezí 18 až 20 stupňů Celsia, vlhkost 45 až 55 procent i řádné nasvěcení.

Cyklus obrazů Slovanské epopeje tvoří dvacet velkých pláten, které Mucha maloval od roku 1910 osmnáct let.

Podle pražských radních je nutné vytvořit pro obrazy vhodné podmínky, které moravskokrumlovský zámek nyní nenabízí. Praha dlouhodobě hledá místo, kde obrazy vystaví. O cyklus obrazů se stará Galerie hlavního města. Podle dokumentu bude mít Moravský Krumlov čas do konce letošního roku, aby splnil požadavky. V případě, že se tak stane, pražští radní by měli do konce ledna příštího roku schválit

smlouvu o výpůjčce. Ta by byla na pět let. Dnešní rozhodnutí radních ale ještě neznamená, že se Epopej do Moravského Krumlova přesune. Jednat o tom musí ještě magistrátní výbor pro kulturu a zastupitelé.

U obrazů nesmí být umístěny žádné výdechy, které by způsobily kolísání teploty. Rovněž je nutné ochránit obrazy proti požáru i případné krádeži či poničení. S výjimkou zabezpečení podle vedení Prahy není v Krumlově nic z uvedeného k dispozici a zámek nemá ani odpovídající

ci vytápění či chlazení. Úprava zámeckých prostor se ale chystá. Začátkem dubna by mělo být podepsáno memorandum, které dávají dohromady Moravský Krumlov, Jihomoravský kraj a ministerstvo kultury. Účastníci ho nyní připomínají. Všechny podepsané strany mají garantovat, že zaplatí opravu zámeckých prostor tak, aby v nich bylo možné plátna s Epopejí umístit.

Rozhodnutí radních se nelíbí opozičnímu zastupiteli Patriku Nacherovi za ANO. „Slovanská epopej je dílo, které Alfons Mucha věnoval Praze. Je pro mě nepochopitelné, jak se k tomu současná rada postavila,“ uvedl. Minulé vedení města rozhodlo o jejím umístění na Výstavišti. „Místo toho, aby se vedení města pokusilo co nejrychleji projekt realizovat, tak věnuje energii takzvanému dočasnému přesunu,“ dodal. **ČTK**

**Krátce**

## Cvičení evakuace

Úředníci, kteří pracují v budově Nové radnice na Mariánském náměstí, se budou 17. května cvičně evakuovat. Bezpečnostní cvičení bude simulovat situaci po vzniku požáru v suterénu.

## Stanice na odpad

Praha chce postavit bioplynovou stanici na zpracování bioodpadu a odpadu z restaurací. Důvodem je jeho vysoký podíl ve směsném odpadu. Stanice by mohla být v Malešicích a měla by produkovat stlačený plyn pro pohon vozidel a také elektrickou energii.

## Stále menší byty

Průměrná plocha nového prodaného bytu v Praze byla koncem loňského roku 65 metrů čtverečních. Od půlky roku 2017 klesla zhruba o 15 procent. Vyplývá to z analýzy společnosti JRD. **ČTK**

INZERCE

MĚSTSKÁ ČÁST PRAHA 5

## 2. REPREZENTAČNÍ PLES PRAHY 5

**12.4.2019 19:00 hod.**

Národní dům na Smíchově, náměstí 14. října 82/16, 150 00 Praha 5 - Smíchov

**HLAVNÍ PROGRAM:**  
Taneční orchestr K-Band  
Swingový sextet Petra Kroutila  
Speciální host Josef Laufer  
Pásmo z muzikálu Pomáda  
Diskotéka Martina Hrdinky  
Akci moderuje Petr Vondráček

**DOPROVODNÝ PROGRAM:**  
Taneční workshop, vyhlášení krále a královny plesu, karikaturista, fotokoutek a další...

**Ceny vstupenek: 490–790 Kč**  
V ceně vstupenky je zahrnut bohatý raut.

50% výtěžku z každé vstupenky věnováno humanitární neziskové organizaci „Lékaři bez hranic“.

Prodej vstupenek ve Vzdělávacím a informačním centru Praha 5, o.p.s., Štefánikova 249/30, 150 00 Praha 5 - Smíchov. Po–Čt: 8:30–17:00, Pá: 8:00–15:00  
Vstupenky na státní je možné zakoupit i online na [www.ticketon.cz](http://www.ticketon.cz)  
Pro více informací pište na [sandra.koubkova@praha5.cz](mailto:sandra.koubkova@praha5.cz)

VŽDY NĚCO NAVÍC

**MY NEZDRAŽUJEME  
PEČTE TO S NÁMI DÁL  
BEZ OBAV**



Denně přicházejí zprávy o růstu cen. Ale na nás, jako seriózního a spolehlivého partnera, se můžete spolehnout. **Pražská plynárenská drží stabilní ceny plynu a nezdražuje.** Brzy představíme další dobré důvody, proč být s námi.

800 134 134  
[www.ppas.cz](http://www.ppas.cz)

**PRAŽSKÁ  
PLYNÁRENSKÁ**



**PENTA**  
REAL ESTATE



Podporujeme  
**MEDICINS SANS FRONTIERS**  
LÉKÁŘI BEZ HRANIC

# T3 Coupé. Úspěšná

Vyhlídková tramvaj T3 Coupé získala prestižní designérskou cenu Red Dot Design Award v kategorii Product Design. T3 Coupé vytvořili ve spolupráci se studiem Anna Marešová designers během jednoho roku zaměstnanci opravny tramvají Dopravního podniku hl. m. Prahy (DPP) v Hostivaři. Ceny jsou udělovány výjimečným produktům z oblasti průmyslového a produktového designu a jde o nejprestižnější ocenění na světě. Slavnostní předání ceny se uskutečnilo 8. července v Design muzeu v Essenu.

Mezinárodní porota ve složení 40 nezávislých odborníků z řad profesionálních designérů, profesorů a odborných novinářů hodnotila více než 5500 produktů z 55 zemí celého světa. Tramvaj T3 Coupé je zaujala konceptem s odkazem na historii veřejné dopravy v Praze, promyšleným řešením, detailním a kvalitním zpracováním.

„Gratuluji týmu studia Anny Marešové k získání prestižní ceny v oblasti designu. Rád bych poděkoval zaměstnancům opravny tramvají, kteří strávili projektem T3 Coupé rok života. Bez jejich umu, entuziasmu a zapálení pro projekt bychom nebyli součástí tohoto momentu,“ shrnul Petr Witowski, generální ředitel a předseda představenstva DPP.

Designéři ze studia Anna Marešová designers se inspirovali původní tramvají T3 designéra Františka Kardause, ale pro nápady chodili i do starších typů tramvají. Součástí interiéru je i bar, který vychází z pultu pro prodej jízdenek v tramvaji T1. Výraznou inspirací jsou i střešní okna, která našla předlohu v československé autobusové legendě – voze Škoda 706 RTO LUX.

„Navazujeme na to nejlepší z našich tradic. T3 Coupé má ambici navázat nejen na historický otevřený vůz č. 500 z roku 1913, ale i na salonní vůz č. 200 z roku 1900,

který byl prezentován na světové výstavě v Paříži. Naše produkty se po právu vrací na světový trh,“ uvedl Jan Šurovský, technický ředitel DPP a manažer projektu T3 Coupé.

Vůz T3 Coupé je vypravován z vozovny Střešovice k vyhlídkovým jízdám. Kapacita je 31 cestujících, cena za pronájem na hodinu činí 7700 korun. Tramvaj je možné si pronajmout přes web DPP. **MET**



Tramvaj T3 Coupé si lze pronajmout na vyhlídkovou jízdu.

INZERCE

## Apple iPhone X<sup>®</sup>



Úplně nový Liquid Retina displej. Ještě rychlejší Face ID. Přelomová fotosoustava. A šest nádherných barev. Brilantní po všech stránkách.

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

iStores

Apple  
Premium  
Reseller



Interiér T3 Coupé

2x DPP

# Turecko a first minute. To letí

Největší tuzemská cestovní kancelář přišla s novou strategií. Klade nyní důraz na klienty starší padesáti let. Můžou si ze speciálního katalogu vybrat ze zájezdů, kde je pro ně mnoho výhod. Rádi například kombinují pobytový zájezd s poznáváním památek. „Obecně je největší zájem o Turecko, to je hit,“ říká deníku Metro obchodní šéf Exim Tours Petr Kostka. Jaké další trendy v cestování Čechů prozradil?

## Co nyní v oblasti nákupu zájezdů mezi Čechy letí?

Je to určitě nákup zájezdů na first minute, které stále nabývají na popularitě. Češi si totiž uvědomují, že těsně před začátkem sezony může být nabídka velmi omezená, dovolenou si proto raději zařizují s předstihem, a to i díky výhodám, které k nákupům takových zájezdů nabízíme.

## Jaké destinace jsou nejoblíbenější v oblibě?

Nežádanější u leteckých dovolených jsou Turecko, Řecko, Egypt, Tunisko a Itálie.

## Turecko je silné už pár let. Proč tomu tak je?

Turecko má letos jednoznačně největší nárůst prodeje a zájmu ze všech destinací. Hraje mu do karet zejména výborný poměr ceny a výkonu, ale také to, že je ideální destinací pro rodinnou dovolenou. Rodiny s dětmi vyhledávají hlavně hotely vybavené vodními parky, větší množství bazénů a dalšího volnočasového vybavení.

## Rodinné zájezdy jsou jedná věc, ale nyní máte novou strategii i se staršími klienty. Proč?

Na letní sezonu 2019 jsme připravili speciální katalog s dotovanými zájezdy pro klientelu ve věku 50+, ve kterém jsme vyslyšeli jejich požadavky a udělali ho na míru. Katalog je výjimečný tím, že je rozdělen do kategorií 50+, 55+, 60+ a 65+ a navíc v rámci dotovaných zájezdů obsahuje novinky mezi destinacemi, jako je například Egypt, Tunisko, Kapverdské ostrovy a další. Nechybí samozřejmě Turecko a řecké ostrovy.

## Jaké výhody tedy této cílovce nabízíte?

Nabídka pro klienty 50+ je samozřejmě zvýhodněna cenou a hlavně má výhody, které hoteliéři pro tuto věkovou kategorii nabízejí. Jako například výlety zdarma, jednolůžkové pokoje bez příplatku, služba lékaře v hotelu nebo třeba ochutnávky místní gastronomie. Díky těmto výhodám tyto zájezdy řadíme mezi pobytové a poznávací dohromady, což je u klientů 50+ velice oblíbené.

## V minulosti se často propíraly reklamace zájezdů. Jaké podmínky nabízíte vy jako největší cestovka?

Máme zřízeno profesionální oddělení pro péči o zákazníky a snažíme se do katalogů dávat co nejvíce informací, abychom předešli možným reklamacím.

## Ještě k těm first minute zájezdům. Pamatuji si na boom last minute, teď letí tento typ. Proč?

Oproti loňsku je aktuálně předprodej na first minute



Citát

**Zájem o nákup zájezdů na first minute je rok od roku vyšší a trend bude pokračovat i v dalších letech.**

PETR KOSTKA, EXIM TOURS

### Petr Kostka

Obchodnímu řediteli a tiskovému mluvčímu EXIM Tours je 42 let a má desetileté zkušenosti v cestovním ruchu.

- Velkou oporou je pro něj manželka Marina a půlroční syn Vuki. Má ještě dva dospělé potomky, jeho koníčkem je rybaření.

vyšší o téměř třicet procent. V případě nejžádanějších hotelů se totiž už teď stává, že v některých termínech je kapacita vyprodána – hlavně rodinné pokoje a oblíbené hotely s Mango kluby (v nich najatí animátoři pořádají program pro děti – pozn. red.).

## Obchodním šéfem jste od minulého roku. Kam chcete cestovku posunout?

Máme dobré jméno na trhu a v naší cestovní kanceláři pracují skvělí lidé, kteří tvoří výborný kolektiv. Cílem všech zaměstnanců je co nejvíce plnit přání našich klientů a poskytovat jim kvalitní služby, vždyť dovolená je něco, na co se člověk těší celý rok. Věříme, že tato strategie je ta správná, a chceme v ní pokračovat – bez ní bychom se nemohli tolik let udržet na pozici jedničky na trhu u nás. Velkou výzvou jsou samozřejmě i technologie, do kterých investujeme s cílem nabídnout našim zákazníkům co nejširší a nejvýhodnější nabídku. **PETR HOLEČEK**

INZERCE

## ROZBOR PITNÉ VODY ZE STUDNÍ ZDARMA

V sobotu **6. dubna 2019** se otvírá veřejnosti laboratoř Pražských vodovodů a kanalizací a nabízí orientační rozbor přinesené pitné vody ze studní zdarma.

Nutná rezervace termínu na [www.pvk.cz](http://www.pvk.cz).

Jedná se o rozbor vzorku vody v rozsahu těchto ukazatelů: dusičnany, tvrdost, pH, zákal, železo a konduktivita.



## PROHLÍDKY ČISTÍRNY ODPADNÍCH VOD

V sobotu **13. dubna 2019** se konají prohlídky čistírny odpadních vod Horní Počernice Čertousy.

Nutná rezervace času prohlídky na [www.pvk.cz](http://www.pvk.cz), kde najdete bližší informace.



Pražské vodovody a kanalizace, a.s.

Adresa laboratoře: Dykova 3, Praha 10 • Adresa čistírny: U Úlů 245, Horní Počernice



Pražské vodovody a kanalizace



**Bud'te v tom spolu až po uši**

**Music Pass pro neomezený poslech hudby**

Budoucnost je úžasná.  
**Ready?**

**vodafone**

# Milerová nesmí dál „prodávat“ Krtka

**Vnučce slavného výtvarníka nepatří práva z jeho díla, rozhodl soud.**



Včera u soudu

ČTK

Smlouva, na jejímž základě poskytuje Karolína Milerová povolení k výrobě produktů s populární pohádkovou postavíčkou Krtkem, je neplatná. Milerová tedy ke Krtkovi nemá licenci ani právo udílet podlicence dalším výrobcům. Potvrdil to včera pražský vrchní soud. Odvolací senát tak dal za pravdu správkyni dědictví Krtkova autora Zdeňka Milera, právničkou Mileně Fischerové. Rozhodnutí je pravomocné. Soudy dospěly k závěru, že obsah licenční smlouvy, kterou Milerová uzavřela se svým nemocným dědečkem v září 2011, není dostatečně určitý. „Ze smlouvy není zřejmé, jaká práva měla žalovaná (Milerová) nabýt,“ konstatoval předseda odvolacího senátu Jiří Čurda.

Rozsudek se týká nejenom Krtka, ale veškerého autorského díla zesnulého výtvarníka. Milerová u soudu argumentovala mimo jiné tím, že obecnou formulací v napačené smlouvě zvolil výtvarník záměrně, protože chtěl, aby jeho vnučka licenci získala v co nejširším rozsahu. „Je mi to samozřejmě líto, ale právní vada není moje chyba. Já jsem dělala maximum pro to, abych tu smlouvu obhájila. Uvidíme, jestli se budeme moci nějak domluvit, nebo ten byznys budeme muset zavřít,“ řekla Milerová. ČTK

## Dobry kšeft

Milerová po celém světě uzavřela v souvislosti s Krtkem desítky kontraktů. Nejvíce kritizovaný byl ten v Číně, kde vznikla pohádka, kde ke Krtkovi přibyla Panda.

- Milerová podle soudu nesmí obchodovat s dílem svého dědečka.
- Správně dědictví Fischerová řekla, že je to „výhra výtvarnických dědiců, kteří se na vypořádání mnohamilionového dědictví stále nedohodli.“
- Fischerová u soudu řekla, že s Milerem spolupracovala 20 let. Ten jí 16. října 2006 notářským zápisem pověřil správou dědictví jeho autorских práv po dobu od data jeho úmrtí do skončení dědictvého řízení. Miler zemřel 30. listopadu 2011.



## Klády v autobusu s dětmi

Nákladní auto převážející dlouhé klády včera ráno narazilo do školního autobusu, v němž jelo padesát dětí. Nehoda se obešla bez zranění, výrazně ale zkomplikovala dopravu na křižovatce Červené Vřšky na hlavním silničním tahu z Prahy na Tábor. Místo nehody bylo zhruba 2,5 hodiny částečně neprůjezdné, provoz tam řídili policisté. Podle dechové zkoušky ani jeden z řidičů před jízdou nepil alkohol. Okolnosti policisté vyšetřují.

HZS STŘEDOČESKÉHO KRAJ



# Muslim pobouřil, proto ho vyhodili

**Mluvil o zbraních. Ostatní s ním nesouhlasí.**

Ústředí muslimských obcí vypovědělo ze svého středu Leonida Kušnarenka, který jako předseda pražské muslimské obce v polovině března ve videu zveřejněném na svém facebookovém profilu nabídl členům obce pomoc s vyzbrojením. Kušnarenko přestal být předsedou i členem obce. Informoval o tom server Deníku N. Podle Ústředí muslim-

ské obce bylo Kušnarenkovo chování nevhodné.

Předseda ústředí Munib Alravi včera deníku řekl, že o odvolání Kušnarenka rozhodlo ústředí jednohlasně a funkci šéfa pražské obce po něm zatím převezme místopředseda. Kušnarenko na to reagoval tím, že se proti rozhodnutí nebude odvolávat, chce, aby se situace uklidnila.

Kušnarenko zveřejnil video krátce poté, co osmadvacetiletý Australan 15. března postřílel věřící v mešitách v novozélandském městě Christchurch. „Ve světle posledních tragických událostí

informuji všechny naše členy, hlavně se jedná o muže: všichni, kteří mají zájem si udělat zbrojní průkaz, ozbrojit se kvůli ochraně majetku a zdraví, obraťte se na mě a já vám s tím pomůžu,“ uvedl právník Kušnarenko v půlminutovém vzkazu natočeném na pražském Václavském náměstí. Od jeho vyjádření se následně distancovala pražská muslimská obec i Alravi. Pražská organizace muslimů na sociální síti uvedla, že jakákoliv Kušnarenkova prohlášení jsou soukromá a nereprezentují názory muslimů žijících v České republice. **ČTK**

**Krátce**

## Teplo přijde o víkend

Stejně jako před týdnem přichází po víkendu ochlazení, včerejšek byl na řadě míst v Česku chladný a větrný. Na horách začalo sněžit. A s takovým počasím musíme počítat celý týden. Denní teploty vystoupají jen k 10 stup-

ňům, zatímco o víkendu šly až ke dvacítce. Do pátku nás čeká zataženo, déšť, sníh a chladno. Meteorologové ale slibují, že teploty až 18 stupňů přijdou opět o víkendu.

## Poláci nedodali papíry k masu

Do včerejška měli dovozci polského hovězího dodat Čechům testy masa na salmonelu z certifikované laboratoře. Poláci měli podle dohody písemně informovat Evropskou komisi i Česko, že přijímají všechna slíbená opatření. Nestalo se tak. Veterináři zatím nebudou rušit mimořádná opatření. Češi kvůli skandálům ztrácejí o polské maso zájem. **IDNES.cz**



Před pár dny

MAFRA

INZERCE

# NIKDO VÁM NEVNUCUJE, CO SI MÁTE MYSLET

## ParlamentníListy.cz

## Protest matek. Přinesly Babišovi použité plenky

Kritika rodičů již narozených dětí sílí. Jsou proti tomu, aby vyšší příspěvek dostávali jen ti, kterým se děti teprve narodí. Vláda totiž schválila, že zvedne rodičovský příspěvek z 220 tisíc na 300 tisíc rodičům dětí narozených po 1. lednu 2020.

Nespokojené matky včera ráno přinesly premiérovi Andreji Babišovi do úřadu vlády použité pleny. „Za stejnou práci by to byla různá odměna. Je to nespravedlivé a nesolidární,“ řekla protestující matka Michaela Trtíková Vojtková. Předseda vlády Babiš včera slíbil, že koalice bude o podobě navýšení rodičovského příspěvku jednat

znovu. Rozhodne o ní pak do konce května. Zastánci navýšení rodičovské poukazují na to, že se příjmy rodin po narození potomka hluboko propadnou. Uvádějí, že zatímco ceny rostou, dávka se neupravovala. Někteří ekonomové a odborníci na sociální problematiku však zase upozorňují na to, že Česko má ve srovnání s cizinou rodičovské volno výrazně delší a má také nízkou zaměstnanost matek. Navýšení částky by nepřispělo k tomu, aby se ženy vracely do práce, míní experti. Podle nich by měl stát podporovat spíš to, aby byly dostupné školky a další služby pro rodiny. **IDNES.cz a ČTK**



## Dárců krve ubývá, Aňa podpořila kampaň

Herečka Aňa Geislerová darovala krev na akci s názvem Krvácej pro trůn spojené se slavným televizním seriálem Hra o trůny, která včera odstartovala v budově Národní technické knihovny v pražských Dejvicích. Dárcům byla k dispozici mobilní transfuzní jednotka a Železný trůn, na kterém se mohli vyfotografovat. Kampaň se rozjela kvůli tomu, že podle údajů Červeného kříže v Česku ubývá nových dárců krve a do optimálního stavu doporučeného Světovou zdravotnickou organizací chybí desítky tisíc aktivních dárců. **RENE VOLFK / HBO**



# Užívejte si hudbu neomezeně



**Dárek**  
Music Pass  
+ audio rozdvojka

Stavte se u nás pro Music Pass a ponořte se na 3 měsíce do oblíbených hudebních aplikací bez čerpání dat z vašeho tarifu. Více info na prodejnách nebo na [vodafone.cz](http://vodafone.cz)

Budoucnost je úžasná.

**Ready?**

 **vodafone**

## Hamás se k útoku nehlásí

**Raketa dopadla do oblasti, kterou nechrání protivzdušná obrana.**

Izraelská armáda posílá na hranici palestinského Pásmu Gazy dvě brigády pěchoty a počítá s mobilizací částí záložníků. Opatření souvisí se včerejším raketovým útokem na střední Izrael. Zraněno bylo sedm lidí a izraelský premiér ohlásil důraznou odvetu. „Politici bez váhání nařídí operaci v Gaze, i kdyby to bylo za cenu odkladu voleb,“ řekl předseda parlamentního zahraničního a branného výboru Avi Dichter. Předčasné volby jsou v Izraeli naplánovány na 9. dubna.

K útoku se sice žádná skupina nepřihlásila, izraelská armáda jej ale přičítá radikálnímu Hamásu, který Pásmu Gazy vládne. Podle palestinských médií Hamás oznámil egyptské bezpečnosti, že raketový útok byl omyl. Egypt je prostředníkem mezi Izraelem a Hamásem. Mluví izraelské armády řekl, že raketa, jež včera dopadla na vesnici Mišmeret, byla vypálena ze zařízení Hamásu poblíž Rafahu. Raketa nebyla sestřelena, protože v oblasti není protivzdušná obrana Iron Dome. Nepředpokládalo se totiž, že by Hamás byl schopen ohrozit tak vzdálenou oblast.

Izraelská armáda včera odpoledne v odvětvě zasáhla námořní pozice západně od města Gaza a výcvikový tábor na severu Pásmu Gazy. **ČTK**

### Krátce

#### Demokraté nesouhlasí

Zpráva ministra spravedlnosti Williama Barra o vyšetřování, které vedl Robert Mueller, očistila prezidenta Donalda Trumpa od podezření, že ve volební kampani tajně spolupracoval s Ruskem. Demo-

kraté se ale s takovou interpretací nechtějí smířit. Podle kritiků Bílého domu mohl Trump bránit spravedlnosti odvoláním někdejšího šéfa FBI Jamese Comeyho v květnu 2017, když ho vyzýval, aby zastavil prošetřování vztahů tehdejšího bezpečnostního poradce Michaela Flynna s Ruskem.

#### Mrtvé potkany házeli do věznice

Do britské věznice v hrabství Dorset se zločinci pokusili pašovat trestancům drogy, tabák, mobily i další věci zašité do mrtvých potkanů. Do objektu těla s kontrabandem házeli zvenčí přes zeď. **ČTK**







#### Zdrogoval orangutana

Sedmadvacetiletý ruský turista Andrej Žestkov byl na letišti Denpasar na indonéském ostrově Bali zatčen poté, co se pokoušel opustit zemi s orangutanem. Opice byla nadrogovaná a uložena v turistově zavazadle. Kromě orangutana měl muž v ratanovém koší, i dva živé gekony a pět ještětek. Turistovi hrozí pět let vězení a pokuta za pašování chráněného druhu sahající v přepočtu ke 160 tisícům korun. Orangutana si chtěl nechat jako domácího mazlíčka. **AP**

**Sudoku**

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

**Počasí**

<p><b>DNES</b></p>  <p>Min. 6 Max. 10</p>	<p><b>ZÍTRA</b></p>  <p>Min. 6 Max. 10</p>	<p><b>ČTVRTEK</b></p>  <p>Min. 7 Max. 11</p>	<p><b>PÁTEK</b></p>  <p>Min. 9 Max. 13</p>
---	---	---	---

**Stupeň zátěže pro dnešek: bio 1**

**Mírná zátěž.** Stupeň zátěže umožňuje běžný denní režim bez omezení, pouze s přihlédnutím k aktuálnímu zdravotnímu stavu.  
**Teplotní rekordy:** -13,0 °C / 21,7 °C  
**Roky výskytu:** 1785/2010

**Napište svou bublinu**



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



Napadá vás vtipný popisek?

**Kvíz**

- Na řece Dyji na jihu Moravy leží město, které má německý název Lundenburg. Jedná se o:  
**a) Mikulov**  
**b) Břeclav**  
**c) Lednice**
- Olympijský vítěz z roku 1960 a mistr Evropy Bohumil Němeček byl:  
**a) boxer**  
**b) lyžař**  
**c) fotbalista**
- Psinka je vysoce nakažlivá virová nemoc zejména psů a lasic. Původem je z:  
**a) Afriky**  
**b) Asie**  
**c) Ameriky**
- Bavlnářská tkanina specifická svým hustým, krátkým vlasem na lící straně:  
**a) dyftýn**  
**b) dupion**  
**c) duchesse**
- Život Kateřiny Sienské, významné ženy církevních dějin, se datuje do:  
**a) 12. století**  
**b) 14. století**  
**c) 16. století**

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

**ČT1**

- 12:30 Sama doma
- 14:00 Všechno, co mám ráda
- 14:25 Všechnopárty
- 15:10 Doktor Martin
- 15:55 To je vražda, napsala XI
- 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 Rebelové**  
 Muzikál (ČR, 2001). Snímek zasazený do horkého léta roku 1968, plný lásky, tance a melodií, které nelze vymazat z paměti.  
 Hrají: Z. Norisová, J. Révai, T. Hanák, F. Němec, A. Veselá, A. Stanková, L. Kostolný, M. Kubačák, J. Nosek, O. Šípek a další

- 21:50 Columbo
- 23:04 Výsledky losování šťastných 10 a Euromilióny
- 23:05 Taggart
- 00:40 AZ-kvíz
- 01:20 Zajímavosti z regionů
- 01:45 Na stopě
- 02:10 Dobré ráno
- 04:40 Kočka není pes
- 05:15 Černé ovce
- 05:30 Události v regionech

**ČT2**

- 12:40 Nedej se
- 13:35 Chcete je?
- 13:40 Moták pochop
- 13:50 Kde pramení Amazonka
- 14:20 Jeden den s tramvají T3
- 14:45 Terakotová armáda
- 15:35 Kdoby stěny mohly mluvit!
- 16:35 Generál Patton
- 17:20 Majestátní Alpy (5/5)
- 18:15 Jak se fotí Řím
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Uchem jehly
- 19:20 Utajená řec peněz (3/13)
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



**20:00 Křídla války**  
 Průzkumná letadla od počátků vojenského letectví po současnost

- 20:50 Kdo tady blbne
- 21:50 Čtyři slunce
- 23:30 Viktorie (1/8)
- 00:40 Viktorie (2/8)
- 01:25 Hledač min
- 02:25 Co zbylo z Gutha-Jarkovského
- 02:50 Hranice dokořán – Rozmávký polsko-českie
- 03:15 Na hranici tradic
- 03:45 Strejda
- 04:00 Folklorní magazín
- 04:25 Jura z Valach

**NOVA**

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:30 Krok za krokem V (6)
- 12:50 Ordínace v růžové zahradě 2 (419)
- 14:05 Mentalista III (19)
- 15:00 Mentalista III (20)
- 15:55 Kriminálka Miami VIII
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Co na to Češi
- 18:25 Ulice (3642)
- 19:30 Seriál (ČR, 2019)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



**20:20 Ordínace v růžové zahradě 2 (883)**  
 Seriál (ČR, 2019). Sekora se sbližuje s Marikou: budou zase pár? Květu obviní z krádeže v nemocnici.  
 Hrají: Z. Adamovská, P. Rychlý, P. Štěpánek, M. Etlzer, R. Fiala, M. Randová, J. Čenský

- 21:35 Víkend
- 22:35 Námořní vyšetřovací služba: New Orleans (16)
- 23:25 Beze stopy (11)
- 00:15 Mentalista III (19)
- 01:10 Mentalista III (20)
- 01:50 Kriminálka Miami VIII
- 02:30 Krok za krokem V (6)
- 03:15 Co na to Češi
- 03:55 Ordínace v růžové zahradě 2 (419)
- 04:55 Novashopping

**PRIMA**

- 12:20 Polední zprávy
- 12:30 Policie Hamburg III (7)
- 13:30 Doktor z hor:  
 Nové příběhy IV (10)  
 Nejdelší noc
- 14:30 Komisař Rex VIII (7)
- Vitaminy na smrt
- 15:30 Komisař Rex VIII (8)
- 16:50 Carodějnice a jiné ženy
- 16:50 Odpolední zprávy
- 16:55 Policie v akci
- 17:50 Prostřeno!
- 18:55 Velké zprávy
- 19:40 Divožky
- 19:55 TOP STAR



**20:15 Krejzovi (53)**  
 Komedialní seriál (ČR, 2018). Anna s pomocí Mártého připravila důkazy o tom, že Podzimek je ve skutečnosti bankovní lupič. Jde za Lhotským, ale ten je přesvědčený o tom, že se jen s Podzimekem pohádali a Anna se mu chce mstít...  
 Hrají: O. Navrátil, V. Hybnerová, M. Plánková, F. Blažek, J. Šťastný a další

- 21:35 Policajti z centra (11)
- Krimiseriál (ČR/SR, 2012)
- 22:50 TOP STAR magazín
- 23:30 Policie v akci
- 00:30 Komisař Rex VIII (7)
- Krimiseriál (N/Rak., 2003)
- 01:25 Komisař Rex VIII (8)
- 02:15 Doktor z hor:  
 Nové příběhy IV (10)

**PRIMA COOL**

- 12:25 Futurama X (10)
- 12:55 Simpsonovi XXII (12)
- 13:25 Simpsonovi XXII (13)
- 13:45 COOLfeed
- 13:55 Simpsonovi XXII (14)
- 14:20 Simpsonovi XXII (15)
- 14:50 Teorie velkého třesku VII (4, 5)
- 15:45 Futurama X (11)
- 16:05 COOLfeed
- 16:10 Špinavá práce II (7)
- 17:05 Top Gear 2011
- 18:10 COOLfeed
- 18:20 Simpsonovi XXII (16-19)
- 20:05 Úplně debilní zprávy



**20:15 Top Gear: Nejhorší auto všech dob (2)**

- 21:10 Teorie velkého třesku VII (6)
- Sitcom (USA, 2013)
- 21:35 Teorie velkého třesku VII (7)
- Sitcom (USA, 2013)
- 22:05 Partička
- 22:45 COOLfeed
- 22:50 Špinavá práce II (7)
- 23:50 Partička
- 00:40 Vikingové (2)
- Dobrodružný seriál (Irs./Kan., 2013)
- 01:40 Zornův syn (5)
- Komedialní seriál (USA, 2016)
- 02:00 Vikingové (2)
- Dobrodružný seriál (Irs./Kan., 2013)
- 02:50 Zornův syn (5)

**ÓČKO**



- 06:00 Ranní fresh
- Vstávání s muzikou
- 09:00 Zpátečka
- Co jsme hráli na Óčku tento den v roce 2017
- 10:00 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 12:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neuteče
- 12:05 Óčko hity
- 14:00 Óčko news
- 14:05 Óčko trendy
- 14:30 Top 3 YouTube Chart
- 14:45 Óčko trendy
- 15:05 Mixxxer Show
- Klipy na přání, soutěže a zajímaví hosté nejen z hudební scény
- 17:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neuteče
- 17:05 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 19:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neuteče
- 19:05 Moje desítka
- Top 10 klipů podle diváka Óčka
- 20:00 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 22:00 CZ & SK
- 23:00 Óčko flirt

metro

ZDRAVÍ

KOMERČNÍ PŘÍLOHA

26. března 2019, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

PROFIMEDIA.CZ



*Alergie*

*a imunita*

# Alergická rýma, nebo nachlazení?

**Vodnatá rýma, svědění nosní sliznice, kýchání a pocit ucpaného nosu. To jsou typické příznaky alergické rýmy.**

Alergická rýma patří k nejčastějším neinfekčním onemocněním dýchacích cest. Jde o chronické zánětlivé onemocnění nosní sliznice vyvolané působením alergenů. Na vznik mají vliv i dědičné dispozice.

K projevům onemocnění patří vodnatá rýma, svědění nosní sliznice, kýchání a pocit ucpaného nosu. O alergické rýmě hovoříme tehdy, pokud má pacient alespoň dva z nich. U pylové alergie se často vyskytují také oční příznaky, konkrétně svědění, slzení a zarudnutí spojivek. Alergickou rýmu lze od té infekční odlišit zejména podle průběhu. Kýchání, svědění nosu, současné poškození očí, pravi-



Svědění v nose je příznakem alergické rýmy.

PROFIMEDIA.CZ

delný návrat potíží při kontaktu s alergenem a uspokojivá odpověď na antialergika – to vše svědčí pro alergii. Na druhé straně zvýšená teplota, bolest v krku, spontánní ústup projevů během několika dnů a jen několik takových příhod během roku je typický pro infekční rýmu. Nejčastěji alergickou rýmu spouští pyl. „Pyl chronicky dráždí sliznici nosu a způsobuje

nadměrnou produkci řídkého hlenu. To vede k neustálé potřebě smrkat. Kromě vodnaté rýmy dochází i k otoku sliznic dutin. Ten vyvolává tlak, který může být vnímán jako ucpaný nos, ale i bolest hlavy a únava,“ vysvětluje lékařka Radka Šedivá.

Reakci sliznic vyvolávají běžně také roztoči z domácího prachu, plíšňové spory či zvířecí alergeny, a to nejen

srst či chlupy, ale i sliny a moč zvířete. Vzácněji se může alergická rýma objevit i jako reakce na latex nebo potravinové alergeny.

Kolik lidí trápí alergická rýma, nelze přesně určit. Podle odhadů jí trpí na celém světě více než miliarda obyvatel, přičemž výskyt alergických onemocnění v populaci neustále stoupá. Předpokládá se, že v Česku žije v populaci 25 procent alergiků (2,5 milionu obyvatel), 16 procent lidí trpí alergickou rýmou (1,6 milionu obyvatel), ekzematiků je v populaci deset procent a astmatiků osm, přičemž u některých osob se uveřejněná onemocnění mohou vyskytovat současně. Zřejmě není nijak překvapivé, že se alergie nejčastěji projevují na jaře (54 procent případů), mnoho pacientů však trpí tímto onemocněním celoročně.

To, zda jste, nebo nejste alergičtí, zjistí alergolog jednoduchým kožním testem. Na vnitřní stranu předloktí nanese v kapičkách alergeny, což jsou směsi pylů, roztočů, různých druhů plísní i živočiš-

né alergeny. V místě nanese ní lékař jemně naruší kůži, čímž do ní vnese stopové množství alergenu. Výsledky testu může lékař vyhodnotit po 15 minutách.

Léčba alergické rýmy se dá rozdělit do tří jednoduchých kroků. V první řadě by nemocní měli omezit kontakt s alergenem. Poté přicházejí na řadu léky a třetím krokem může být alergenová imunoterapie. Většina postižených používá volně dostupné prostředky. „Účinné látky v nich zklidňují sliznici, která je podrážděná imunitní reakcí organismu, a umožňují lépe dýchat,“ říká Markéta Lopourová z internetového obchodu Lékařna.cz.

Nosních sprejů je na trhu velké množství. Klasické léčivé spreje účinně snižují otok, čímž odstraňují pocit ucpaného nosu. Dají se používat při infekční i alergické rýmě, ale samotnou alergickou reakci nepotlačují. Alergici by proto měli volit mezi nosními spreji, které jsou přímo zaměřené na potlačení alergické reakce. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

## Kleenex balsam Váš nejlepší společník

Dopřejte si malý luxus, skrytý v kvalitním kapesníku.

**Balzámy s výtažkem z měsíčku lékařského jemně pečují o nos váš i vašich nejbližších.**



**BalmCare™**  
Aloe Vera, Vitamin E  
& Calendula



**Kleenex**®  
BRAND TISSUES

Kapesníky Kleenex Balsam ve variantě kapesní balení a box.

**Budte fit  
a v pohodě  
s Alza Zdraví!**



Alergie

**alza zdraví**

**Každý nádech  
se počítá**

**PHILIPS**

**Philips Series 3000i Combi  
2 v 1 AC3829/10**

Kombinovaná čistička a zvlhčovač vzduchu  
Chrání před alergeny, bakteriemi i viry  
Propojeno s aplikací Air Matters  
Vhodné pro místnosti do 80 m<sup>2</sup>



**14 990,-**

obj. kód: PHISS0300

**Tichý léčitel**

**LAICA**



**-23 %**

**Laica NE2003**

Kompresorový inhalátor  
Masky pro děti i dospělé  
Snadná aplikace léku  
Tichý provoz

~~1290,-~~

**999,-**

obj. kód: LAIINH004

**Zatočí s roztoči**

**raycop**



**Raycop RS-300 White UVC**

Antibakteriální ruční vysavač  
UV-C sterilizační lampy, HEPA filtr  
Zachytí až 99,9 % bakterií, virů a alergenů  
Na matrace, lůžkoviny a čalouněný nábytek

**6 990,-**

obj. kód: IC211a

**Špína se vypaří**

**concept**  
spotřebiče pro skutečný život



**Concept CP2000  
2 v 1 PERFECT CLEAN**

Parní mop s širokým příslušenstvím  
Stěrka na hladké povrchy  
Vyjímatelná ruční jednotka  
Koncentrovaná tryska na čištění textilií

**2 499,-**

obj. kód: CONCP200

**Jaro bez alergenů  
a pylů**

**Rohnson**



**ROHNSON R-9550 Hybrid**

Čistička vzduchu a ultrazvukový zvlhčovač  
ódstupňová filtrace, 3 režimy nastavení páry  
Odstraní až 99,9 % prachu, bakterií i roztočů  
Vhodné pro místnosti do 60 m<sup>2</sup>



**-12%**

**Dárek  
k nákupu**

~~9 990,-~~

**8 799,-**

obj. kód: ROHCV077

**Čistota půl  
zdraví**



**SANYTOL Dezinfekce univerzální  
čistič, antialergenní 500 ml**

Odstraňuje 99,9 % bakterií, virů a plísní  
Bez chlóru, nezpůsobuje skvrny  
Účinný proti Sallmonele a Listerii  
Vhodný na všechny povrchy



**99,-**

obj. kód: CIS325

**Více na [www.alza.cz/pro-zdravi](http://www.alza.cz/pro-zdravi)**

**Kup na [www.alza.cz](http://www.alza.cz) nebo volej 225 340 111**

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 26. 3. 2019 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na [www.alza.cz/reklama](http://www.alza.cz/reklama). Aktuální ceny najdete vždy na [www.alza.cz](http://www.alza.cz). Dárky jsou dodávány pouze do vyčerpání zásob.

# Pozor na ořechy či mořské plody

**Tuňák, ananas, ořšky či rajčata patří mezi potraviny, které mohou vyvolat alergickou reakci.**

To, že nám některá potravina „nesedla“, poznáme poměrně bezpečně – prostě se nám udělá špatně. Ale pokud se jedná přímo o alergii, může být reakce doslova bouřlivá a velmi rychlá. Nejčastěji se objevují křečovitě bolesti v břiše, průjemy, zarudnutí kůže, svědění, kopřivka až

rozsáhlejší otoky hlavně v oblasti obličeje, tedy na rtech, očních víčkách, jazyku. Potraviny mohou vyvolat i otok hrtanu s dušením nebo projev astmatického záchvatu. Nejtěžší reakcí je anafylaktický šok. Potravinové alergeny patří spolu s léky a hmyzím jedem právě k nejčastějším příčinám anafylaktického šoku.

Zmíněná anafylaxe, spuštěná například burskými ořšky, vejci, pšenicí, koryščí mlékem, se projevuje pouze u půl až dvou procent lidí v celé populaci, přesto může mít fatální následky. Také celery, různé ořechy, mléko či ryby a mořské plody nejsou mezi alergeny ničím neob-

vyklým. Problémy však mohou způsobit i banány, kiwi, heřmánek, sezam, mák či různé druhy koření. „Pokud jakýmkoli typem potravinové alergie či nesnášenlivosti trpíte, je nutné upravit jídelníček,“ radí Věra Burešová, výživová poradkyně z Naturhouse. Nejčastější potravinové alergie postihuje ty nejmenší. Jedná se o alergii na kravské mléko. S přibývajícím věkem však většinou vymizí. Uvádí se, že až osmdesát procent případů zmizí do šesti let věku.

Při léčbě alergie je velmi důležitá diagnostika. Pokud se prokáže, že spouštěčem je konkrétní potravina, je nejúčinnější léčbou vyřadit ji z jídelníčku. Dost často se nejedná o alergii na celou potravinu, ale jen na její součást.

Ke zjištění potravinové alergie slouží eliminační diety – tedy úprava jídelníčku s vynecháním problematických surovin. Je vhodná jak pro kojící maminky a přikrmované děti, tak pro starší děti či dospělé. Pokud se během dvou až tří týdnů zdravotní stav zlepší, je velmi pravděpodobně, že právě jedna ze zmíněných surovin vyvolává alergickou reakci. Následuje tedy postupné zařazování jednotlivých složek zpět do pravidelného jídelníčku.

Spolehlivou metodou, jak odhalit problematické potraviny, je krevní test, ze kterého se za pár dní dozvíte jasné výsledky. „V našich laboratořích máme k dispozici testy dva, jeden testuje krev na sto osm potravinových alergenů

## Anafylaktický šok

Je to velmi silná a rychlá reakce organismu při kontaktu s alergenem.

- Zpravidla se projevuje nejprve mírněji – svěděním, brněním a pálením jazyka, přidávají se dýchací potíže – dušnost, zhoršené dýchání a polykání, sipavý dech, nemožnost se dostatečně nadechnout až po astmatickém záchvatu.
- Přidat se mohou těžší trávicí potíže včetně bolesti v podbřišku, křeče, zvracení, průjemy.
- Pakliže postižený nedostane včas léky, může se anafylaktický šok rozvinout naplno, projeví se to poruchami senzorických funkcí následovanými zrychlenou srdeční činností, poklesem krevního tlaku, poruchami vědomí a selháním oběhového systému, včetně zástavy dechu.

## Alergie, či intolerance?

Potravinová intolerance je nesnášenlivost nebo přecitlivělost organismu na určitou složku potravy, která je způsobena nedostatkem vhodných trávicích enzymů v zaživacím traktu.

- „Nejedná se ale o alergii, při níž organismus reaguje na alergeny v podstatě okamžitě, potravinová intolerance se projevuje až po delší době. Potravinové alergie je mnohem snazší rozpoznat, protože alergická reakce se obvykle dostavuje do několika minut, maximálně dvě hodiny po požití alergenu. Symptomy potravinové intolerance oproti tomu nastupují až po několika hodinách, dnech, nebo dokonce týdnech od konzumace problematické potraviny,“ vysvětluje lékař Marek Antoš. I to je důvod, proč si většina lidí své problémy s danou potravinou vůbec nemusí spojit.

## Víte, že potravinovou intoleranci trpí téměř polovina populace?

Zjistěte jak jste na tom vy s testem potravinové intolerance

FoodDetective nebo FOODPRINT

Bez lékaře, v soukromí vašeho domova - vhodný i pro děti!

- Analyzují reakci na 59 až 220 druhů potravin.
- Pohodlný odběr vzorků doma ze špičky prstu a výsledky během pár dní na Váš mail.
- Personalizovaný report a přehledný průvodce při stravování.

Vyrobený v Cambridge Nutritional Sciences Ltd.  
[www.food-detective.cz](http://www.food-detective.cz)



# MEGGLE lacto

Lahodné mléčné produkty bez laktózy

LACTOSE FREE



100%  
chuť zdraví

[www.meggle.cz](http://www.meggle.cz) | [www.bez-laktózy.cz](http://www.bez-laktózy.cz)

MEGGLE

## Immun44

## PRO NORMÁLNÍ FUNGOVÁNÍ IMUNITNÍHO SYSTÉMU

Immun44<sup>®</sup> byl vyvinut speciálně pro potřeby imunitního systému, a proto slibuje **okamžitý efekt** – má vliv na růst a množení virů. Obsahuje totiž **Plantovir<sup>®</sup>**, komplexní směs tzv. polyfenolů, a **PHYTO-PANMOL<sup>®</sup>** – biologicky aktivní vitamíny z přírodních zdrojů. Immun44 obsahuje i **výtažek ze skalní růže**, který se pro svůj antivirový potenciál používá již od dob antiky.

**Doplňek stravy Immun44<sup>®</sup> je vhodný pro celou rodinu a seženete jej v lékárnách za přibližně 450 Kč ve formě kapslí nebo sirupu pro děti od 3 let.**



Nyní speciální balení  
**IMMUN44 BOX**  
za zvýhodněnou cenu:  
**Immun44 60 kapslí +  
svačtinový BOX +  
omalovánka + pastelky.**



VEGAL  
Pharma

[www.immun44.cz](http://www.immun44.cz)

a druhý, rozsáhlejší na dvě stě šestnáct potenciálních škodlivin. Intoleranci je ale možné testovat i u řady dal-

ších látek, jako jsou různá léčiva nebo barviva,“ uvádí lékař Marek Antoš z laboratoře Synlab. **KAMILA HUDEČKOVÁ**



# Proč jsou důležité vitaminy

**Tělo se bez nich neobejde a samo si je, až na výjimky, nedokáže vyrobit. Vitaminy je potřeba dodávat, především v potravě.**

Vitaminy jsou organické sloučeniny, bez nichž by tělo nefungovalo. „Vitaminy jsou velmi důležité pro správnou funkci organismu, růst a obnovu tkání, posílení imunitního systému, účastní se přeměny bílkovin, tuků a sacharidů na energii, působí preventivně a podpůrně při léčbě některých onemocnění.“ říká Stanislav Petříček, zakladatel bistRAWveg a popularizátor zdravého životního stylu pro manažery.

Vitaminy také zajišťují obranyschopnost našeho organismu a pomáhají zpomalovat proces stárnutí.

Pestrým jídelníčkem bohatým na ovoce a zeleninu bychom denní potřebu vitamini

nů měli pokrýt. „Vitaminy je rozhodně nejlepší do těla dodávat přirozeně – vyváženým jídelníčkem, jehož součástí by mělo být syrové ovoce a zelenina. Pokud z nějakého důvodu nejste schopni přijmout jich takto dostatek, pomoci si můžete doplňky stravy. Potravinové doplňky by však měly být, jak je z názvu patrné, pouze doplňkem zdravé a pestré stravy – ať už se vám jejich výrobce snaží nakukat cokoli,“ radí Marta Svačinová, odbornice na zdravý životní styl z Blendea.cz.

„Osobně doporučuji věřit v sílu přírody. Syntetické vitaminy, až na výjimky, nedokáží stoprocentně nahradit přírodní zdroje. Pokud volíte doplňky stravy, sáhněte vždy spíše po extraktech z bylin, ovoce či zeleniny,“ radí Alena Balíková Přídová, hlavní výživová poradkyně Naturhouse.

Vitaminy nejsou jen v ovoci, zejména pak jen v citrusech, jak si lidé občas mylně myslí – obrovské množství vitamínu C obsahuje například růžičková kapusta nebo paprika. Vitamin B9 neboli kyselinu listovou,

jak název napovídá, najdete hlavně v listové zelenině, vitamin D třeba i v houbách.

Odborníci radí kupovat potraviny raději od místních farmářů než v supermarketu. „Dozrávají přirozeně na sluníčku, ne cestou přes půl planety,“ říká Marta Svačinová. Důležitá je také jejich úprava. „Například vitamin C je citlivý na světlo a kyslík, tepelnou úpravou jej zničíte úplně. Jahody je tedy nejlepší dát si do pusy hned po umytí, nekrajete, nepéct v koláči. Citron nakapejte do čaje až poté, co úplně vychladne,“ doporučuje odbornice. Některé vitaminy, konkrétně A, E, D či K, jsou rozpustné v tucích – zeleninový salát si tedy nebojte pokapat kvalitním olivovým olejem.

Nedostatek potřebných vitaminů se může projevit poruchami různých funkcí organismu, které mohou vyústit až ve vážné nemoci. „Existují také onemocnění, kdy tělo není schopné vitaminy vstřebávat, organismus se tak může dostat do stavu tzv. hypovitaminózy,“ doplňuje Balíková Přídová. **hud**



Někdy mohou pomoci různé doplňky stravy.

PROFIMEDIA.CZ

## Ženšenový čaj KOMBE

Váš každodenní rituál



- ✓ Dodává životní energii
- ✓ Detoxikuje a odbourává stres
- ✓ Zvyšuje výkon a napomáhá hubnutí
- ✓ Výrazně zmírňuje stavy kocoviny

Více o účincích a eshop na [www.kombe.cz](http://www.kombe.cz) | Zdarma ochutnejte v PURE DISTRICT, Budečská 11, Praha 2. KOMBE je chráněno ochrannou známkou pro evropský trh. Více také na [www.puredistrict.cz](http://www.puredistrict.cz).

PURE  
DISTRICT

## Magický ženšen

se s velkou slávou vrací mezi  
nejstatečnější bojovníky  
za lidské zdraví

Všichni jsme pod neustálým stresem a světové statistiky výskytu civilizačních onemocnění nejsou příliš optimistické. Dlouhodobý stres je tichý a velmi zákeřný zabiják. Jeho vlivem dochází k nepříznivému působení na imunitní systém, který tak přestává fungovat správně. Jednoduše řečeno, tělo začne časem dělat chyby, které mohou vyústit v různá onemocnění. Proto je velmi důležité pomoci našemu imunitnímu systému tak, aby pracoval bez chyb. Já osobně doporučuji ženšenový čaj KOMBE, který je takový bodyguard vaší imunity, tedy i dlouhověkosti.

**Je jaro, všichni jsme po zimě unavení. Je pravda, že KOMBE funguje i na energii?**

Bylo vědecky prokázáno, že podávání korejského ženšenu po dobu 1 měsíce, redukuje příznaky únavy o 66% oproti skupině, která užívala jen placebo. Ženšen obsažený v čaji Kombe, vás vzchopí nejen fyzicky, ale zlepší vám i náladu. Málokdo ví, že na ženšen existuje nejvíce klinických studií vůbec. Jeho účinky jsou u nás ale stále málo známé. Jedna ze studií například prokázala i pozitivní vliv na libido. Ženšen opravdu prodlužuje délku a intenzitu pohlavního styku a to mechanismem přímého vlivu na centrální nervový systém a tkáně pohlavních orgánů. To má za důsledek lepší a kvalitnější erekci. U žen pak vzrušivost.

**A který z účinků ženšenu v KOMBE vás překvapil nejvíce?**

Že funguje i na kocovinu. Korejský ženšen snižuje hladinu alkoholu v krvi až o 51% a projevy kocoviny až o 66%. Co je ale důležité říci, pokud budete pít KOMBE pravidelně, předejdete tak virózám, budete mít hodně energie, zlepší se vám nálada. Těch benefitů je celá řada, více o účincích se můžete dočíst na [www.kombe.cz](http://www.kombe.cz). **Zdarma ochutnejte v PURE DISTRICT, Budečská 11, Praha 2.**

Na otázky odpovídá PharmDr. Lucia Havlíková.

# Za astma může ovzduší i kouření

**Záchvaty dráždivého kašle, které ztěžují dýchání a způsobují dechovou nedostatečnost, mohou ukazovat na astma.**

Astma je chronické zánětlivé onemocnění dýchacích cest, které se projevuje záchvaty suchého dráždivého kašle a slyšitelnými změnami dýchání. Pokud se dostaví přímo astmatický záchvat, může být člověk ohrožen i na životě. Při záchvatu se stáhnou průdušky, nemocný se cítí jako ve svěráku a nemůže popadnout dech. Pocit dechové tísně, tedy dušnost, lze přirovnat k dýchání tenkým brčkem.

„Příčinou dýchacích obtíží při astmatu je kombinace zánetu, otoku a stažení svalů v dýchacích cestách. Zánět může být způsoben různými příčinami, například alergií.



Inhalace léku

PROFIMEDIA.CZ

Mezi závažné vzdušné alergeny patří roztoci, pyly stromů, trav a bylin, plísňe a alergeny zvířat. Na zhoršení pro-

jevů se podílí i celá řada jiných faktorů – obezita, stres, refluxní choroba i chronická rýma,“ říká lé-

kařka Radka Šedivá z ambulance Synlab.

Tradičně komplikovaným obdobím pro astmatiky jsou jarní a letní měsíce. „U nemocných s celoročním astmatem bývá nejhorší to období, kdy se ve zvýšené míře setkávají s látkami a podněty, na které mají prokázanou alergii. Známe však typy astmatu, které nejsou alergického původu, kdy pak roční období nehraje podstatnou roli,“ vysvětluje lékař Stanislav Kos, předseda Českého občanského spolku proti plicním nemocem.

V Česku trpí astmatem na 800 tisíc lidí. Je onemocněním především mladých lidí a dětí. V tuzemsku je postiženo každé desáté dítě, v oblastech se zhoršenou kvalitou ovzduší je výskyt ještě vyšší.

Jedním z faktorů, které mají na alergie a astma vliv, je kromě horšího ovzduší i kouření. Ať už se jedná o jeho aktivní, nebo pasivní formu, není kouření příčinou samotné alergie, ale je jedním ze základních riziko-

vých faktorů pro vznik jak alergického onemocnění, tak následně i astmatu. Vztah kouření a astmatu spočívá ve skutečnosti, že cigaretový kouř i další škodliviny ze zevního prostředí dráždí sliznici průdušek. V nich pak dochází k zánětlivé reakci, následuje zesílení sliznice a dalším změny v ní, zvýšená tvorba hlenu dráždění ke kašli. Všechny tyto faktory zužují průdušky a zvyšují pravděpodobnost jejich křečovitěho stažení.

Astma se obvykle léčí pomocí inhalovaných léků, které jsou vdechovány do dýchacích cest, kde působí přímo na příslušné cílové buňky ve sliznici. Léky na astma můžeme rozdělit do dvou hlavních skupin, a to na léky záchranné neboli úlevové, které rozšiřují průdušky a jejichž účinek může trvat od čtyř do 24 hodin, a léky preventivní, udržovací, které působí hlavně protizánětlivě a mají dlouhodobější účinky. Protože se ale jedná o nevyčísitelné onemocnění, léčba je nutná po celý život. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

## Alergie a ekzémy z plísni

**Málo větráme, tím utěšujeme domovy a šetříme za topení. Pak se může stát, že místo odpočinku večer kýcháme, pálí nás oči, nos máme zacpaný, či naopak se nám zpustí rýma. Občas bolí hlava, nebo nás škrábe v krku a někdy se na pokožce objeví i vyrážka a ráno jsme celí polámaní.**

**Tak, kde je chyba? Zapátrejme i doma.**

Plísně rostou na místech pro ně příznivých a kolikrát stačí nedostatečné větrání, vysoká vlhkost, místo s teplem nebo tam, kde zatéká, popřípadě vzliná spodní voda. Tyto problémy je dobré řešit především stavebními úpravami. Ale co když to hned nejde?

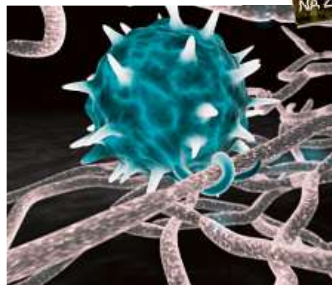
Plíseň pozná skoro každý od drobných flíčků po semišové ornamenty na stěnách, za skříněmi, závěsy, na hranici zdi a koberce. Většinou ji i cítíme. Někdo si plíseň plete se sanytrem, což je vysrážený minerál. Ten poznáme tak, že po setření je z něho suchý, většinou bílý prášek, který neškodí, kdežto plíseň při snaze o setření se maže, jakoby byly masné.



I nepatrné plísně při svém růstu vystřelují do ovzduší miliony, až miliardy spór (semínek), které mohou způsobovat zdravotní potíže – alergie, záněty. Horší však je, že plíseň při svém růstu uvolňuje mykotoxiny. Ty napadají především buňky jater, ledvin, plic a nervů, endokrinní žlázy a imunitní systém. Proto bychom s plísněmi neměli kamaráditi.

Pro likvidaci je důležité, jaký prostředek použijeme. Stále více se prosazuje takzvaná **chytrá houba - Pythium oligandrum**, která je účinnou pomocí. Dlouhodobé praktické testování prokázalo, že použití chytré houby lidem neškodí, protože nemá žádné vedlejší účinky.

**Pythium oligandrum** je mikroorganismus, který napadá a vysává původce nežádoucích plísni. Takový mikrobiologický upír, jenž svou aktivitou dokáže vymýt plíseň a jejich podhoubí rostoucí v omítkách i ve zdivu. **Chytrá houba** v přípravku **BioRepel** působí, dokud protivníka zcela nevysaje. Tento způsob likvidace plísni nedává možnost vzniku odolnějších druhů ani rezistenci (genetické mutaci). Po zlikvidování plísni má chytrá houba výhodu, že se uloží do klidového stádia a číhá na nové plísně. „Pokud by náhodou takto ošetře-



nou zed' olízal pejsek nebo malé dítě, není pro ně chytrá houba škodlivá“

konstatuje výzkumný pracovník Radim Klimeš.

Aplikace **BioRepelu** je jednoduchá. Sypký prášek smícháme s čistou vodou a pomocí štětce, válečku nebo houbičky postižené místo omy-

jeme. Po zavradnutí (částečným

zaschnutí) natřeme nebo nastříkáme postižené místo druhou složkou. **BioRepel** je vhodné použít i jako prevenci běžným přidáním do malířské barvy, nebo nastříkáním (například rozprašovačem) na již vymalovanou zed'. **BioRepel** můžeme používat i v místnostech, kde aktivně bydlíme a nemusíme ani odcházet nebo dokonce v místnosti nějaký čas nebydlet.

**Přípravek BioRepel s Chytrou houbou - Pythium oligandrum** dostanete v prodejnách barev, v řetězcích v odděleních s barvami nebo drogeriích prodávající barvy.

Vaše otázky, rádi zodpovíme na infolince: **728 814 202**  
e-mail: [klimes@biopreparaty.eu](mailto:klimes@biopreparaty.eu)

Výrobce: **Biopreparáty spol. s r.o.**



**BIOPREPARÁTY** spol. s r.o.



# Jarní úklid by měl začít v našich postelích a měli bychom jej dělat pravidelně

**Úklid domácnosti někdy připomíná spíš válečné pole.**

Uspadněte si práci a získajte nejen čistou domácnost, ale i zdravé vnitřní prostředí, ve kterém se budete cítit skvěle! Pomůže vám antibakteriální vysavač Raycop.

Svůj domov pravidelně uklízíme, vytíráme, utíráme prach a myjeme koupelnu a toaletu. Na postele, ve kterých strávíme třetinu svého života, přitom však moc často nepomyslíme. A právě v postelích se daří roztočům, bakteriím a virům, kteří způsobují nepříjemná onemocnění, a často si to s nimi vůbec nespojíme. Míváte v noci ucpaný nos,

kašlete či trpíte ekzémy? Právě za těmito nepříjemnými příznaky dost často stojí roztoči, kteří s námi sdílejí naši postel.

Roztoč ví, kde je mu dobře. Opravdové spouštěče alergie, astma, kašle či ucpaného nosu však pouhým okem nevidíme, a tudíž je s nimi boj více než obtížný. Navíc jim nahrává nadcházející jarní počasí, kdy je vše v rozpuku a ve vývinu, a tak se naše domovy stávají jejich ještě oblíbenějším útočištěm, ve kterém mají prostor a ideální podmínky se množit a žít.

Opravdovým bojovníkem proti roztočům je atestovaný UVC antibakteriální vysavač Raycop, který navrhl japonský lékař. Tento nenápadný vysavač je vybaven speciální UVC dezinfekční lampou (stejný typ lampy používají i nemocnice pro dezinfekci ovzduší a prostor), která svým zářením zajistí odstranění roztočů, bakterií, virů i plísní.



Právě UVC světlo 100% zabije veškeré druhy bakterií, virů, plísní, ale také hub. Toto světlo působí jen na krátkou vzdálenost a z provedených studií vyplývá, že stačí pouhé dvě sekundy k tomu, aby UVC vysavač Raycop zlikvidoval bakterie a další spouštěče nemocí a nepříjemných zdravotních potíží.

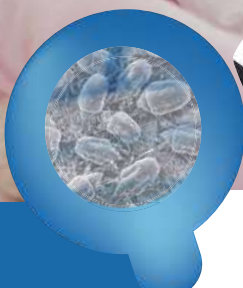
**Čím se liší UVC antibakteriální vysavač Raycop od běžných vysavačů?**

Schopnost zničit 99,9 % bakterií, plísní, virů i roztočů je dána použitím UVC dezinfekční lampy ve spolupráci s dalšími funkcemi – vibračním klepačem/kartáčem, výkonným sáním a mikroalergickým HEPA filtrem H13. Raycop je jediný vysavač, který UVC lampu využívá. Účinky vysavačů Raycop byly ověřeny Univerzitou Karlovou v Praze a zároveň je dokládají tisíce spokojených uživatelů na celém světě. Více informací najdete na [www.raycop.cz](http://www.raycop.cz)

**raycop**  
UV-C antibakteriální vysavač

## Čistý domov pro alergika znamená domov bez roztočů

Zajistěte sobě i svým dětem zdravý spánek bez nočního kašle a zacpaného nosu. Používejte na lůžkoviny a matrace Raycop, jediný účinný **vysavač navržený lékařem** a vybavený atestovanou UVC dezinfekční lampou. Bezchemicky vyčistí a **vydezinfikuje matrace a lůžkoviny** od nebezpečných roztočů, bakterií, virů a plísní. Účinně pomůže s léčbou alergií, astma a ekzémů. **Raycop zajistí vaši rodině zdravý spánek.**



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

Prodejna: BLAKAR trading s.r.o., Azalková 1272, Jesenice u Prahy  
tel.: 608 025 404, 606 377 814, e-mail: [info@blakar.cz](mailto:info@blakar.cz)

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

Cena 6.990,- Kč

# Alergie. Můžeme ji účinně zkrotit

Lidé trpící alergií na pyl se mají na pozoru – začíná jaro a s ním i sezona kvetoucích stromů, keřů, trav či bylin. Ale pyl není to jediné, co může citlivé lidi potrápiti. „Začátkem jara jsou nejčastější alergeny kvetoucích dřevin, v dubnu se k nim přidávají trávy a obiloviny, v období vrcholného léta pyl bylin. Problematické jsou i spory plísni, roztoči a zvířecí alergeny,“ říká lékařka Radka Šedivá z pražské ambulance Synlab.

## Co to vlastně alergie je?

Alergie znamená přecitlivělost imunitního systému na látky, které se běžně vyskytují kolem nás. Zatímco většinu populace kontakt s potenciálními alergeny nezpůsobuje žádné obtíže, přecitlivělým jedincům může vyvolat spektrum alergických reakcí od rýmy až po život ohrožující anafylaktický šok.

## Proč je někdo alergický a jinému alergeny nečiní žádné potíže?

Záleží na citlivosti organismu k určitým alergenům.

Vliv mají genetické předpoklady. Pokud je jeden z rodičů alergik, riziko vzniku u dítěte je 30 až 40 procent, jsou-li oba rodiče alergičtí, pravděpodobnost stoupá až na 60 procent. Dědičná však není samotná alergie, ale zvýšená citlivost organismu – atopie.

## Jak se alergie projevují, respektive jak poznám, že se jedná o alergii?

Vznik alergického zánětu a s ním spojených příznaků onemocnění má na svědomí hormon histamin, který se v těle uvolňuje během alergické reakce. Projevů může být celá řada, například svědění a zarudnutí očí, kýchání, vodnatá rýma, ucpaný nos, svědění v krku, ústech či uších, dušnost, ale i únava, ekzémy a vyrážky. Pro pylovou alergii je charakteristický sezonní výskyt. U nás je to obvykle od konce února do podzimních měsíců. Obtíže vznikají pouze při kontaktu s pylovými zrny. Klimatické změny v posledních letech však způsobují, že některé byliny kvetou



Alergická sezona MAFRA

opakovaně nebo ve zcela atypických obdobích.

## V čem je alergie nebezpečná?

Může dojít k takzvanému anafylaktickému šoku, což je akutní reakce, která v krajním případě může být smrtelná. Anafylaktická reakce obvykle dosáhne svého vrcholu za pět až třicet minut po setkání s alergenem. Příznaky se projevují na kůži, dýchacím a zažívacím traktu i na kardiovaskulárním systému. Časnými příznaky jsou pocit tepla, svědění dlaní a chodidel, zčervenání kůže nebo kopřivka. Objevuje se i bolest břicha, nevolnost či zvracení.

## Typy alergenů

Alergie mají různé spouštěče.

- **Potravinové alergeny** – vejce, mléko, ryby, ovoce, hlavně kořenová zelenina
- **Inhalační alergeny** – pyl, plísňe, prach, vdechované zvířecí alergeny – třeba roztoči

- **Kontaktní alergeny** – kontaktem s kůží nebo sliznicí
- **Hmyzí jed** – po bodnutí hmyzem, např. včely nebo vosy
- **Alergie na léky** – antibiotika, barbituráty, anestetika

Dochází k otoku a zúžení dýchacích cest, celkové slabosti, pocitu na omdlení, bolesti na hrudi a bušení srdce. Celkové příznaky mohou vést až k šoku – postižený upadne do bezvědomí. Tento stav vyžaduje okamžitou lékařskou pomoc.

## Jak se dá alergie zvládnout? Jaké jsou léčebné metody, postupy či doporučení?

Vždy je důležité přesně vědět, na co jste alergičtí. Poměrně spolehlivě pak víte, kdy se dostaví vaše obtíže, čím jste dále ohroženi, a můžete se na „svou sezónu“ včas vybatvit léky. K efektivní léč-

bě alergických příznaků se nasazují léky zvané antihistaminika. Existuje také dlouhodobá léčba vakcínami – desenzibilace, která řeší samotnou příčinu alergických onemocnění. Působí léčebně i preventivně. Pacientovi se ve formě kapek, tablet nebo injekcí podávají zvyšující se dávky upravených kritických alergenů. Organismus poté začne kritickou látku tolerovat a alergie vymizí. Příznaky alergie polevují a významně klesá i potřeba úlevových léků. Pro dosažení co nejefektivnějšího výsledku je však potřeba dodržovat přesné intervaly aplikací. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

## Na problémy s dechem si nezvykejte, dají se řešit

Pokašlávání a zadýchávání při chůzi do schodů známe z vlastní zkušenosti takřka všichni. Málokdo z nás si však uvědomuje, že se může jednat o příznaky vážné choroby, která nenávratně poškodí naše zdraví.

Plicní onemocnění jsou 2. nejčastější příčinou úmrtí v České republice. Jak je to možné? Lidé často podceňují příznaky nebo si jich nevšimnou. Nástup nemoci probíhá tradičně plíživým tempem a snížené kapacity plic si nemocní všimají až zpětně.

Přitom včasné odhalení hraje prim. Jen při brzkém zásahu a cílené léčbě

lze fatálním následkům zabránit. Proto bychom měli svému dýchacímu ústrojí věnovat patřičnou pozornost a podstupovat pravidelnou kontrolu plic.

## Jak jsou na tom vaše plíce? Nechte si je zkontrolovat

Ve vybraných Alphega lékárnách máte možnost nechat si změřit tzv. plicní věk. Díky měření zjistíte, zda vaše plíce stárnou normálním tempem, a dokážete odhalit možné potíže v raném stadiu, což v případě nutnosti zajistí zahájení potřebné léčby včas.

Měření je velmi jednoduché, trvá pouhých 10 minut. Je vhodné pro kohokoli staršího 18 let, kdo se zajímá o své zdraví. Zbystřit by ale měli všichni starší 40 let, lidé, kteří přicházejí do styku s jemným prachem, průmyslovými nebo automobilovými zplodinami, kuřáci i ti, kdo bydlí u rušných silnic a v aglomeracích, protože právě oni jsou řazeni do rizikové skupiny.

## ODHALTE VČAS MOŽNÉ RIZIKO PLICNÍCH NEMOCÍ.

Během dubna máte možnost v Alphega lékárnách po celé České republice zjistit, zda fungování vašich plic není ohroženo. Zarezervujte si svůj termín měření!

Seznam Alphega lékáren, ve kterých měření probíhá, naleznete na

[www.alphega-lekarna.cz](http://www.alphega-lekarna.cz)

v sekci PLICNÍ VĚK – PORADNA.



vždy na dosah

**Týden měření  
PLICNÍHO VĚKU  
8. – 12. 4. 2019**



# Pylová alergie: jak si s ní poradit?

**Většina z nás po zimě netrpělivě očekává příchod jara, kdy si člověk může užít slunečních paprsků a probouzející se přírody. Stále více lidí však na toto období pohlíží s obavami. Alergie na pyly dokáže život znepříjemnit nejen neustálým kýčáním, smrkáním a slzením očí, ale zejména z toho plynoucí únavou či nesoustředěností.**

Alergii na pyly, označovanou též jako alergická rýma, bychom nikdy neměli podceňovat. Její diagnostikování patří do rukou lékaře, alergologa.

Léčba se liší podle typu a závažnosti alergie. Nejčastěji se používají tzv. antihistaminika, která tlumí rozvoj alergické reakce. Tyto léky dokáží zmírnit nepříjemné příznaky, jako jsou otok, svědění a sekrece z nosu; zarudlé slzící oči, případně kopřivka. Pro ty, kdo dávají přednost celkovému působení, jsou dostupné jako tablety. Je však možné aplikovat je i lokálně ve formě nosních sprejů nebo očních kapek. Spouštěče (tzv. mediátory) alergické reakce dokáží blokovat také léky obsahující kortikosteroidy, které jsou dostupné jako nosní spreje. Řada léků proti alergii je volně prodejná (bez receptu). Výběr nejvhodnějšího přípravku je dobré konzultovat s lékárníkem. Při volbě správného léku je totiž důležité zohlednit, zda již nějaké léky nebo doplňky stravy užíváte nebo máte nějaké zdravotní omezení, při kterém je třeba postupovat specificky. Pokud se u vás objevují příznaky svědčící o alergické rýmě, doporučuje se

návštěva alergologie. Není to proto, že by akutně člověka ohrožovala na životě, ale při jejím dlouhodobém zanedbávání hrozí komplikace. Vzhledem k tomu, že alergie je popisována jako nepřiměřená reakce imunitního systému, vyvolává neléčení alergie v našem imunitním systému neustálou pohotovost. Ta může vést k jeho postupnému vyčerpávání, způsobující například častější nemocnost, v horších případech hrozí rozvoj astmatu.

## Co se děje při alergické reakci?

Problémem alergiků je, že jejich imunita reaguje na alergen (například pyl) jako na nebezpečnou látku a po kontaktu s ním automaticky spouští obrannou, tzv. zánětlivou reakci. Při té se v těle uvolní množství mediátorů. K nejznámějším mediátorům patří histamin. Ten se běžně podílí na vyvolání obranné reakce. Histamin je pro tento účel připraven v zásobě uvnitř tzv. žírných buněk,



aby se tam mohlo dostat co nejvíce obranných látek. Výsledkem je otok zasažených částí těla. Uvolnění mediátorů poznáme podle svědění na napnuté pokožce, pálení očí či nosu, pocitu horka nebo například průjmu u potravinové alergie. Čím silnější je alergie, tím více histaminu se uvolňuje a tím větší obtíže pociťujeme.

## Pylová sezona

Období, kdy se ve vzduchu vyskytují pyly, dělíme na skupiny podle převládajících druhů rostlin: **DŘEVINY** uvolňují po zimě pyly jako první. K nejvýznamnějším alergenům patří pyl lísky a břízy. Lískový pyl se po zimě objevuje v ovzduší nejdříve, a to obvykle již koncem února. **TRÁVINY** vč. obilovin způsobují alergie od poloviny jara do poloviny léta. Alergiím na traviny je připisována až polovina veškerých případů pylových alergií. **BYLINY** zahrnují alergie vyskytující se koncem léta, jako jsou například pyl kopřivy a pelyňku.

kteřé jsou nejvíce zastoupeny v kůži a trávicí soustavě, ale jsou i jinde v těle. Histamin působí mimo jiné tak, že v místě zánětu rozšíří drobné cévy proto,



**PharmaPoint**  
LÉKÁRNA

*Zdraví o krok blíž!*

## Trápí Vás alergie? Přijďte, poradíme Vám.

- v lékárnách PharmaPoint Vám rádi poradíme s jakýmkoliv problémem
- pomůžeme Vám vybrat z široké nabídky produktů
- odborný personál lékáren PharmaPoint k Vám bude přistupovat s vřelostí a porozuměním
- pravidelně pro Vás připravujeme akční nabídky

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



Více než **245 lékáren**  
v celé České republice

## AKTUÁLNĚ V NABÍDCE

Akční ceny platí od 1. 4. do 30. 4. 2019

### Flixonase 50 mikrogramů/dávka nosní sprej, suspenze

60 dávek

znáte z TV



- nosní sprej na léčbu alergické rýmy
- ulevuje od kýčání, svědění nosu, ucpaného nosu, svědění a slzení očí
- komplexní úleva od alergické rýmy po 24 hodin již v 1 dávce

Flixonase 50 mikrogramů/dávka nosní sprej, suspenze je lék k nosnímu užití. Obsahuje flutikason-propionát.\*

**běžná cena 379,-**  
**akční cena od 309,-**

### Analergin

30 potahovaných tablet



- přípravek proti alergiím
- ke zmírnění nosních a očních příznaků sezónní a celoroční alergické rýmy
- ke zmírnění příznaků chronické kopřivky nejasného původu

Lék k vnitřnímu užití s účinnou látkou cetirizin\*

**běžná cena 119,-**  
**akční cena od 94,-**

O ceně se informujte ve své lékárně.

\* Cílem této inzerce není podpora navýšení prodeje, předepisování nebo užívání léků. Inzerce nenahrazuje poradenství lékařů ani lékárníků. U léčivých přípravků si vždy pečlivě prostudujte příbalový leták, účinky a způsob použití konzultujte s lékárníkem nebo lékařem.

## Sloupek

## JAKUB KOHÁK

VÝHLEDOVÉ KAPITÁN



## TANEC S HRDINY

Česká armáda má dlouhodobě jen dvě přání. Tím prvním je celosvětový mír, což je poměrně obtížné zajistit, to druhé spočívá v tom, abych jim přímo já moderoval nějakou významnou akci. Tak se stalo, že jsem v pátek přijel do Jindřichova Hradce a chopil se taktovky nad plesem 44. lehkého motorizovaného praporu generála Josefa Ereta. S sebou jsem si přibalil lodičku z dob mého vojákování, kravatu na gumu a parádní bundokošili z oborového podniku Trikola vzor 58. Celý večer byl nadmíru slavnostní, sálem přetékal nažehlené uniformy, odznaky se blýskaly do dálky a ani o šarže nouze nebyla.

## Cítát

Sálem přetékal nažehlené uniformy, odznaky se blýskaly do dálky.

Kapitán Kohák. Nicméně, když mi velitel praporu, podplukovník Igor Jašek, propůjčil po dobu konání plesu hodnost majora, začal mít večer grády. Postupně jsem se seznámil s množstvím vojáků, z nichž někteří byli přímými účastníky nejrůznějších misí. Měli za sebou bojové operace, náročné úkoly, nebezpečné okamžiky... Časem jsem se skamarádil i s několika vojenskými policisty, kteří mi jako výraz sympatií věnovali kancelářský stolek vyšetřovatele! Následně mi major Přemysl Tuček nabídl svoji dceru, ta však bohužel vše pokazila větou: „S vojáky netančím!“ A tak jsem šel do bočního salonku, kde zpívaly Sestry Ježkovy, oficiální tiše rozjímali a celé to najednou připomínalo Anglii za druhé světové války: „Svítá, hvězdy blednou, svítá, každý příští den bude jako sen, chceš-li uprchnout se mnou.“

## Dopisy a vzkazy

## Pší miláček sto metrů daleko

Jak jsem se dočetl, takzvaná pší vyhláška pro Prahu se zatím nekoná. Ne-truchlím, protože se domnívám, že jakákoliv sebelepší vyhláška nemusí přinést kýžený efekt. Na jedné straně jsou pejskaři slušní a hlavně pořádkumilovni, ovšem na druhé straně také existují ti druzí, méně ohleduplní. Za naším sídlištěm byl vybudován krásný lesopark i s umělými kopečky. Chodí na ně také majitelé větších ras, jako jsou třeba vlčáci. U některých z nich to vypadá tak, že páníček má u ucha mobil a jeho pší miláček volně běhá sto i více metrů před ním a za ním. Není ovšem nic příjemného, když takový velký „pejsánek“ na pěšiu návštěvníka parku vyskočí zpoza křoví. A tak nakonec raději chodím do blízkého obchodního centra, kde na člověka jen naprosto výjimečně vyštěkne nějaká nerudná prodavačka.

PAVEL KYSELÁK

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

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

## #METROTAG

Tohle je místo na vzkaz pro dalšího čtenáře těchto novin. Pište, kreslete, zpřijemněte někomu den. Výtvar můžete vyfotit a sdílet na Instagramu, tagujte #METROTAG. Otiskneme ho v deníku Metro!

## INZERCE

## HOROSKOP

na úterý 26. 3.

## JE VÁM VĚRNÝ? MILUJE VÁS?

Vše odhalí moje Andělské a Tarotové karty. Ptejte se a nebudete litovat!

Zavolejte 906 70 30 35 nebo napište SMS na číslo 904 30 55 s kódem 33GCL a své datum narození!



Kartařka Ludmila



Beran 21/3–20/4

Když se vám opravdu chce, dokážete hotové zázraky. Můžete prohloubit rodinné vazby a navázat zprávané kontakty s blízkými.



Váhy 23/9–23/10

Svobodní by měli vytáhnout děti na hřiště nebo někam za zábavou. Můžete tam totiž potkat člověka, se kterým jste si souzeni.



Byk 21/4–21/5

Uvítáte důvěrný rozhovor s osobou, kterou znáte dlouhé roky. Potřebujete získat jiný pohled na situaci, s níž se už dlouho trápíte.



Štír 24/10–22/11

Obě strany jsou moc hrdé na to, aby ustoupily z bojových pozic. Přitom cítíte, že by vám mírová domácnost seděla mnohem víc.



Blíženci 22/5–21/6

Nemají děti nějakou školní akci nebo neslaví v nejbližší době narozeniny? Máte spoustu starostí a něco důležitého vám může utéct!



Střelec 23/11–21/12

Nejspíš teď máte štěstí v neštěstí. Pustíte se do křížku s osobou, která si z konfliktů nedělá hlavu a je takzvaně splachovací.



Rak 22/6–22/7

Crvnkne vás do nosu něco, co spolehlivě rozveselí blízkého člena rodiny. Vy máte radost už teď, při pouhé vidině jeho nadšení.



Kozoroh 22/12–20/1

Dávejte si pozor na své zdraví a tělo! Organismus vám dává jasně najevo, že po náročném pracovní období by ocenil větší oddech.



Lev 23/7–22/8

Příbuzní vyhledávají jiné věci než vy, ale to není hlavním kamenem úrazu. Jste připraveni udělat ústupek v zájmu zachování klidu.



Vodňář 21/1–20/2

Potřebujete pročistit přetíženu mysl, a tak po práci vyrazíte rovnou na čerstvý vzduch. V jarní přírodě se odreagujete raz dva.



Panna 23/8–22/9

Luna v konjunkci s Jupiterem napomáhá zveličovat problémy na domácím poli. S rodinou se předháníte v tom, kdo je větší chudák.



Ryby 21/2–20/3

Začnete plánovat víkendovou akci, na niž seztvete kamarády i příbuzné. Bohužel nemůžete předvídat, co se během týdne semele.

## Řešení sudoku

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

## Anketa

## Jak dopadne dnešní zápas proti Brazílii?



**Michal Trávníček**  
Budu na místě a tuším debak!



**Erik Winkelmann**  
Očekávám přestřelku a 6:5 pro kanárky.



**Patrik Bauer**  
Horší než s Anglii to nebude. Snad.

## Komiks



## ANDĚLSKÁ VĚŠTBA!

Zavolejte si na pomoc své anděly!

Poslete SMS ve tvaru 22XJJ a svoje přání či dotaz na číslo 904 30 46

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

# TEA AND BRITAIN

### Activity 1

1. annually
2. characteristic
3. come across
4. consume
5. gradually
6. sharply
7. the majority
8. socialise
9. tradition
10. vast

laptop is that the battery lasts for 6 hours.  
 4. When I was cleaning the house I ..... some very old books.  
 5. Celebrating Christmas is a ..... in most European countries.  
 6. He borrowed a ..... amount of money from the bank and now regrets it.  
 7. People in my country ..... too much fast food.  
 8. I think ..... of people disagree with the decision.  
 9. I'm making reasonable progress. My scores at university have gone up ..... since the start of term.  
 10. At the weekend I like to ..... with my friends.

Check these words in a dictionary or online. Then put them into sentences 1–10.

- 1. Great news! The unemployment rate has fallen sharply.
- 2. We pay our income tax .....
- 3. One great ..... of this

### Activity 2

The following statements are all false. Read the text and correct the statements so that they are true.

**Example:**  
*Britons drink 876 cups of tea every month.*  
 – *Britons drink 876 cups of tea every year.*

- 1. Tea is grown in Britain.
- 2. Britons first found tea when visiting India.

3. The first tea to arrive in Britain was black tea.
4. In the 1700s the amount of tea that entered Britain increased sharply.
5. Afternoon tea has become more popular in recent years.
6. The price of tea increased a lot at the end of the 1880s.
7. Kettles are uncommon in the homes of Britons.

### Answers

- Activity 1**
1. sharply; 2. annually;
  3. characteristic; 4. came across; 5. tradition; 6. vast; 7. consume;
  8. the majority; 9. gradually;
  10. socialise

- Activity 2**
1. Tea is grown in India and China.
  2. Britons first found tea when visiting China.
  3. The first tea to arrive in Britain was green tea.
  4. In the 1700s the amount of tea that entered Britain increased gradually.
  5. Afternoon tea has become less popular in recent years.
  6. The price of tea decreased a lot at the end of the 1880s.
  7. Kettles are common in the homes of Britons.

- Activity 3**
1. Tea is grown in Britain. No, it isn't. Tea is grown in India and China.
  2. Britons first found tea when visiting India. No, they didn't. Britons first found tea when visiting China.
  3. The first tea to arrive in Britain was black tea. No, it wasn't. The first tea to arrive in Britain was green tea.
  4. In the 1700s, the amount of tea that entered Britain increased sharply. No, it didn't. In the 1700s, the amount of tea that entered Britain increased gradually.
  5. Afternoon tea has become more popular in recent years. No, it hasn't. Afternoon tea has become less popular in recent years.
  6. The price of tea increased a lot at the end of the 1880s. No, it didn't. The price of tea decreased a lot at the end of the 1880s.
  7. Kettles are uncommon in the homes of Britons. No, they aren't. Kettles are common in the homes of Britons.

### Activity 3

a. When we correct information, we naturally say the corrected information more strongly than the other words.

Britons drink 876 cups of tea every month. *No, they don't. Britons drink 876 cups of tea every year.*

So in the final sentence above, 'year' is said more strongly than the other words.

Look again at the false sentences and write the correct negative short answer. Then rewrite your answers to the previous activity and underline the word(s) that should be said most strongly.

In the first question the negative short answer has been completed for you.

1. Tea is grown in Britain. *No, it isn't.*  
 .....
2. Britons first found tea when visiting India.  
 .....
3. The first tea to arrive in Britain was black tea.  
 .....
4. In the 1700s the amount of tea that entered Britain increased sharply.  
 .....
5. Afternoon tea has become more popular in recent years.  
 .....
6. The price of tea increased a lot at the end of the 1880s.  
 .....
7. Kettles are uncommon in the homes of Britons.  
 .....

b. Now practise reading the replies aloud. Make sure you say the underlined words more strongly than the others in the sentence.

## Lesson No. 17



This series describes interesting facts about different aspects of culture in the UK.

### Tea and Britain – a short history

Britons are well known for the amount of tea that they drink. The average person in the UK consumes around 1.9kg of tea annually. That's around 876 cups of tea. Tea is drunk by all sections of society. But tea does not grow in Britain. The vast majority of tea is grown in India and China. So, how did it become an important part of British culture?

Tea arrived in London in the 1600s. At this time British ships were exploring the world and came across the drink in China. It was not long before green tea was available to buy. However, this was only available to the richer sections of society. At the beginning of the 1700s the amount of tea arriving in Britain increased gradually. Black tea arrived at this

### Activity 4

Are you a fan of tea? Why?/Why not? How many different kinds of tea have you tried before? Do you have a favourite?

What hot drinks apart from tea are popular in your culture? Why?

time. At first people drank this tea exactly as it was in China. They soon discovered that it mixed really well with a little milk and sugar, giving the drink a special British characteristic.

In the 1800s tea was still a product enjoyed only by people with money. At this time they began to have 'afternoon tea'. This involves drinking tea with a snack around 4 p.m. to avoid feeling hungry between lunch and dinner. It is a tradition that is still going today but has become less popular in recent times.

In the late 1800s, the price of tea decreased sharply as more tea began to arrive on ships from India and China. It was no longer a drink just for rich people. Tearooms – shops where you could buy and drink tea – started to appear across the country. People enjoyed drinking tea and socialising in these places. At the start of the 20th century, Britons began to make tea in their homes whenever they felt like it. Kettles became essential in every kitchen. **FREDDIE GAY**



Nemovitosti - nabídka



**Společná realitní a advokátní kancelář**  
**JURIS REAL spol. s r.o.**  
 ihned vykoupí či zprostředkuje prodej rodinného domu, bytu, chaty, pozemku. Vyřešíme právní vady, dluhy, exekuce i privatizaci. Okamžitá výplata zálohy.  
**Tel: 777 306 102**  
[www.vykuppraha.cz](http://www.vykuppraha.cz)

Služby - nabídka

• Odvoz starého nábytku na skládku! Vyklizení bytů, sklepů, pozůstalosti. Stěhování všeho druhu. Naložíme a odvezeme cokoli. Rozumná cena. T. 773484056  
**Oznámení**  
 • Zve Vás na křesťanskou přednášku: Biblická archeologie - prorok Izajáš, 27.3. 18:15, KD Krakov, Tešínská 600, Praha 8, vstup zdarma. Tel. 724122088

Nemovitosti - poptávka

**Koupím ihned rod. dům nebo pozemek v Praze a okolí.**  
 Financování mám zajištěno, hotovost. Právní vady nevyadí, dluhy a exekuce uhradím. Realitní kanceláře prosím nevolejte.  
**Kontakt: 728 384 509**

**Koupím chatu, chalupu do 50 km od Prahy,**  
 v dobrém i špatném stavu. Děkuji za nabídku.  
**Tel: 725 911 070**

• VÝKUP NEMOVITOSTÍ v Praze - Peníze ihned a bez starostí. Kohout reality 25 let na trhu. Tel: 602212121

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.: 601 522 292**

• Koupím byt v Praze nejlépe před rekonstrukcí. Isem přímý kupec a platím hotově. Děkuji za nabídky, P. Grygar. Tel. 739641969

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

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

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

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

Ostatní

• Koupím staré kožichy, dečky, kabelky, bižuterii, knihy, zvětšovačky, fotoaparáty, gramofony, oděvy, klarinetu, saxofon, housle atd. Tel. 608221020

• Hledám paní ALENU - (před 30 lety) POJAROVOU, která byla občasnou chůvou dceři Marion ve francouzské rodině Waterlot t.č. na Smíchově. Tel. 607837033

Finance - nabídka

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

Práce - nabídka

• Daruj krevní plazmu na Praze 1. Náhrada 600 Kč za odběr a může vyhrát 4K televizi. 702278928, www.caraplasma.cz, Jungmannova 24. Pomáhat je lidské.

• SECURITAS ČR s.r.o., přijme Bezpečnostní pracovníky se zbrojním průkazem skupiny D, E pro ostrahu jaderných zařízení v Řeži u Prahy. Požadujeme: ZP sk. D a E, čistý RT, kvalifikaci Strážný. Nabízíme: DPP – 165 Kč/hodina nebo na HPP za 16 až 20 tis. čistého/měsíc, náborový příspěvek pro pozici se zbrani na HPP je 15 tis. Kč, dále nabízíme stravenky, příspěvek na penzijní připojištění a další. Zbrán zapůjčíme. Z Prahy a Kralup n/Vltavou vynikající dopravní dostupnost. Volejte bezplatně tel. č.: 800880838, stepan.balek@securitas.cz

• Hledáme brigádníky na pozici POKLADNÍ, prodejny po celé Praze. Odměna 140 Kč/hod., zálohy druhý den. Tel.: 22534534, www.creditzech.cz

• Hledáme brigádníky na pozici POKLADNÍ, prodejny po celé Praze. Odměna 140 Kč/hod., zálohy druhý den. Tel.: 22534534, www.creditzech.cz

• Hledáme brigádníky na pozici POKLADNÍ, prodejny po celé Praze. Odměna 140 Kč/hod., zálohy druhý den. Tel.: 22534534, www.creditzech.cz

**Na SPŠS Betlémská, P1 od 1. 9. 2019 hledáme APROBOVANÉ UČITELE na plné úvazky:**

- matematika - zázskok za mateřskou dovolenou
- učitel odborných zřijenských předmětů
- učitel praktického výcviku
- učitel IT

CV zasílat na: reditel@betlemska.cz

• NABÍZÍME 145 Kč/HOD. za pulťový prodej lahůdek a doppek pečiva, zálohy. Nástup ihned, zaškolení samozřejmostí. Více na tel.: 222534534, 777335756

• Noční i denní doplňování zboží, NABÍZÍME 154 Kč/HOD, vhodné pro všechny, práce v týdnu nebo jen víkendy. Tel.: 222534534, www.creditzech.cz

• Přijmeme strážné (12 hod. směny D/N) a recepční s AJ (8 hod. směny D) na různé objekty v Praze. Nabízíme: DPP (později možnost PP), mzda 80-120 Kč/hod v čistém, po zapracování navýšení odměny, možnost záloh. Tel.: 733469469

• Hledáme skladníka s VZV, Praha 9. NABÍZÍME 160 Kč/HOD, pravidelné zálohy, dlouhodobá spolupráce. Více na tel.: 222534534, www.creditzech.cz

• Domov pro seniory v Praze 2 hledá pradelnu, HPP (i krác. úv.), praxe výhodou, po-pá, ranní a odpolední směny. Více na tel.: 725015298

• Hledáme agenturu na zprostředkování manuální práce. Nabídněte e-mail: ivana.snizkova@e-mail.cz

• Hledáme zaměstnance na úklid osobních vlaků v Praze 4, směnný provoz nebo po-pá 7.30-16.00 h. a v Praze 5 krátký, dlouhý týden. Tel. 603301309

[WWW.BRIGADANALETISTI.CZ](http://WWW.BRIGADANALETISTI.CZ)

**AeroAgency s.r.o.**  
 K Letišti 57/1049,  
 Praha 6  
**Tel.: 778 761 511**  
[info@aeroagency.cz](mailto:info@aeroagency.cz)

**1200 Kč\* ZA 2 ODBĚRY DARUJ KREVNÍ PLAZMU A ZÍSKEJ FINANČNÍ NÁHRADU**  
 - pomůžete zachránit lidské životy  
 - pravidelná kontrola zdravotního stavu metru HRADČANSKÁ  
 \*dle § 32 ods. 2 zákona č. 373/2011 Sb.  
[www.unicaplasma.cz](http://www.unicaplasma.cz)  
 tel.: 220 515 464

**Máme jiný přístup!** m2c  
**Práce v bezpečnosti / údržbě / úklidu**  
 Náborové dny: Po-Pá 9:00-16:00  
 Vladislavova 17, Praha 1  
 Tel.: 800 111 112

• Pracovník/ce skladu – mzda až 25.000 Kč, náb. bonus 10.000 Kč, HPP, svoz zdarma z Opatova, 3 směny PO-PÁ, znalost PC, tel. 725921922, www.jobleader.cz

• Správa pražských hřbitovů přijme: Hrobíky - výkop. práce, pohřbívání, ukládání zpop. lidských ostatků, údržba veřej. pohřebiště, obsluha a údržba mechanizace, RJP v výhodou. Místo výkonu práce: HS Malvazinky t. 251566684, CV: malvazinky@hrbitovy.cz, HS Bubeneč t. 234760669, CV: bubenec@hrbitovy.cz, HS Olšany t. 272011130, CV: kolka@hrbitovy.cz, HS Vinohrady t. 234760744, CV: spevacek@hrbitovy.cz. Dělníky - úklid práce, práce se zahr. technikou, údržba hrobů. Olšanské hřbitovy t. 272011130, nabídky zas. vackova@hrbitovy.cz. Nabízíme stabilní plat dle tabulek, 5 týdnů dovol., stravenky.

• Pracovník/ce skladu – mzda až 25.000 Kč, náb. bonus 10.000 Kč, HPP, svoz zdarma z Opatova, 3 směny PO-PÁ, znalost PC, tel. 725921922, www.jobleader.cz

• Správa pražských hřbitovů přijme: Hrobíky - výkop. práce, pohřbívání, ukládání zpop. lidských ostatků, údržba veřej. pohřebiště, obsluha a údržba mechanizace, RJP v výhodou. Místo výkonu práce: HS Malvazinky t. 251566684, CV: malvazinky@hrbitovy.cz, HS Bubeneč t. 234760669, CV: bubenec@hrbitovy.cz, HS Olšany t. 272011130, CV: kolka@hrbitovy.cz, HS Vinohrady t. 234760744, CV: spevacek@hrbitovy.cz. Dělníky - úklid práce, práce se zahr. technikou, údržba hrobů. Olšanské hřbitovy t. 272011130, nabídky zas. vackova@hrbitovy.cz. Nabízíme stabilní plat dle tabulek, 5 týdnů dovol., stravenky.

• Přijmeme brigádníky na odpolední úklid admin. prostor na P4 budova GŘC. KONTAKT: tel. 739500076.

• Řemeslné pekařství s třicetiletou tradicí, hledá pro svou prodejnu v Praze 13 - Nové Butovice, vedoucí provozovny - směny. Nabízíme - 25.000 Kč/měs. Kontakt: gallmar@seznam.cz, tel.: 603878467

• Casino v Praze přijme krupiéry (zaškolíme), účetní, advok. koncipienty. Sml. doba neurč., zajímavý plat. info@mgate.cz, dp-vaclavak@casinohappyday.cz

• AMBOSELI s.r.o. přijme zaměstnance na pozici popelář, metař v Praze – HPP, DPC, možnost pravidelných záloh a ubytování. Bezplatná linka 800100166

• Perfektservis přijme šikovného kolegu řidiče, který bude u zákazníků instalovat sporáky, pračky, myčky. Mzda po zaškolení 22000 čistého. T. 774510500

• Taxi Praha s.r.o. hledá ŘIDIČE/RIDIČKY sk. B pro flotily Tack, Nejlevnější taxi Taxi Praha (možnost využít vlastní vůz). Rádi řídíte a chcete si vydělat pěkně peníze? Přivítáme u nás začátečníky i profesionály. Práce na ŽL. Tel. 733613386, email: kariera@taxi-praha.cz

**HLEDÁME ZAMĚSTNANCE NA POZICE: RECEPCE A OSTRAHA**  
 Pouze pro invalidní důchodce.  
 Mzda od 100 Kč/hod.  
 Nabízíme náborový příspěvek 10.000 Kč, vyplácíme denně.  
**Tel.: 800 888 440**  
 (bezplatná linka)

**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 ZHOVOVÁNÍ ZBROJNÍHO PRŮKAZU

**Nabízené pozice:**

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

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

Farmaceutická společnost **PRO.MED.CS** přijme  
**PRACOVNÍKA OSTRAHY**  
 na hlavní pracovní poměr do nepřetržitého provozu, nástup možný od 1.4.2019.  
 Hodinová mzda 160Kč/hod.  
 Pro více informací kontaktujte **Vojtěcha Bízka** vždy mezi 12. a 13. hodinou na telefonním čísle **241 013 514**.  
 Své životopisy zasílejte e-mailem na adresu **vojtech.bizek@promedcs.com**.

**Německá společnost hledá komunikativního člověka na pozici odborného poradce, oblast Praha, Střední Čechy.**  
**Staňte se součástí našeho týmu. Splňte si své sny. Vlastní auto podmínkou.**  
**Tel: 273 130 298**

**HLEDÁME PANÍ NA RANNÍ ÚKLID**  
 pobočky banky u metra C Prosek. Pracovní doba pondělí až pátek, 8:30-9:15. Vhodné pro důchodkyně nebo maminky na mateřské dovolené.  
**Tel. 773 800 123**

**Gymnázium v Praze Mořanech** přijme pracovníky na tuto pozici:  
**RECEPČNÍ**  
 (plný úvazek), znalost práce na PC a organizační schopnosti nutné.  
 Informace mobil: 603 295 993, email: loulak@kgm.cz

**BEZPEČNOSTNÍ AGENTURA**  
 Přijmeme ihned **STRÁŽNÉ A DETEKTIVY**  
 • HPP DPP od 85 - 180,- Kč/h  
 • Práce v Praze a okolí  
 • Týdenní zálohy • Soliální ubytování  
**Volejte zdarma 800 600 333**  
[www.adamsecurity.cz](http://www.adamsecurity.cz)

• Taxi Praha s.r.o. hledá ŘIDIČE/RIDIČKY sk. B pro flotily Tack, Nejlevnější taxi Taxi Praha (možnost využít vlastní vůz). Rádi řídíte a chcete si vydělat pěkně peníze? Přivítáme u nás začátečníky i profesionály. Práce na ŽL. Tel. 733613386, email: kariera@taxi-praha.cz

• KOMWAG přijme závozníky, HPP 18500-20000 + odměny, přísp. na dov., 13., 14. plat, strav. DPP 550-700/den čis., výplata 1x týdně. Vol. zdarma 800566924

• KOMWAG přijme prac. na údržbu a úklid ulic, HPP 16000 + bonusy, DPP 550-700/den čis., výplata 1x týdně. Perucká 10, Praha 2. Volejte zdarma 800566924

• Úklidová firma na DOP uklížečku na vytírání podlah objektu dvakrát týdně pondělí a pátek od 17,00 hodin do 20,00 hodin. V ulici Kostelní Praha 7-Letná. Odměna 120 Kč za 1 hodinu. Podmínkou je výpis z rejstříku trestů. Volat od 9 hodin do 17 hodin na mobil: 731927574

**TOP security s.r.o. přijme**  
**Strážné pro stavbu v centru Prahy**

**Nabízíme:**

- Platové ohodnocení 100,- až 120,- Kč/hod
- Nabízíme dlouhodobé uplatnění
- HPP (tze i zkrácené úvazky)
- Možné i jako brigáda na DPP
- Zaškolení
- Profesionální oblek

**Požadujeme:**

- Slušné jednání a vystupování
- Certifikát dílčí kvalifikace 68-008-E výhodou
- Čistý trestní rejstřík
- Nástup 4/2019

**Kontakt:**  
 tel.: 284 683 801, 604 299 622  
 800 110 707  
[spevakova@topsecurity.cz](mailto:spevakova@topsecurity.cz)

**PRACUJTE NA LETIŠTĚ**  
**ZAJÍMAVÁ PRÁCE V ATRAKTIVNÍM PROSTŘEDÍ MEZINÁRODNÍHO LETIŠTĚ VÁCLAVA HAVLA.**

FLIGHT	TIME	DESTINATION	GATE	STATUS	NÁSTUP
NAKLADKA LETADEL					NÁSTUP
ODBAVENÍ IMOBILNICH OSOB					NÁSTUP
ODHAZOVANI LETADEL					NÁSTUP
PRACOVNIK ODBAVENI CESTUJICICH					NÁSTUP
KOORDINATOR ODBAVENI LETADEL					NÁSTUP
CARGO AGENT					NÁSTUP
SKLADNIK					NÁSTUP
ODBAVENI NADROZHERNYCH					NÁSTUP
ZAVAZADEL					NÁSTUP
AUTOMECHANIK / AUTOELEKTRIKAR					NÁSTUP

**NEJŠIRŠÍ NABÍDKA PRACOVNÍCH PŘÍLEŽITOSTÍ NA VŠECHNY DRUHY PRACOVNÍCH ÚVAZKŮ - HPP, DPP, DPC MOŽNOST I ZKRÁCENÝCH PRACOVNÍCH ÚVAZKŮ**  
 K LETIŠTI 57/1049, PRAHA 6 161 00 • TEL: (+420) 778 448 797  
 EMAIL: INFO@PRACUJTENALETISTI.CZ • WWW.PRACUJTENALETISTI.CZ

# Šilhavý chystá na Brazílii 4 změny

**Debakl v Anglii byl pro českou fotbalovou reprezentaci podle trenéra poučením.**



Cítát

**Bez ohledu na to, že se nám nepovedl zápas v Anglii, se připravujeme poctivě, abychom se prezentovali lépe.**

JAROSLAV ŠILHAVÝ, ČESKÝ TRENÉR

postu, taky to bylo složité. I víc po zápase. Prohra 0:5 je hrozivá, takže ten tlak na nás i na mě je velký. To jsou taky pro mě nové zkušenosti, nezaplátitelné," řekl trenér.

Ten už se ale soustředí na Brazílii, která v sobotu překvapivě remizovala 1:1 s Panamou. „Držení míče bylo 80:20, hrálo se na jednu branku. Nechápu, jak to mohlo

skončit 1:1. Brazílci zahazovali šance a dali jen jeden gól. Ukázalo nám to, že kdokoliv dobře brání, hraje z hlubokého bloku, tak se mu těžko dávají góly. Ale my nechceme hrát 90 minut v obranném bloku a čekat, že uhrájeme 0:0. Chceme hrozit z protiútoků, ze standardek,“ burcoval Šilhavý. Zápas s Brazílií bere jako jeden z vrcholů. „Pro nás pro všechny v České republice je to velký zápas. Byť nedorazila největší hvězda Neymar, tak Brazílie má spoustu vynikajících hráčů,“ dodal Šilhavý.

Také obránce Marek Suchý se na konfrontaci se slavným soupeřem těší. „Hrát proti Brazílii je pro mě jednoznačně svátek. Brazílie je fotbalově obecně neskutečný pojem, na reprezentační úrovni je to jeden z vrcholů,“ řekl obránce Basileje. Ten ví, že hrát proti „kanárkům“ otevřeně by byla sebevražda. „Chtěli bychom po Anglii pár věcí upravit. Jednou z nich je po zisku balonu na něm zůstat déle,“ uvedl Suchý. **ČTK**



## Davidová. Přes 1,5 milionu

Biatlonistka Markéta Davidová (na snímku) si z českých sportovců v uplynulé zimě vydělala na odměnách ze závodů nejvíc peněz. Finančně předčila i celkové vítězky Světových pohárů rychlobruslařku Martina Sáblíkovou a snowboardistky Evu Samkovou a Ester Ledeckou. Dvaadvacetiletá Davidová se čtyřikrát dostala v individuálním závodě Světového poháru na stupně vítězů. Jednou zvítězila a dohromady se štafetami mohla na odměnách před zdaněním získat 63 500 eur, v přepočtu 1,633 milionu korun. Zatímco Davidová jela skoro 30 závodů, Samková jich na vrcholné úrovni jela šest, ale v každém stála na stupních vítězů a má asi 64 800 švýcarských franků (1,483 milionu korun). Sáblíková si celkově vydělala 62 300 dolarů (1,41 milionu korun), Ledecká si na snowboardu přišla na 46 650 franků (1,068 korun) a na lyžích přidala 11 800 franků (266 tisíc korun).

MAFRA

### Krátce

#### Trenér Jarva končí

Fin Ilkka Jarva skončil v roli šéftrenéra českých reprezentací v běhu na lyžích. Vedení běžeckého úseku svazu chce domácího kouče.

#### Třinec postoupil

Hokejisté Třince jsou druhým semifinelistou play-off extraligy. Vyřadil Vítkovice v minimálním počtu utkání, poté co čtvrtý zápas vyhrál v Ostravě na ledě soupeře 5:2. Hokejisté Liberce vyhráli ve čtvrtém zápase čtvrtfinále na ledě Mladé Boleslavi 3:2 a v sérii hrané na čtyři výhry vedou 3:1.

#### Šest soupeřů

Vedle Česka se o pořádání ME basketalistů 2021 uchází dalších šest zemí – Německo, Estonsko, Gruzie, Maďarsko, Itálie a Slo-

vinsko. Konečný počet kandidátů z původních 13, kteří vyjádřili zájem, oznámila po uzavěření podání přihlášek organizace FIBA Europe. Ta vybere pořadatele v červenci. **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

- RECEPČNÍ(HO) se znalostí AJ (RJ výhodou) a práci s PC na hotelovou kolej na Praze 4 - Lhotka. Jedná se o 12 hod směny (denní, noční) . Na HPP, či DPP za 120,-Kč/hod + stravenky + příplatky. Nástup od 01.04, nebo dle domluvy. Tel: 734 513 843.
- Přijmeme pomocnou KUČARKU pro pracoviště depo metra Hostivař, Sazečská 1, Praha 10. Pracovní doba 8 hod. denně po-pá. Tel. 775595779, 608711434
- Pravidelný úklid bytu na Praze 5 - 3 hodiny denně. Volejte ihned 603963021.
- Hledáme brigádníky na obsluhu pokladen do supermarketu v Praze. Mzda: 120,- až 130,-/hod. Telefon: 774722847, 775522219
- Skladový dělník/mostový jeřábník - mzda 150 Kč/h. Hledáme manuálně zručné pracovníky. Pohovor na adrese: Myslíková 31, Praha 1. Telefon: 774222236

- Servírka/číšník - Praha. Hledáme šikovné a zručné brigádníky. Mzda 110-120 Kč/h. Pohovor na adrese: Myslíková 31, Praha 1. T. 774722833
- Pomocný pracovník na myčce aut v Čakovicích 123,-/hod. Pohovor na adrese: Myslíková 31, Praha 1. Telefon: 775522219
- ZŠ na Praze 6 přijme asistenta pedagoga na plný nebo částečný úvazek. Nástup ihned. Nabídky zasílejte na: info@zsmarjanka.cz, t. 725527892 p. Zikmunda
- Rodinný penzion přijme nočního recepčního (i aktivní důchodce). Velmi dobré fin. ohod. + odměny. Požadujeme dobrou znalost angličtiny. Tel: 728127554
- Přijmeme brigádnice na úklid admin. prostor v Praze 1 a Praze 8, cizinci jen s TP. tel. 739609156.

- PRÁCE ve SKLADU - příprava objednávek, řídič VZV. Nabízíme 150-167 Kč/hod. podle lokality, nástup ihned, zálohy, možnost ubytování. Tel.: 222534534
- BA hledá pracovníky do ostrahy i osoby ID, OZZ. Místo: Praha a okolí. Mzda 80-100 Kč/h. HPP/DPP, příplatky a stravenky, dle objektu. Tel. 728056130
- Hledáme pracovníka na obsluhu velínu v obchodně-administrativní budově v Praze 1. Směnný provoz. Tel. 603819846
- Přijmeme pracovníky na úklid činžovních domů Praha 6, 7. Plat 1200 Kč/vchod měsíčně. T: 731891021
- **Knihy a časopisy**
- Koupím velkou knižní pozůstalost. Knihy, příp. i starožitný a retro nábytek vhodný do styl. čítárny-knihovny, křesla, stůl, lampu, aj. T: 603478873

### Starožitnosti

- Sběratel koupí staré perské koberce, obrazy a starožitný nábytek, porcelán, sklo a staré pohledy. Tel.: 602218721
- Starožitný nábytek koupím za solidní ceny. Ložnice, jídelnu, obývací, pracovní, lampy, obrazy, knihy. Dále retro nábytek do r. 1970. Tel. 603478873
- Koupím obrazy českých a zahraničních malířů - krajinky, portréty atd. Kontakt: e-mail: manvel4@seznam.cz, tel. 721235964
- Mongolské, čínské, japonské, turecké, perské starožitnosti a obrazy i evropské historické zbraně - koupím. M:776 35 88 65

### Zdraví - nabídka

- STOMATOLOGICKÁ ORDINACE oznamuje příjem nových pacientů. Poliklinika Vysočany, Sokolovská 304, Praha 9. Tel. 266006189

### Auto-moto - poptávka

- Koupím jakékoliv vozidlo (i veterána). Platím ihned. Tel.: 603328155
- **Pronájmy - poptávka**
- HLEDÁM PRO naše solventní ZAMĚSTNANCE z kanceláře byty k dlouhodobému pronájmu v Praze, právní servis zajištěn. Tel.: 274 78 44 28
- Hledám menší byt pro 2 os. do 14 tis. nebo větší do 20 tis. Požadujeme: centrum do 30 min., MHD, dlouhodobě, lodžie výhodou. RK nevolat. T. 777615730
- Pronajímejte bez rizika! Pro manažery firem s rodinami hledáme pěkné byty v Praze. Garantujeme 100% platbu nájmů. BEZ PROVIZE! T. 605993268



### Intimní

- E.M.A. Europe sro, PO Box 14, Praha 05, 11005, tech. zaj. Materna, od 18let, 15msx50K, 1min180K v DPP, max. délka hovoru 15 minut. www.ema.bz, www.platmobiln.cz
- 
- **Hledáš STAROU ŽENSKOU na sex?** Tak neváhej a pošli SMS ve tvaru 61ZUT a text na 909 15 50
- 
- **Možná že jsem trochu tlustá,** v posteli však umím být dost hustá :-D Dáša 28, z Kunratic. Zavolej mi na 909 80 50 40 nebo mi rovnou napiš SMS na číslo 909 15 45 s kódem 58UNV a tvůj text!

UŽ

JSME VAŠIMI EXPERTY NA ČERSTVOST

47 LET

**BILLA**

PŘESNĚ PODLE MÉHO GUSTA.

KAŽDOU PŮLHODINU  
ČERSTVĚ NAPEČENO

**-37%**

**Bageta Prestige**  
z naší pekárny

1 ks, 105 g, 2 druhy  
dříve 15,90

**9,90**

100 g = 9,43 Kč



Nabídka platí od středy 20. 3. do úterý 26. 3. 2019