

Víte, že...

... všechny reklamace
do 1 000 Kč

**vyřídíme
ihned?**



více na www.alza.cz/nejobchod

a alza.cz

ZDARMA 720 HODIN ONLINE

Akce platí do 30. června 2018.

Nyní
k 1. dobití
až **500 Kč**
kreditu navíc

Předplacená SIM
za **200 Kč**

Volání od 1,90 Kč,
SMS za 1,50 Kč, data zdarma



**MOBIL
.CZ**

Více na www.mobil.cz

JAK ZKROTIT ALERGIÍ A POSÍLIT IMUNITU

PŘÍLOHA METRO ZDRAVÍ. ZARUDLÉMU NOSU LZE PŘEDEJÍT STRANY 21 AŽ 27



metro



PRAHA

Úterý, 27. března 2018

Č. 61, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Dita

Nejčtenější noviny v Praze

Spor o trasu D. Vydělá na metru developer?

Hazard s penězi města. Část představitelů Prahy je proti spolupráci se soukromou firmou na stavbě metra. **Primátorka.** Říká, že je to jediný způsob, jak postavit podzemní dráhu a vestibuly v termínu STRANA 2



Dvoumetrová kraslice v centru Olomouce. Haná slaví velikonoční svátky

Obří velikonoční vejce zdobí Horní náměstí v historickém centru Olomouce. Dvoumetrová kraslice, na které je vyobrazena Olomouc a její okolí, pochází z Chorvatska. „Kraslice ve stylu naivního malířství vyzdobili lidoví umělci z oblasti Podráví a symbolizuje přátelský vztah Chorvatska k dalším zemím a městům,“ uvedl primátorův náměstek Pavel Urbášek. Podobné kraslice se za posledních deset let objevily i v Praze, Vídni, Bruselu, Paříži, Vatikánu či New Yorku. Na Velký pátek jsou v olomoucké Redutě připraveny Pašije – Velikonoční příběh od Richarda Pachmana. Velikonoční farmářský trh je spolu s řemeslným jarmarkem v centru Olomouce naplánován na neděli. Na programu bude také pletení pomlázek nebo malování kraslic. ČTK – LUDĚK PEŘINA





Mořský koník

VZP ČR opět pořádá léčebně-ozdravné pobyty pro děti. Cena třítydenního pobytu s Mořským koníkem v Bulharsku nebo Černé Hoře začíná na 3 400 Kč!

www.vzp.cz/morsky-konik



Děčko chtějí bez Penty

O správném postupu při stavbě trasy metra D mají radní odlišnou představu.

Hazard s penězi města, či legitimní způsob, jak vybudovat podzemní trasu včas? Pražští radní se stále nemožou shodnout, zda při stavbě nové trasy dát na názor komise dopravního podniku a vybudovat ji ve spolupráci se soukromou investiční skupinou Penta. Ta se má podílet pouze na výkupu pozemků a následné výstavbě budov nad stanicemi.

Proti spolupráci, se kterou byli minulý týden seznámeni pražští zastupitelé, se nyní staví například Piráti. Těm se nelíbí například fakt, že má Praha ve společném podniku vlastnit více než polovinu akcií, čímž podle předsedy pirátského klubu v zastupitelstvu Adama Záborského může firma nejen obejít město v rozhodování. „Je otázka, zda je velký společný podnik vůbec potřeba. Rozvoj kolem stanic metra by se dal vyřešit společnými založenými pro rozvoj konkrétní stanice,“ říká pirátský zastupitel Viktor Mahrik. „Tím by se mohla soutěž otevřít i pro menší investory, než je moloch typu Penty,“ dodává. Podobného názoru je také náměstkyně primátorky a radní pro územní rozvoj Petra Kolínská. Po vstupu do společného podniku podle ní již nebude moci město garantovat kvality projektu i to, jak budou utráceny ve-

řejné peníze. Naopak velkými podporovateli spolupráce s Pentou je například náměstek primátorky pro dopravu Petr Dolínek nebo primátorka Adriana Krnáčová, kteří argumentují hlavně tím, že díky spolupráci s Pentou ušetří město čas i peníze. Horlivým podporovatelem Děčka je také starosta Prahy 4 Petr Štěpánek, podle kterého výstavbě v jeho městské části brání jen posledních pár restituentů. „Metro D je projekt, který byl schválen už v sedmdesátých letech, a hlavní město ho tedy Praze 4 dluží,“ podotýká Štěpánek.

Podle zástupců Penty je podepisování smlouvy s dopravním podnikem ještě daleko. Spolumajitel skupiny Marek Dospiva v minulosti prohlásil, že pokud ke spolupráci skutečně dojde, má být prospěšná všem stranám, nikoliv jen jeho firmě. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

Děčko

Výstavba plánované trasy metra D z Pankráce do Depa Písnice by měla vyjít na 39,7 miliardy korun. Nejvíce peněz z rozpočtu spolká výstavba tunelů a vestibulů – má se jednat o 21 miliard.

- Nejprve proběhne geologický průzkum. Ten startuje letos v létě a ražby budou během jednoho roku probíhat na čtyřech místech. Vyjít mají na zhruba miliardu. Samotná stavba začne nejdříve v úseku Pankrác–Olbrachtova. Následně bude vybudován zbylý úsek do Písnice.



Hudba v ulicích města

Metropoli prošel o víkendu Festival Young Bohemia. Jedná se o přehlídku mladých pěveckých souborů z celého světa. Do stovčatého města zavítal festival již počtrnácté. Václavské náměstí, Národní třída nebo Staroměstské náměstí zaplnili děti a mladí lidé od osmi do 26 let. Vedle zpěvu vyhrávali na hudební nástroje.

MAFRA

FOKUS[®]
OPTIK

**1 + 1
ZDARMA**

**NA VŠECHNA
BRÝLOVÁ SKLA**

SKLA PRO ŘIDIČE

MULTIFOKÁLNÍ SKLA



**AKCE PRODLOUŽENA
do 2. 4. 2018!**

www.fokusoptik.cz

Platí při zakoupení kompletní brýlové zakázky (brýlová skla + brýlová obruba). Akce trvá od 5. 2. 2018 do odvolání. Zdarma je vždy dioptrické sklo v nižší nebo stejné hodnotě jako dioptrické sklo zakoupené. Nevyčerpanou hodnotu dražšího dioptrického skla nelze směnit za peníze ani další zboží. Akce platí ve všech pobočkách FOKUS optik včetně outletu Fashion Arena Prague Outlet Štěrboholy, kromě FOKUS optik Mostecká. Lze uplatnit poukázku z FOKUS optik klubu v hodnotě 100 nebo 200 Kč, ostatní slevy se nescítají. Platí na veškerá brýlová skla včetně multifokálních a včetně nabízených povrchových úprav.

**SKLA, KTERÁ BLOKUJÍ
ŠKODLIVÉ MODRÉ SVĚTLO**



Stromovka ubytuje dvě stovky netopýřů

Uprostřed Královské obory vypustí pracovníci zvířecí záchranky okřídlené migranty z Libně.



Zima byla náročná nejen pro netopýří kolonii z Libně. LHMP

Zima je pro netopýře obdobím, kdy společně se svými druhy přezimovávají na nějakém temném a tichém místě. Nepříliš šťastně si však své zimoviště před pár měsíci vybrala dvěstčlenná kolonie netopýřů, která si chtěla v mrazech pospat ve větrací šachtě starého cihlového domu v Libně. Ze zimního spánku je začátkem února předčasně vytrhla rekonstrukce jednoho z bytů. Následně je objevili jeho obyvatelé při bouracích pracích. „Původní zpráva zněla, že je ve větrací šachtě asi desítka netopýřů, přivolání pracovníků záchrané stanice však nakonec z napůl rozbou-

rané zdi vedoucí do šachty vprostil celkem 199 rozespálých netopýřů,“ uvedla mluvčí lesů hlavního města, které záchranku pro živočichy spravují, Petra Fišerová.

Dvě stovky netopýřů rezavých se po měsíci a půl strávených u chovatelů opět vrátí zpět do přírody. Zítřka v pět hodin odpoledne je mají pracovníci záchranky v plánu vypus-

tit u rybníků v centrální části Stromovky. Zde se jim podle Fišerové bude velmi dobře dařit. „Nyní zde žije až devět různých druhů netopýřů. Nejčastěji netopýři parkovní a právě netopýři rezaví. Zvířata zde mají dostatek potravy a možnosti k úkrytu – před třemi lety jsme na vybraná místa ve Stromovce nainstalovali i pět speciálních dřevocemento-

vých netopýřích budek, které připomínají jejich přirozené skrýše, dutiny a štěrby starých stromů,“ dodává Fišerová. Letošní zima nebyla náročná jen pro netopýří kolonii z Libně. Jen od začátku roku do 18. března, dokdy mají záchranáři poslední čísla k dispozici, přijala stanice již 302 netopýřů. Jedná se o absolutní rekord v porovnání s předchozími lety. Za stejné období v roce 2017 stanice přijala pouze 61 netopýřů, o rok dříve pak jen 26. Na vině je podle odborníků mimo jiné charakter letošní zimy, který nebyl pro netopýře ideální.

„Nejprve bylo teplo, jež jim mohlo ztěžovat usínání, ale zároveň nebylo dost velké na to, aby sehnali dostatek potravy. Poté přišly tuhé mrazy, které mnohé vyhnaly z jejich úkrytů. Většina netopýřů, kteří se do záchrané stanice zvláště v posledních dnech dostali, byla nesmírně vyhublá a velmi zesláblá,“ doplňuje mluvčí lesů Fišerová. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

Tipy na dnešní den

DIVADELNÍ PROHLÍDKA

Co je dekadentka, elevace či forbína? I na to odpoví dnešní prohlídka zákulisí divadel ABC a Rokoko na Václavském náměstí. Návštěvníci též nahlédnou do divadelního zázemí, kam se běžný divák nedostane. Prohlídky se budou konat po vybraných představeních. Vstupenky za 30 korun jsou k dostání na pokladnách.

VELIKONOČNÍ JARMARK

Vila Lanna leží v bubeňské ulici V sadech. Dnes od 16 do 20 hodin se tu uskuteční tradiční velikonoční jarmark. Návštěvníci se mohou těšit na drátěnictví, pletení pomlázek a další výrobky řemeslných dílen, vše s možností zakoupení. K ochutnávkám budou vybrány velikonoční speciality připravené šéfkuchařem Petrem Miňovským. Mnohé potěší také čepovaný zelený velikonoční ležák. **MET**

INZERCE

AKČNÍ NABÍDKA

MASOjiko

KUŘECÍ PRSNÍ ŘÍZEK 144,90 134,90 kg	UZENÁ PEČENĚ bez kostí 17,90 16,90 100g
KRŮTÍ STEHNO horní s kostí 119,90 104,90 kg	KRÁLOVSKÁ ŠUNKA nejvyšší jakosti 22,90 21,90 100g
VEPŘOVÁ KRKOVICE bez kostí 146,90 119,90 kg	UZENÝ BOK ŠPIČKA 11,90 10,90 100g
VEPŘOVÝ BOK ŠPIČKA 96,90 79,90 kg	VINNÁ KLOBÁSA 119,90 109,90 kg

Akce platí od 1.4. 2018

NAŠE PRODEJNY VE VESTIBULU METRA:
 Bořislavka, Dejvická, Hradčanská, Muzeum, Můstek, Stodůlky, Zličín, Smichovské nádraží, Karlovo náměstí, Luka, Háje, Roztyly, Budějovická, Kobylisy, Ládví
NAŠE KAMENNÉ PRODEJNY:
 PRAHA 2 - I.P.Pavlova - Jugoslávská 5, Francouzská 25,
 PRAHA 4 - Nuselská 54, PRAHA 9 - NC Fénix, Freyova 35
 PRAHA 10 - Moskevská 40

Zpráva krátce

Výluka na céčku a na Dejvické

Od pátku 30. března do pondělí 2. dubna nebude jezdit metro na lince C mezi stanicemi Pražského povstání a Kačerov. Zároveň bude ve stejném termínu uzavřena stanice metra Dejvická. Důvodem jsou v obou případech stavební práce. „Mezi stanicemi metra C Pražského povstání a Kačerov budou vyměněny dosluhující dřevěné pražce za betonové,“ uvedl ředitel Pražského dopravního podniku Ladislav Urbánek. Dodal, že po celou dobu výluky bude zajištěna dostatečná náhradní autobusová doprava. Linka s označením XC bude jezdit na trase Pražského povstání – Pankrác – Budějovická – Kačerov a budou také posíleny linky číslo 135 a 196. V případě Dejvické zajistí náhradní dopravu tramvajové linky od stanic metra Hradčanská a Bořislavka. Cestujícím budou radit informační pracovníci v relexních vestách. **ČTK**



Chřipkový strašák zmizel

Nemocných Pražanů ubylo ve všech věkových kategoriích. „Nejvyšší pokles hlášené nemocnosti, o 24 procent, byl zaznamenán u školních dětí od šesti do 14 let. Lze předpokládat, že tento pokles již bude trvalý,“ uvedl ředitel pražské hygienické stanice Jan Jarolímek. Nejvyšší nemocnost byla v Praze na začátku února, kdy lékaři nahlásili 1770 případů na 100 000 obyvatel. **MAFRA**

Vítáme jaro s deníkem Metro. Za fotografie získáte odměny

Osmdesát kamelotek v sukních vyrobených z deníku Metro je v ulicích.

Užijte si tento týden deník Metro na více místech metropole. Od včera můžete až do čtvrtka potkávat na zhruba 40 místech v celé Praze kamelotky oděné do mikin s logem Metra a do sukni vyrobených z našich novin. Vítáme jaro – to je název akce, při níž se můžete vyfotit s kamelotkami a získat zasláním fotky do soboty 31. března finanční odměnu či mikiny a deštníky.

Snímky zasílejte na adresu mms@metro.cz. Průběžně budeme otiskovat nejzajímavější fotografie vybrané redakcí a jejich autoři získají 300 či 500 korun. Po Velikonocích zveřejníme pět čtenářů, kteří dostanou další odměny. **MET**



První soutěžní fotografie.

VERONIKA FRIEDOVÁ



Další fotografie přišla od čtenářky z Karlína.

LUCIE HORÁČKOVÁ



S kamelotkami se vyfotila i zpěvačka Dara Rolins.

MAFRA



Včera ráno vyrazily kamelotky poprvé do ulic.

METRO

INZERCE

**Plavková sezóna se blíží.
Začněte s hubnutím včas!**

NATURHOUSE

16x v Praze

Přijďte 10. 4. na Den otevřených dveří **NATURHOUSE**

- analýza BMI, tuků a zadržované vody ZDARMA
- ukázkový jídelníček ZDARMA
- ochutnávky, bylinné produkty na podporu hubnutí

Zjistěte víc: www.naturhouse-cz.cz

Praha:jaro

To nejlepší z jarní Prahy ve čtvrtletníku Praha:jaro!



Najdete v něm přehled nejzajímavějších kulturních akcí, velikonočních trhů a aktivit, zjistíte, proč se vydat na procházku po pražských vinicích nebo do parku Stromovka.

Prague.eu

PRAHA
PRAHA
PRAHA
PRAHA

Prague
City Tourism

Prague:emotion

Kauza Rath. Exhejtman bojuje o svobodu. Teď u soudu tvrdí, že peníze z krabice byly pro ČSSD



Včera u soudu

ČTK

„Mám za to, že je tam víno. Kolegyně mi řekla, že je tam víno.“ Pamatujete na slavnou a nepřilíh hodnověrnou větu tehdejšího středočeského hejtmana Davida Ratha, který policistům popsal, co má v krabici od vína? Tu měl dostat od svých přátel manželů Kottových. Právě ohledně krabice se sedmi miliony korun se Rath vyjadřuje v právě probíhající závěrečných ře-

čech u soudu. Včera tvrdil, že ačkoli krabice od vína s penězi nesl, neznamená to, že oněch sedm milionů je jeho. „Nebyly mé, ale sociální demokracie,“ řekl. Mluvil o tom, že Kottovi měli úzké vazby na současného šéfa ČSSD Jana Hamáčka. Ten v roce 2013, v době, kdy Rathova aféra vypukla, dělal pro stranu volebního manažera a sháněl pro stranu peníze. Rath také tvr-

dí, že nejsou proti němu žádné důkazy, a vinu odmítá. Policie nezjistila, že si žije nad poměry. „Nemám soukromou helikoptéru,“ řekl Rath. Jeho snaha dostat se z problémů nabírá na síle. Už v pátek tvrdil, že mu peníze musel dát do krabice další z obžalovaných Petr Kott, který podle vyšetřovatelů jel s Rathem a dalšími 11 lidmi v ovlivňování stamionových zakázek pro Stře-

dočeský kraj. Kott mu podle Ratha skutečně chtěl dát víno, ale protože byl pod vlivem léků a dělal chyby, dal mu omylem krabici s penězi. Rath uznal, že tato historka působí úsměvně, ale „vše to do sebe zapadá“, řekl. Kriminálka také prošetřuje, zdali expolitik nemá v cizině kontakta, kde by stamiliony mohly být. Rathovi hrozí až devět let ve vězení. MAP, IDNES.cz

INZERCE

Zprávy krátce

Předávkované dítě v nemocnici

Policie se zabývá případem předávkování 16měsíčního batolete paracetamolem. Chybu v dávkování léku, který slouží k tlumení bolesti a horečky, zřejmě udělala zdravotní sestra mostecké nemocnice. Dítě bylo ve vážném stavu převezeno do pražské nemocnice v Motole.

Velikonoce. Více spojů z Prahy na Moravu

České dráhy a RegioJet během nadcházejícího prodlouženého víkendu výrazně posílí své spoje. Během Velikonoc očekávají až 30procentní nárůst cestujících oproti běžným víkendům. Už teď jsou některé vlaky z Prahy na Moravu vyprodané. Další dopravce, společnost Leo Express, rovněž čeká zvýšený zájem zákazníků, posílení spojů ale neplánuje. ČTK

Neděláme rozdíl

Nabídka platí
27. 3. – 9. 4. 2018.

www.iceland.cz

Iceland
Britský supermarket

Zmrzlina Häagen-Dazs více druhů 500 ml (159,90 Kč)

Krátce

Daňové přiznání

Lidé a firmy zatím odevzdali přes polovinu daňových přiznání za loňský rok. Tedy 1,21 milionu fyzické osoby, 140 tisíc firmy. Zbývá vybrat podle správy 34 procent přiznání u fyzických osob a 48 procent u firem. Přiznání je třeba letos odevzdat do 3. dubna, v případě využití služeb daňového poradce do 2. července. ČTK

Číslo dne

500

Tolik miliard by mohlo do roku 2020 dostat Česko z evropských dotací. Včera to řekla ministryně pro místní rozvoj v demisi Klára Dostálová. Prioritu vidí v tom, aby si jednotlivé země mohly o účelu dotací více rozhodovat samy. Dopad na výši dotací bude mít podle ní brexit. V Česku by se podle ní mohl zvýšit počet regionů, které by na dotace dosáhly, s výjimkou Prahy.

Trest. Advokátka podvedla seniora

Advokátka Michaela Salačová půjde do vězení na 6,5 roku. Trest dostala za to, že připravila umírajícího seniora o majetek v hodnotě desítek milionů korun. Salačová také podle rozsudku nesmí deset let působit v advokacii. Rozhodnutí odvolacího soudu je pravomocné. Na podvodu, za který jí hrozil až desetiletý trest, se Salačová podílela s dalšími lidmi. Její hlavní spolupachatelce, Stěpánce Kunstové, soud již v únoru snížil trest ze šesti na pět let vězení. Zbylé aktéry

potrestal soud loni v lednu podmínkami. Salačová byla před osmi lety správkyní majetku seniora. Tehdy 86letý muž vlastnil hodnotný majetek. Advokátka ho podle obžaloby nechala podepsat právní papíry, pomocí kterých pak majetek převedla na další odsouzenou Kunstovou, od které si podle svých slov nechala předpovídat budoucnost. Poté, co v květnu 2010 muž zemřel, Salačová podle spisu zfalšovala závět, aby na Kunstovou převedla i zbytek jeho majetku. ČTK



Překonal světový rekord v žonglování

Milan Roskopf z Bratislavy včera v Pelhřimově takřka o půl minuty překonal světový rekord v žonglování se třemi bowlingovými kuželkami. Každá z nich vážila asi 1,6 kilogramu. Udržel je ve vzduchu 2 minuty a 57 sekund. Dosavadní rekord v žonglování s 38 centimetrů dlouhými kuželkami držel Američan Brian Pankey časem 2:28 minut. ČTK

LUXUSNÍ OŠETŘENÍ NYNÍ DOSTUPNÉ PRO KAŽDÉHO

- ▶ **NEJKVALITNĚJŠÍ A NEJLEVNĚJŠÍ**
KOSMETICKÉ OŠETŘENÍ V PRAZE
- ▶ **PRACUJEME POUZE S ČESKOU**
LÉKAŘSKOU KOSMETIKOU SYNCARE
- ▶ **JSME JIŽ 15 LET NA TRHU**

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

JEDNO OŠETŘENÍ OBSAHUJE:

1. Odlíčení, úprava obočí
2. Diamantová mikrodermabrazie
(přístroj GentlePeel- hluboké vyčištění pleti)
3. Zklidňující kaolinová maska
4. Dočištění pleti ultrazvukem nebo manuálně
5. Laserová gelová maska
(hydratuje, působí proti vráskám, stahuje póry)
6. Zažehlení séra do pleti pomocí ultrazvuku
(ceramidy, retinol, kyselina hyaluronová)
7. Ozonizér (v případě ošetření akné)
8. Závěrečná masáž

PO OŠETŘENÍ JE PLEŤ NAPROSTO
KLIDNÁ BEZ ZNÁMEK PODRÁŽDĚNÍ

Běžná cena ~~1700Kč~~

NYNÍ JEN
499 Kč

akce trvá do 31. 5. 2018

-30%
AKCE
na permanentní
make-up obočí
nyní jen
1600 Kč

Odstranění bradavic,
výrůstků, stařeckých skvrn
a rozšířených žilek v obličejí
během několika vteřin

1 útvar
300 Kč
každý další útvar
100 Kč

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

KDO ŠETŘÍ, MÁ ZA 3,6

díky stavebnímu spoření

S VÝNOSEM
AŽ **3,6%**
ROČNĚ



WWW.RSTS.CZ

Raiffeisen
STAVEBNÍ SPOŘITELNA

Informace obsažené v tomto materiálu nejsou veřejným příslibem ani závaznou obchodní nabídkou. Změna parametrů a úrokových sazeb vyhrazena, aktuální informace vždy najdete na www.rsts.cz.



Jezdí Velikonoční autobus. I s pomlázkou

V Karlových Varech mají novou atrakci – jezdí tam v rámci městské hromadné dopravy speciální Velikonoční autobus. Kromě toho, že je vůz velikonočně pomalovaný, je uvnitř umístěna 5,5 metru dlouhá ručně vyráběná pomlázka.

2x ČTK

Dost biflování! Česká škola jde finskou cestou

České vysoké školství je zkostnatělé, memorování pouček stále převládá nad praxí. Hodlá to rozbít nový obor na Vysokém učení technickém v Brně. Garanta zbrusu nového a v českých podmínkách unikátního oboru je Robert Zich. Inspiroval se ve Finsku, kde působil 15 let. Svě dítě, které je akreditováno pro následující školní rok, nazval Entrepreneurship and Small Business Development (ESBD), do češtiny jej stručně překládá jako Podnikatelství.

Jak bude studium ESBD probíhat?

Studenti dostanou nutný teoretický základ z ekonomie, managementu, marketingu, účetnictví, daní a práva. Zásadní je ale zkušenost ze simulovaného podnikání na virtuálním trhu. Je to prostředí vyvinuté finským partnerem, ke kterému máme díky dlouholeté spolupráci přístup. Studenti si vyzkouší

vše, co je potřebné pro základní rozjezd firmy, a vyzkouší si to v mezinárodním prostředí při jednání s dalšími studentskými firmami. Nejde tedy o pouhou počítačovou simulaci bez reálného lidského faktoru. Na těchto základech pak budou stavět ve druhém ročníku, kde to vše začne opravdu.

Pokračujte...

Od druháku studenti fungují v týmech, ve kterých mají za úkol založit reálnou firmu a realizovat reálné projekty. Obsahem výuky nejsou primárně klasické přednášky a cvičení, ale společné workshopy, týmové učení, konzultace a podnikatelské projekty. Studenti nečekají, až jim někdo dá příležitost, ale vytváří si vlastní.

Znamená to, že si někde založí firmu a chodí jen na konzultace?

To určitě ne. Ani náhodou.



Robert Zich

ARCHIV

Nejlepší na tom všem je, že na fakultě právě postupně rekonstruujeme prostory, ve kterých studenti budou mít své kanceláře, místnosti pro workshopy, jednání s klienty a pro všechny další aktivity, které s učením souvisí. Třeba i místo, kde si uvaří kávu přesně takovou, na jakou budou mít chuť. Celý program je založen na koučinku a na tom, že studenti si v maximálně možné míře vybírají, které oblasti chtějí rozvíjet nad rámec toho, co je nutné pro chod firmy.

Kde všude se mohou absolventi uplatnit?

Víte, co je mým tajným cílem? Aby absolventi vůbec neřešili, který magisterský program chtějí studovat, ale spíše to, zda vůbec magisterské studium chtějí a potřebují. Pokud budou podnikat nebo se rozhodnou pro práci v nějaké firmě, hned po bakalářském studiu, pak program splní svůj účel. Tento obor, přestože se zaměřuje na podnikání, poskytne vynikající úroveň znalostí a dovedností, uplatnitelných jak ve vlastním podniku, tak v jakékoli jiné firmě.

Dokdy se mohou zájemci o obor přihlásit?

Uzávěrka přihlášek je do 30. dubna. Příjímáčí zkoušky mají podobu skupinového osobního pohovoru. Žádné standardizované testování nebude. Cena za rok studia dělá 39 tisíc korun pro uchazeče z EU. **DAVID HALÁTKA**

Zprávy krátce

O Velikonocích až 15 stupňů

Po slunné neděli se počasí opět kazí. Obloha zůstane po většinu týdne zatažená a přechodně se sněhové vločky objeví i v nížinách. Nejvyšší denní teploty se budou držet kolem 6 až 10 stupňů. O velikonočním prodlouženém víkendem bychom se ale místy mohli dočkat i 15 stupňů Celсия, hlásí meteorologové.

Pervitin. Nejvíce se fetuje v Brně a Č. Budějovicích

Brno se dostalo na čtvrté místo ze šedesáti sledovaných měst ve studii Evropského monitorovacího centra pro drogy a drogovou závislost. Projekt díky testům splaškových vod, do kterých se zbytky drog dostávají přes trávicí soustavu člověka, zjistil, že Brno začíná mít problém – místní berou pervitin. Po Českých Budějovicích nejvíce v Česku. **IDNES.cz**

Spor. Česko vyhostí ruské diplomaty

Česko vyhostí tři členy ruského diplomatického personálu v reakci na otravu bývalého ruského agenta Sergeje Skripala v Británii. Je to výraz solidarity s Británií po útoku, řekl premiér Andrej Babiš. Zároveň uvedl, že Rusko překročilo veškeré meze, když označilo Česko za možnou zemi původu nervového jedu novičok použitého k útoku v Británii. Ministr zahraničí Martin Stropnický uvedl, že se včera setkal s ruským velvyslancem Alexanderem Zmejevským a o vypovězení ho informoval. Tři členové ruského diplomatického personálu a jejich rodinní příslušníci musí opustit Česko do 1. dubna. „Nemůžeme vzhledem k diplomatickým zvyklostem specifikovat zařazení oněch tří diplomatů,“ uvedl Stropnický. ČR však podle něj jednala s rozmyslem, nikoliv nahodile. Babiš novinářům řekl, že Česko je jako součást EU a NATO pevně začleněné do západních struktur. „Když náš spojenec nás ve vážné situaci požádá o pomoc, máme mu vyjít vstříc,“ uvedl. Útok nervovým plynem na území cizího státu podle něj ohrožuje civilní obyvatelstvo a ukazuje na brutálnější způsob špionáže, než je zvykem. „Rusové překročili veškeré hranice, když řekli, že jedovatá látka novičok mohla pocházet od nás. Je to naprostá lež, my to tvrzení zásadně odmítáme od samého začátku,“ dodal Babiš. Za prezidentem Milošem Zemanem kvůli tomu přijeli do lánského zámku ředitel Bezpečnostní informační služby (BIS) Michal Koudel-

ka a ministryně obrany Karla Šlechtová. Bývalý agent ruské vojenské rozvědky a pozdější spolupracovník britské tajné služby Skripal a jeho dcera byli začátkem měsíce v jihoanglickém Salisbury ter-

čem útokem nervově paralytickou látkou označovanou jako novičok. Británie z otravy viní Rusko a vyhostila 23 ruských diplomatů, Kreml obvinění rezolutně odmítá a na rozhodnutí Londýna odpově-

děl recipročními kroky. K vypovězení ruských diplomatů se připojily i další státy EU, mimo jiné Německo, Francie nebo Polsko, a také Spojené státy. Šéfka unijní diplomacie Federica Mogheriniová po-

volala do Bruselu ke konzultacím evropského velvyslance v Rusku. Summit EU se minulý týden také postavil za britské tvrzení, že nejpravděpodobnějším pachatelem útoku v Salisbury je Rusko. **ČTK**

INZERCE

Apple MacBook Pro



Je v tom

Herečka a vítězka Star-Dance Marie Doležalová se na Instagramu pochlubila šťastnou novinkou. Se svým partnerem Markem Zelinkou očekávají prvního potomka. „Prej jestli je možný, že jsem tak tlustá. Nejsem, já jsem jenom spolkla malý zelí. Takzvaný baby zelí,“ řekla s úsměvem. **MAFRA**

**K MacBooku Pro 4 000 Kč poukázka jako dárek
a navíc všechny Macy na splátky bez navýšení.
Už jen do konce března!**

Atrium Flora Praha | Galerie Harfa Praha

iStores



Premium Reseller

Touch Bar je k dispozici na vybraných modelech. TM and © 2018 Apple Inc. Všechna práva vyhrazena. Podrobnosti o akci a příklady splácení najdete na www.istores.cz/macnasplátky.htm

TBC ohrožuje hlavně cizince

V první polovině 20. století u nás plicní onemocnění zabilo více než milion obyvatel.

Česká republika patří v Evropě k zemím s nejnižším výskytem tuberkulózy. Nemoci, na kterou zemřel například básník Jiří Wolker, trpěla jí spisovatelka Božena Němcová a literát Franz Kafka. Ale také herečka Adina Mandlová.

„Novináři milují senzace,“ říká Vítězslav Kolek, předseda České pneumologické a fizeologické společnosti. Když se objeví nový případ nemoci, novinové titulky hlásají, že tuberkulóza roste. Opak je pravdou. Za posledních deset let vedle výskytu TBC výrazně poklesla úmrť na tuto nemoc, o dvě třetiny od roku 2008. Loni u nás zemřelo na tuto nebezpečnou nemoc třiadvacet lidí. Důvodem je podle Kolka systematická práce pneumologů. „Nesmíme ale polevit a musíme se nadále soustředit na problematické skupiny obyvatel, například na lidi přicházející ze zemí, kde je výskyt TBC vysoký,“ upozorňuje lékař.

Je totiž doložitelné, že zatímco mezi českými obyvateli tuberkulóza ustupuje, sta-

tistiky zachycují růst u cizinců. Především u Rumunů a Bulharů. Nejvíce případů bylo zachyceno mezi dělníky montoven v západních Čechách na Plzeňsku a Rokycansku. „Rumunsko patří v Evropě na špici ve výskytu TBC,“ uvádí Jiří Wallenfels, vedoucí Národní jednotky dohledu nad tuberkulózou. Zatímco v Česku připadá na sto tisíc obyvatel čtyři a půl případů TBC, v Rumunsku to bylo 69 výskytů, patnáctkrát více.

Česká republika je ale v EU jediná, kde mají lékaři zákonem přikázáno každého nemocného, a to i jen v případě podezření na TBC, okamžitě izolovat. Léčení v izolaci může trvat až dva měsíce, jeden den pobytu v nemocnici vyjde asi na tisíc korun. „Od zahraničních kolegů slychám, jestli nám nevdají, že povinná izolace porušuje lidská práva,“ tvrdí Martina Vašáková, primářka Pneumologické kliniky Thomayerovy nemocnice Praha. V zahraničí, až na těžké případy, se TBC většinou léčí ambulantně. Podle Vašákové je izolace často přehnaná a zastaralé řešení. „Přimlouvala bych se za změnu legislativy,“ říká Vašáková. „Ministerstvo zdravotnictví se změně zákona nebrání,“ uvedla mluvčí resortu Gabriela Štěpánová. Jde však o to, že ani zdravotníci, ani nikdo z politiků zatím změnu pravidel neiniciovat.

Rekord

471

Poprvé klesl v loňském roce počet zachycených případů tuberkulózy pod pět set. Ještě v roce 2016 zaznamenaly statistiky 517 onemocnění touto chorobou. Jedná se o devítiprocentní pokles.

Tuberkulóza v Česku

Ve čtyřech ze čtrnácti krajů vykázali v roce 2017 lékaři pokles TBC.

- O 40 procent více případů tuberkulózy zachytili lékaři na jižní Moravě. Především kvůli vyhledávání nemocných mezi bezdomovci a při vstupních prohlídkách ve věznicích.
- Povinnost izolovat nemocného s tuberkulózou je obsažena v šesti paragrafech a nařizeních. V roce 2003 zrušil soud původní podmíněně odsouzení pražské lékařky za to, že důsledně nezajistila okamžitou izolaci nemocného. Doktorka se totiž spolehla na slib jeho známého, že nakažené do sousední nemocnice na izolaci sám převezme, což se nestalo.



PAVEL HRABICA

pavel.hrabica@metro.cz

Zprávy krátce



Američan v Praze

Česko chce zlepšit vztahy s USA

Premiér v demisi Andrej Babiš včera přijal na úřadu vlády předsedu americké Sněmovny reprezentantů Paula Ryana. Hovořili spolu o bližší ekonomické, obchodní a vědecké spoluprá-

ci, ale také o oslavách 100. výročí vzniku Československa, ke kterému přispěly i Spojené státy. Ryan do Prahy dorazil o víkendů i s rodinou, jeho návštěva Česka je soukromá. I přesto se setká s několika českými politiky. Schůzku s prezidentem Milošem Ze-

manem předseda Sněmovny reprezentantů v plánu nemá. Ryan je po dlouhé době Američan z vysoké politiky, který Česko navštívil. Naposled u nás byl v roce 2010 tehdejší americký prezident Barack Obama, který s tehdejším ruským prezidentem Dmitrijem Medveděvem podepsal smlouvu o omezení jaderných arzenálů.

Polila je chemikálii

Z ublížení na zdraví obvinili kriminalisté v Plzni 46letou ženu, která v sobotu dopoledne v nočním erotickém klubu polila několik lidí chemikálií. Dva muži a jedna žena utrpěli vážné zranění. V případě odsouzení ženě hrozí až šestileté vězení. Je stíhána na svobodě. **ČTK**



Koncentráky v roce 2018?

Asi čtyři desítky aktivistů s transparenty protestovali před jatkami v Bučovicích na Vyškovsku. Účastníci akce poukazovali především na podmínky, za jakých jsou zvířata převážena a poté zabijena. Aktivisté ukazovali transparenty na jatka projíždějícím vozům, stejně tam kolem jedoucím řidičům na blízké silnici první třídy. Například s nápisy „Koncentráky v roce 2018?“.

ČTK

INZERCE

Rada hlavního města Prahy vyhláší v souladu s § 166 odst. 2 zákona č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů, a v souladu s § 3 vyhlášky č. 54/2005 Sb., o náležitostech konkursního řízení a konkursních komisích (dále jen „vyhláška“), konkursní řízení na funkci ředitele/ředitelky příspěvkové organizace

Gymnázium Čakovice, Praha 9, nám. 25. března 100

Předpoklady pro výkon činnosti ředitele dle zákona č. 563/2004 Sb., o pedagogických pracovnících a o změně některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů (dále jen „zákon o pedagogických pracovnících“):

- » odborná kvalifikace dle zákona o pedagogických pracovnících,
- » příslušná praxe dle zákona o pedagogických pracovnících,
- » plná způsobilost k právním úkonům,
- » bezúhonnost,
- » zdravotní způsobilost,
- » znalost českého jazyka.

Požadavky pro výkon činnosti ředitele:

- » znalost školských právních předpisů a školské problematiky,
- » znalost zákona č. 262/2006 Sb., zákoník práce, ve znění pozdějších předpisů, a dalších pracovně právních předpisů,
- » základní ekonomické znalosti,
- » organizační a řídicí schopnosti.

Obsahové náležitosti přihlášky:

- » jméno, příjmení a titul uchazeče,
- » pozice, na kterou se uchazeč hlásí,
- » datum a podpis uchazeče.

K přihlášce přiložte:

- » ověřené kopie dokladů o dosaženém vzdělání,
- » doklad o průběhu zaměstnání a délce praxe podle § 5 odst. 1 zákona o pedagogických pracovnících,
- » strukturovaný životopis,
- » koncepci dalšího rozvoje školy (rozsahu max. 5 stran strojopisu), včetně souhlasu se zveřejněním předložené koncepce,
- » výpis z evidence Rejstříku trestů (ne starší 3 měsíců),
- » čestné prohlášení ve smyslu § 4 odst. 3 zákona č. 451/1991 Sb., kterým se stanoví některé další předpoklady pro výkon některých funkcí ve státních orgánech a organizacích České a Slovenské Federativní Republiky, České republiky a Slovenské republiky (příslušný formulář lze najít na stránkách <http://skoly.praha.eu/Pro-verejnost/konkursy>),
- » lékařské potvrzení o zdravotní způsobilosti k výkonu funkce ředitele/ředitelky (ne starší než 2 měsíce).

Vyhlašovatel si vyhrazuje právo zrušit toto konkursní řízení kdykoliv v jeho průběhu bez udání důvodu.

Přihlášky s uvedenými doklady včetně příloh v uzavřené obálce s přesným označením „KONKURS - GYMNAZIUM ČAKOVICE, PRAHA 9, NÁM. 25. BŘEZNA 100“ a „NEOTVÍRAT“ musí být doručeny do 10. 4. 2018 do 18 hodin do podatelny: Magistrát hlavního města Prahy, Odbor školství a mládeže, Jungmannova 35/29, 111 21 PRAHA 1.

Koukněte se jim na zoubek



Elegantní elektrický kartáček

Panasonic

Panasonic EW1031S845
2 hlavice v balení
Sonický vibrační systém
Časovač, indikátor nabíjení
Výdrž až 30 min na jedno nabití



Čistěte zuby stylově

SENCOR

SENCOR SOC 3311BK
Sonický vibrační systém
5 přednastavených programů
Rychlost stěrů je až 48 000 za minutu
Chytrý časovač, UV sterilizátor



Hlubkové čištění pro zdravější dásně

**PHILIPS
sonicare**

**Philips Sonicare FlexCare Black
HX6971/59**
Bělejší zuby až o 2 odstíny během 2 týdnů
Odstraňuje až 7x více plaku než manuální kartáček
Špičková kartáčková hlavice DiamondClean
Výdrž baterie na 1 nabití až 2 týdny



Sonický kartáček pro začátečníky

**PHILIPS
sonicare**

**Philips Sonicare for Teens Mint
HX6212/90**
Šetrná a efektivní sonická technologie
Usnadňuje čištění s rovnátky
Důkladné čištění i mezi zuby
Jednoduché ovládání jedním tlačítkem



Profík na čištění

Oral-B

Oral-B PRO 600 Cross Action
Chytrý elektrický zubní kartáček
Koncovka Cross Action pro každodenní užití
3D systém čištění, profesionální časovač
Propojení s aplikací, dlouhá výdrž



Zuby jako v bavlnce

Oral-B

Oral-B PRO500 Sensitive
3D čistící pohyb
Koncovka Sensitive pro citlivé zuby
Protiskluzová rukojeť, časovač
Dobíjecí stojánek, dlouhá výdrž



Nejrychlejší doručení na  **alza.cz**

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

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 27. 3. 2018 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na www.alza.cz/reklama. Aktuální ceny najdete vždy na www.alza.cz. Dárky jsou dodávány pouze do vyčerpání zásob.

Březina: Rád bych bruslil ještě minimálně jeden rok

Na podobné vystoupení, které předvedl na právě skončeném mistrovství světa v Miláně, čekal krasobruslař Michal Březina několik sezon. Až na drobné zaváhání předvedl bezchybnou jízdu, vybojoval desáté místo a příští rok může Česko vyslat do soutěže hned dva muže. „Naposledy jsem vlastně zajel přes 160 bodů v Moskvě 2015,“ říká v rozhovoru pro deník Metro.

Jak jste prožíval svou volnou jízdu, až na posledních dvojeného salchowa, bezchybnou?

U předposledního skoku jsem si uvědomil, že zatím jedu úplně čistě. Měl jsem husí kůži a skoro se mi zamotala hlava. Teprve v ten moment jsem se probudil z toho komatu, protože celou jízdu předtím jsem nepřemýšlel a jel jsem tak, že mě vtáhlo publikum i hudba. Jelo se mi strašně dobře. Jen ten poslední skok jsem se nechal trochu strhnout atmosférou.

Takže se podařilo jet „prvek za prvkem“, jak jste si už déle přál?

Jel jsem v podstatě automaticky, tak jako jsem jezdil dřív a tak jak jsme to trénovali od Grand Prix v Japonsku, kdy jsme začali projíždět dva program denně, někdy i tři. Už předtím na mistrovství Evropy i olympiádě se mi jela volná dobře, ale teď v Miláně to bylo o sto procent lepší.

Co vám prolétlo hlavou, když jste dojel?

Konečně jsem měl pocit, že si řeknete, že to bylo tak, jak jsem chtěl. Euforie, jakou jsem nepoznal taky několik let.

Spousta bruslařů tady na



Michal Březina při své volné jízdě na mistrovství světa v Miláně, kde obsadil 10. místo. AP

konci sezony mlela z posledního, vy jste naopak předvedl to nejlepší na samém konci zimy. I takové zjištění je pozitivem do budoucna?

Jo, ta sezona skončila dobře. A co mě hlavně těší, že máme díky první desítce dvě místa pro Česko na příští rok. To je super. Tak ať se i ten druhý Čech na trénincích pořádně snaží a z letošního mistrovství se namotivuje.

Je to dva roky, co jste přešel do tréninkové skupiny Rafaela Arutuňjana do Spojených států, jak k tomu tehdy došlo?

Jsem rád, že jsem tu změnu udělal. Bylo to i díky panu Stanislavu Žídkovi z Ostravy, který Rafaela pozval do Česka na semináře a Rafael sám řekl, že by chtěl, abych za ním přijel. Nebylo to tedy jen tak, že já se rozhodl jet tam, byla to i jeho iniciativa. O to je to hezčí, že řekl: Hele, ty jsi byl dob-

rej a já prostě chci, abys byl zase.

Trenér byl se sezonou také spokojený?

Je to obrovské zadostiučinění i pro něj. Sám mi řekl, že konečně vidí, že to, co jsme před dvěma lety začali dělat, je konečně vidět. A že se plní to, co mi tehdy sám řekl, že se mnou dokáže: Dostane mě tam, kde jsem už byl a pak začal padat. Ve druhé polovině této sezony se to povedlo a tato volná jízda to stvrdila.

V čem je ta největší změna?

Technika, kterou s námi Rafael dělá. Možná to pro laika není vidět, ale ty skoky v podstatě mají všechny stejný nájezd. Já dřív dělal každý skok jinak. To trénujeme tak, že z jednoho nájezdu jsem dnes schopný skočit všechny skoky – z toho těží i Nathan (Chan, mistr světa, poznámka redakce). My všichni jeho svěřen-

ci děláme i různá cvičení. O tom, že je to úspěšné hovoří i to, že tu Rafael měl nejvíce lidí jako trenér, pět sólistů a z toho čtyři ve finále. Jako trenér si může říct, že tu byl nejlepší.

Padla řeč i na nového mistra světa, se kterým trénujete, Nathana Chana, který ve své volné jízdě předvedl šest čtverných skoků. Čekal jste to?

Čekal. Byl prostě výborný! Já Nathana takhle vidím trénovat každý den, pro mě to nebylo překvapení. Před každým jeho čtverákem jsem věděl, že to skočí, protože byl uvolněný, úplně v pohodě. Hned po jeho úvodním čtverném lutzu mi bylo jasné, že zajede skvěle. On těží právě z té zmíněné techniky skoků, Rafael vede Nathana od jeho deseti let. Měl šest let na to, aby ho špičkově připravil – a je to znát. Se mnou je zatím jen dva roky.

Budete ještě pokračovat v závodní kariéře?

Já bych chtěl jezdit ještě rok, trenér chce ještě dva. Promluví si s ním, ale určitě ještě rok jezdit budu. Chtěl bych hlavně počkat, až se někdo další z Čechů trochu protlačí dopředu. Aby to nebylo jako po odchodu Petra Barny, kdy jsme čekali deset let na Tomáše Vernera. Je hezké, že příští rok můžeme jet na svět dva.

Soutěž mužů byla plná různých čtverných skoků, vy jste kromě salchowa kdysi zkoušel i toeloopa. Budete ho ještě trénovat?

Rafael mi řekl, že chce, abych ho zase začal zkoušet, tak se už nemůžu dočkat letní přípravy. (smích) Ale myslím, že s tím, jak trénujeme, tak to nebude problém. Když mi Rafael řekne, že to půjde, tak po dnešku už věřím, že opravdu půjde.

Loni v létě jste se oženil, co říká vaše žena na pokračování kariéry, což znamená i hodně cestování?

Úplně nadšená z toho není, ale myslím, že po mistrovství světa si asi sama možná řekne, že to asi ještě má cenu.

Co vás teď čeká?

Odpocínek. Teď ale s manželkou zůstáváme týden v Itálii, já třeba nikdy nebyl v Římě a Benátkách, ona taky ne, trochu to vlakem projedeme. Potom ještě jedeme na čtyři dny do Karlových Varů, což jsem dostal jako dárek od olympijského týmu. Tam si dám leháro a totálně si vyčistím hlavu.



IVETA BENÁKOVÁ
iveta.benakova@metro.cz

Kouč oživovatel. „Michalův propad se zastavil“

Arménský trenér Rafael Arutuňjan dříve působil v Moskvě, teď už více jak 15 let je v Americe. Pro výkon Michala Březiny měl jen slova uznání. „Hodně maká, sice méně, než bych já chtěl, ale je to pro něj těžké. Chci po něm jiné věci, než na které byl zvyklý,“ hodnotí.

Proč jste se rozhodl jej trénovat?

Víte, přezdívá se mi „kouč

oživovatel“. (smích) Michal padal ve výsledcích dolů a dolů a já chtěl tento propad zastavit. Bylo to hodně těžké, ale dal jsem mu to nejlepší ze sebe a chtěl nastartovat jeho návrat.

Vidíte u něj tedy potenciál k dalšímu zlepšování?

Ano, ten tam ale byl vždycky. Jediný problém je teď jeho věk. Má kolem sebe ale tým profesionálů a v týmu

skvělé bruslaře, které ho motivují ke zlepšování.

Jaké s ním máte plány?

Doporučím mu, aby bruslil ještě dvě sezony. Dva roky teď trvala práce na tom, aby se ve výsledcích dostal zpět, kam patří, a za další dva roky by se mohl posunout. Už se nenaucí několik různých čtveráků, ale například medaile z ME je v příštích sezonách pro něj reálný cíl. **BE**



Trenér Arutuňjan s mistrem světa Chanem

Kdo vlastní vodu?

Slyšeli jste plamenné řeči o prodeji vodárenské infrastruktury?

To, co je plamenné, ale není vždycky pravdivé.

A tak je tomu i v tomto případě.

Kdo tedy vlastní českou vodu?

Česká města a obce!

Ano, česká města a obce vlastní na většině území ČR veškeré vodovodní a kanalizační potrubí, úpravy i čistírny vody. Před revolucí byla vodárenská infrastruktura majetkem státu, později byla převedena na města a obce, a tak tomu ve většině případů také zůstalo. „Dnes je více než 90 procent vodárenského majetku určeného pro zásobování obyvatel České republiky v rukou měst a obcí,“ uvádí k tématu předseda představenstva SOVAK ČR František Barák. Počet vlastníků je poměrně vyso ký. Aktuálně u nás působí 6668 vlastníků vodohospodářské infrastruktury.

MĚSTA ROZHODUJÍ

Vlastníkem infrastruktury jsou tedy česká města a obce a ty také o majetku rozhodují. Každoročně schvalují cenu vody, jsou zodpovědné za výběr provozní společnosti, rekonstruují a budují nové vodovodní potrubí a kanalizaci v souladu s plány rozvoje.

JAK PROVOZOVAT?

Vlastnit majetek nestačí! Musíte mít někoho, kdo jej



90%
vodárenského majetku vlastní města a obce.

Jak je to v Praze?

Vodárenský majetek vlastní město Praha a spravuje jej městská PVS.

bude profesionálně obsluhovat. Jinými slovy provozovatelem je ten, kdo zajistí, aby nám z kohoutku vytekla kvalitní voda splňující předepsané limity, řeší opravy vodovodního i kanalizačního potrubí, postará se o čištění odpadní vody, komunikuje se zákazníky, řeší fakturaci, zajistí veškerou legislativní evidenci a mnoho dalšího. Provozovatelem může být buď soukromý subjekt, který

nabídne v rámci výběrového řízení nejlepší cenu, nebo se vlastník rozhodne pro samoprovazování a vodárenský majetek bude provozovat prostřednictvím vlastní společnosti.

INVESTICE FINANCUJÍ MĚSTA Z VODNÉHO A STOČNÉHO

Všichni víme, že vodné a stočné vybírá provozovatel. Co se ale ví o poznání méně, je fakt, že velká část těchto peněz skončí u vlastníka infrastruktury. Správně hospodařící města a obce z těchto peněz financují obnovu vodovodů, kanalizace i dalších zařízení.

V praxi je to tak, že vlastníci vodárenské infrastruktury, te-

dy město, schvaluje cenu vody. Při určení její výše hraje významnou roli finanční částka, kterou město potřebuje na rekonstrukci a výstavbu nového potrubí. Podle výše potřebných investic je pak určena cena vody, kterou zákazníci zaplatí.

Pokud se město rozhodne neobnovovat či nestavět, může být cena vody poměrně nízká. A naopak pokud město chce obnovovat a budovat nové vodovody, modernizovat čistírnu atd., může být cena vody navýšena. Vodné a stočné vybírá od zákazníků provozovatel a její velkou část převádí na města a obce, vlastníky infrastruktury, v podobě nájmů.

KOLIK PROSTŘEDKŮ SMĚRUJE DO OBNOVY?

„Z vybraného vodného a stočného se 38 procent vrací zpátky na obnovu a rozvoj vodárenského majetku. V roce 2016 to představovalo 13,7 miliardy korun,“ uvádí Oldřich Vlasák, ředitel SOVAK ČR. Objem těchto prostředků se u odpovědných vlastníků veřejných vodovodů a kanalizací každoročně zvyšuje. Výjimkou jsou podle aktuálních informací Ministerstva zemědělství jen některé malé lokality s nízkou cenou vody. V těchto případech se netvoří dostatečné rezervy na obnovu majetku či dochází k dotacím z obecních rozpočtů.

Zdroj: ročenka MZe VaK 2016, SOVAK ČR

Kolik stojí voda?

Dle údajů Sdružení oborů vodovodů a kanalizací (SOVAK ČR) bude letos průměrná výše plateb za vodné a stočné na úrovni 86 až 88 Kč/m³.

Meziroční průměrný **nárůst je letos nižší než předpokládaná inflace.**

Jak se změnila cena vody napříč republikou? Stejnou cenu jako loni zaplatí například obyvatelé Brna, Kladna, Olomouce či Plzně. Jen k nepatrnému navýšení došlo

na Táborsku či v Libereckém a Ústeckém kraji. Řada vlastníků vodohospodářské infrastruktury odsouhlasila navýšení cen o inflaci, případně vyšší nárůsty byly v některých

případech vyvolány čerpáním evropských dotací. Příjemce dotace se totiž zavazuje k udržitelnosti realizovaných projektů a navýšení cen vody dle finančního modelu.

Kolik tedy ročně zaplatíme za vodu? V průměru 2023 Kč/osobu. Na vodné a stočné směřuje 1,24 procenta z celkových čistých příjmů domácnosti. Ve srovnání s ostatními síťovými službami podléhajícími regulaci jsou to výrazně nižší částky. Konkrétně se jedná o třetinu ročních výdajů za elektrickou energii a zhruba polovinu výdajů za dodávky plynu, teplo či mobilní telefon.

8,8

haléře za litr

zaplatíme za vodné a stočné v roce 2018.

NIŽŠÍ DPH?

Zveřejněné programové prohlášení vlády ČR obsahuje návrh přesunout vodné a stočné z 15 procent na 10procentní sazbu DPH. „Sovak ČR tento krok vítá. Pokud by došlo ke snížení DPH na 10 procent, pak by to znamenalo snížení plateb za vodné a stočné o té-

měř 4 Kč/m³ a to tuto částku lze prakticky ze dne na den snížit výší plateb pro koncového zákazníka. Snížení DPH u vodného a stočného jsme navrhovali přede dvěma lety, bohužel naše volání zůstalo dosud nevyслуšené,“ uvedl k vládnímu návrhu Oldřich Vlasák, ředitel SOVAK ČR. Pokud by ke snížení DPH došlo ještě letos, znamenalo by to pokles průměrné ceny vody na úroveň 82 až 84 korun za kubik, tedy 1000 litrů vody.

Zdroj: SOVAK ČR, ČSÚ

FAKTA O VODĚ
Více informací, aktualit, rozhovorů a názorů odborníků naleznete na www.Faktaovode.cz

Pornoherečka mluvila o Trumpovi i výhrůžce

Žena tvrdí, že měla milostný vztah s budoucím prezidentem.

Stephanie Cliffordová, bývalá pornoherečka, v nedělním televizním rozhovoru se stanicí CBS prohlásila, že měla v červenci 2006 sexuální vztah s nynějším americkým prezidentem Donaldem Trumpem a že čelila vyhrožování, když aféru chtěla prozradit.

Žena známá v branži jako Stormy Daniels popsala i podrobnosti setkání s Trumpem, který byl již tehdy ženatý se současnou první dámou a který popírá, že by s Cliffordovou měl sex.

Herečka a režisérka pornografických filmů poprvé veřejně hovořila o celé záležitosti od doby, kdy o aféře



Stephanie Cliffordová s moderátorem televize CBS

v lednu informoval list The Wall Street Journal. Deník rovněž odhalil, že jeden z nejvěrnějších prezidentových stoupců Michael Cohen pár dnů před prezidentskými volbami v roce 2016 zaplatil herečce 130 tisíc dolarů (asi 2,7 milionu Kč), aby si koupil její mlčení.

V CBS Cliffordová řekla, že měla sex s newyorským realitním magnátem během golfového turnaje v červenci 2006 v Lake Tahoe. S Trumpem zůstali v kontaktu jeden rok, a to podle ní hlavně proto, že ji Trump před sexuálním stykem vábil na vystoupení v televizním pořadu o celebri-

tách, ale tento slib zůstal nesplněný. Žena, která začínala kariéru jako striptérka, ujistila, že po setkání v Lake Tahoe neměla s Trumpem další sexuální vztah.

Pornoherečka rovněž uvedla, že ji v roce 2011 kontaktoval časopis In Touch, který se čtyři roky po jejím posledním kontaktu s Trumpem pokoušel objasnit povahu jejich vztahu. Souhlasila s tím, že odhalí tento příběh za 15 tisíc dolarů. Časopis ale článek nezveřejnil, neboť advokát Cohen vyhrožoval žalobou.

Cliffordová tvrdila, že později ji oslovil neznámý člověk na parkovišti, kde byla se svou dvouletou dcerou. „Nechtě Trumpa na pokoji. Zapomeňte na to, co se stalo,“ nabídal ji cizinec a s pohledem na její dceru dodal, že „je to hezká holčička, a byla by škoda, kdyby se něco stalo její mámě“. Pak odešel. Policii ale nekontaktovala. **ČTK, MET**

Slovensko. Jedná se o důvěře vlády

Slovenský parlament včera druhým dnem pokračoval v jednání o návrhu na vyslovení důvěry nové vládě premiéra Petera Pellegriniho. V rozpravě do včerejšího dopoledne vystoupila jen menší část ze čtyř desítek dosud přihlášených poslanců. „Naše společnost je vinou této vládní koalice rozdělena. Vláda Petera Pellegriniho si důvěru (parlamentu) nezaslouží,“ řekla šéfka opozičního protikorupčního hnutí Obyčejní lidé a nezávislé osobnosti Veronika Remišová, která připomenula různá podezření z netransparentního nakládání s penězi ze státního rozpočtu či evropských fondů v období vládnutí současné koalice.

Opoziční poslanci ve sněmovně kritizovali, že Pellegriniho kabinet prakticky zkopíroval programové prohlášení předchozí vlády i s již neaktuálními přísliby. Pellegrini převzetí programu zdůvodnil tím, že ve vládnutí pokračuje dosavadní koalice, která chce pokračovat v plnění plánů Ficova kabinetu. **ČTK**

INZERCE

KAŽDÉ ÚTERÝ

149 Kč

ZA 12 KOUSKŮ KUŘETE
6 x STRIPS, 4 x HOT WINGS, 2 x PORCE KUŘETE

Nabídka platí každé úterý od 27. 2. do vyprodání zásob.

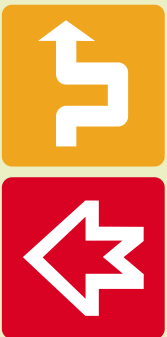
VŽDY NĚCO NAVÍC
více výhod

Se Zákaznickou kartou Pražské plynárenské na termální ostrov Ischia

Vyhrajte letecký zájezd na termální ostrov Ischia pro dvě osoby s polopenzí od CK FEDE a další zajímavé ceny včetně poukazu v hodnotě 5 000 Kč na nákup zájezdu od CK FEDE

Více na www.ppas.cz/soutez

www.fede.cz www.ppas.cz



Pražského povstání – Kačerov



Dejvická

Od pátku 30. 3. 2018 [zahájení provozu] do pondělí 2. 4. 2018 [ukončení provozu]

Obousměrné přerušení provozu metra na lince C mezi stanicemi Pražského povstání – Kačerov

Náhradní autobusová doprava:

dení provoz



PRAŽSKÉHO POVSTÁNÍ – Pankrác – Budějovická – KAČEROV

Zastávky:

směr Kačerov

Pražského povstání – nástupní – v ul. Děkanská vinice I, v zast. BUS linky 134, směr Podolská vodárna Pankrác – v ul. Na Pankráci, v zastávce BUS linky 905 Budějovická – v ul. Budějovická, 20 m před křižovatkou s ul. Pacovská
Kačerov – výstupní – v autobusovém obrátišti

směr Pražského povstání

Kačerov – nástupní – v autobusovém obrátišti, v zastávce BUS nejbližze výstupu z metra

Budějovická – v ul. Budějovická, v zastávce BUS linky 905 Pankrác – v ul. Na Pankráci, v zastávce BUS linky 905 **Pražského povstání – výstupní** – v ul. Děkanská vinice I, v zastávce BUS linky 134, směr Zelený pruh

Posílené autobusové linky:

135 196

Bezbariérové cestování:

Z důvodu chybějícího bezbariérového výstupu ze stanic Kačerov a Pražského povstání doporučujeme využít autobusovou linku 135.

Všechny spoje posílených autobusových linek jsou zajištěny nízkopodlažními vozy.

Změny v autobusových zastávkách:

134

Pražského povstání – směr Zelený pruh přemístěna o cca 25 m vpřed – směr Podolská vodárna přemístěna o cca 20 m zpět

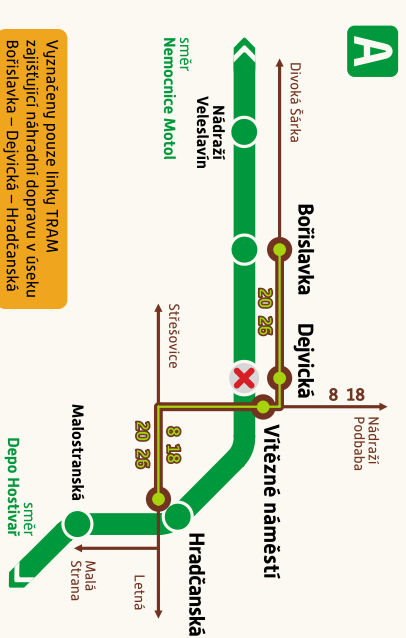
138 189 215 **Kačerov** – směr Nemocnice Krč přemístěna vpřed do zastávky linky 106



Uzavření stanice metra Dejvická na lince A

Náhradní tramvajová doprava:

Náhradní doprava je zajištěna pravidelnými tramvajovými linkami od stanic metra Hradčanská a Bořislavka.



Vyznačeny pouze linky TRAM zajišťující náhradní dopravu v úseku Bořislavka – Dejvická – Hradčanská

Omlouváme se za případné nepříjemnosti a děkujeme Vám za pochopení.

296 19 18 17

www.dpp.cz



POZNEJTE S NÁMI BOHATOU HISTORIÍ MĚSTSKÉ HROMADNÉ DOPRAVY

Navštivte Muzeum městské hromadné dopravy s unikátní sbírkou více než padesáti historických tramvají, dalších dobových vozů, modelů, listin a plánů používaných v městské hromadné dopravě. Nezapomeňte projet Prahu v historické tramvaji na speciální lince č. 41, která odjíždí na okružní jízdu od Muzea v sobotu, neděli a svátky v každou celou hodinu od 12.00 do 17.00 hodin.

Otevírací doba	Duben až Listopad	Vstupné	
Sobota, neděle		Základní	50 CZK
a st. svátky	09.00 – 17.00	Zvýhodněné	30 CZK

Kontakt

Muzeum městské hromadné dopravy –
Vozovna Střešovice

Patočkova 4, 160 00 Praha 6

Phone +420 296 128 900 • +420 296 128 923

Spojení

Stanice: Vozovna Střešovice

Metro: Linka A Hradčanská
a dále tramvají č. 2 a 25

Tramvaj: č. 1 a 2



www.dpp.cz/muzeum-mhd



Dopravní podnik
hlavního města Prahy

Politik chválil četníkovu smrt

Poussierovi hrozí za vyjádření na Twitteru až sedm let vězení.

Někdejší kandidát krajní levice do francouzského parlamentu skončil v policejní cele poté, co na Twitteru vyjádřil potěšení nad zabitím četníka při teroristickém útoku. Za vychvalování terorismu může hrozit až sedm let vězení a pokuta ve výši až 100 tisíc eur (asi 2,5 milionu korun).

„Stéphane Poussier je ve vazbě od neděle 11.30, protože v sobotních vyjádřeních na Twitteru schvaloval teroristické útoky,“ potvrdil prokurátor David Pamart.

Poussier loni kandidoval

do parlamentu za krajně levicové uskupení Nepodrobená Francie, které vytvořil neúspěšný prezidentský kandidát Jean-Luc Mélenchon. V sobotu po zprávě o úmrtí četníka, kterého smrtelně zranil islamista poté, co se četník Arnaud Beltrame nechal vyměnit za jednu z rukojmích v supermarketu ve městě Trébes na jihozápadě Francie, politik napsal, že každé škobrtnutí četníků spojuje se zabitím svého kamaráda, ekologického aktivisty Rémiho Fraisse granátem, který hodil četník před demonstraci proti stavbě přehrady v říjnu 2014. A že četníková smrt znamená, že prezident Emmanuel Macron má o jednoho voliče méně.

Poussierovo vyjádření vyvolalo pobouření, politikův účet na Twitteru byl vymazán, poznamenala na svém

webu stanice BBC s připomínkou, že se Bertrame stal národním hrdinou.

Nepodrobená Francie vyloučila Poussiera ze svých rad a jeho vyjádření označila za ostudná a ubohá. Ke kritice se na Twitteru připojil i sám Mélenchon, aby odsoudil odporné poznámky na adresu četníka, který obětoval vlastní život ve službě občanům.

Zdroj blízký vyšetřování uvedl, že úřady prodloužily vazbu partnerce a přáteli pachatele pátečního teroristického útoku. Útočník marockého původu Radouane Lakdim, který se hlásil k extremistickému Islámskému státu, byl usmrčen při zásahu policie. Stejně jako on byla i jeho 18letá družka registrována francouzskou policií na seznamu radikálů a sledovala ji rozvědka. **ČTK, MET**



Egyptané volí prezidenta

Za přísných bezpečnostních opatření začalo včera v Egyptě první kolo prezidentských voleb, ve kterých podle analytiků s přehledem obhájí mandát stávající prezident Abdal Fattáh Sísí. Soupeřem mu totiž je pouze málo známý spřízněný politik Músa Mustafa Músa, který kandidaturu oznámil na poslední chvíli. **2x AP**



Zprávy krátce

Rakety na Rijád

Sedm raket, které v noci na včerejšek odpálili šíitští povstalci z Jemenu, zabilo jednoho egyptského občana a další dva jeho krajany žijící v hlavním městě Saúdské Arábie zranilo. Oznámila to vojenská koalice vedená Saúdskou Arábií, která před

třemi lety zahájila intervenci v Jemenu. Podle mluvčího koalice na Rijád mířily tři ze sedmi střel a jedna z nich zničila dům, ve kterém civilisté z Egypta žili. Je to poprvé, co koalice ohlásila odpálení tolika balistických střel během jediného dne. Útok přišel právě na třetí výročí intervence.

Irácký film

Irácká kinematografie začíná comeback, do bagdátských kin se tento měsíc poprvé za více než pětadvacet let dostal film irácké produkce. Snímek irácko-nizozemského režiséra Muhammada Darádžího byl volně inspirován skutečným příběhem. **ČTK**

Zbraně. Dluh firmy

Nejstarší americký výrobce pušek a pistolí Remington Outdoor požádal soud o bankrotovou ochranu před věřiteli, aby mohl uskutečnit dohodu o snížení dluhů.

Finanční ředitel podniku Stephen Jackson uvedl, že firma se potýká s výrazným po-

klesem tržeb a má potíže s plněním požadavků věřitelů.

Investoři a podniky v současné době přehodnocují vztahy s výrobcí střelných zbraní. Maloobchodní společnosti se rozhodly zvýšit minimální věk pro prodej střelných zbraní. **ČTK**



Oběťmi požáru jsou i děti

Počet obětí nedělního tragického požáru v sibiřském městě Kemerovo se zvýšil na 64. Mezi oběťmi je velké množství dětí, jejich počet ale policie odmítá upřesnit. Příčiny požáru v obchodním a zábavním centru Zimňaja višňa zatím nejsou jasné. Včera se oheň v poničeném objektu znovu rozhořel, z budovy stoupal černý dým a plameny likvidovali hasiči. U místa neštěstí se včera sešlo mnoho lidí, kteří tam přinášeli květiny. **AP**

INZERCE

Žhavé velikonoční dárky

Vibrační vajíčko na dálkové ovládání
Cry Baby

999 Kč
1699 Kč
-42%



e-shop
www.sexshopik.cz



Prodejna Bystrá 761/10, P9 - kousek od ČM
Po - Pá: 9 - 18 h; skladem přes 12 000 ks

sexshopik.cz
více než kapka potěšení



100%
diskrétnost
doručení po Praze
do 3-5 hod.

Sudoku

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

Napište svou bublinu



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



Počasí

<p>DNES</p> <p>Min. 5 Max. 9</p>	<p>ZÍTRA</p> <p>Min. 7 Max. 11</p>	<p>ČTVRTEK</p> <p>Min. 5 Max. 9</p>	<p>PÁTEK</p> <p>Min. 6 Max. 10</p>
---	---	--	---

Stupeň zátěže pro dnešek: bio 2
Střední zátěž. Rizikové skupiny by se měly vyvarovat zvýšené fyzické a psychické zátěže a věnovat pozornost svému zdravotnímu stavu.
Teplotní rekord: 20,8 °C
Rok výskytu: 2006

Kvíz

- Metoda pro stanovení data Velikonoce byla stanovena na prvním nikajském koncilu roku:
a) 325
b) 825
c) 1325
- Virolog Jonas Salk poskytl svůj objev k volnému šíření. Šlo o vakcínu proti:
a) neštovicím
b) záškrtu
c) dětské obrně
- Nejpoetičtějším ze všech hudebníků nazval Ferenc Liszt rakouského skladatele:
a) W. A. Mozarta
b) G. Mahlera
c) F. Schuberta
- Přírodovědec, ale také katolický kněz Prokop Diviš vynalezl bleskosvod. Narodil se roku:
a) 1698
b) 1798
c) 1898
- Velikonoční svátky trvají od neděle Zmrtvýchvstání až do letnic, tedy celkem:
a) 30 dní
b) 40 dní
c) 50 dní

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

ČT1

- 12:30 Sama doma
- 14:00 Pohár za první poločas
- 15:05 Doktor Martin
- 15:50 V nemoci i ve zdraví
- 16:45 Vražda, napsala
- 17:15 AZ-kvíz
- 17:40 Černé ovce
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 Kde domov můj?
- 18:55 Události za okamžik
- 19:00 Události
- 19:50 Branky, body, vteřiny



20:00 Vyprávěj
 Seriál (ČR, 2009-2013). První fáze podnikání. Oblíbený seriál o tom, že v každé době toužíme po štěstí. Hrají: R. Vojtek, A. Kerestešová, V. Freimanová a další. Režie B. Arichtev

- 20:55 Pásky z Nagana
- 22:09 Výsledky losování šťastných 10 a EuroMilliony
- 22:10 Zabil jsem Einsteina, pánové
- 23:50 Taggart
- 01:00 AZ-kvíz
- 01:25 Objektív
- 01:55 Na stopě
- 02:20 Dobré ráno
- 04:50 Kočka není pes
- 05:20 Postřehy odjinud

ČT2

- 12:10 Trabantem
- 12:40 Jižní Amerikou (4/12)
- 13:10 Stopy, fakta, tajemství
- 13:10 Naše tradice
- 13:35 Poslové z Čech
- 14:35 S kuchařem kolem světa
- 15:30 Pouť na konec světa
- 16:30 Proces H – den sedmý
- 17:20 Rudí prezidenti (4/5)
- 18:15 Na vlastní nohy (8/8)
- 18:45 Večerníček
- 18:50 Uchem jehly
- 19:20 Zeměpis světa: Vulkány
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



20:00 Hitlerovy prohrané bitvy (1/2)
 Nejvyšší velitel německé armády nebyl dobrým vojévůdcem a už vůbec se mu nedařilo improvizovat

- 21:00 Z lásky nenávist 2 – Domácí násilí na mužích
- 21:55 Dům z karet IV (8/13)
- 22:40 Letecké katastrofy: Prudký náhon
- 23:25 Život na hromadě plastů
- 00:50 Černé zrcadlo II (3/3)
- 01:35 Edith Piaf zblízka
- 02:45 To jsem blázen...
- 03:10 Abeceda
- 03:25 komunistických zločinů
- 03:25 Tajemství železníc
- 03:15 Folklorika
- 04:20 Kdo uteče, ten je chlap
- 04:35 Modlitba místo karate
- 04:55 Sabotáž

NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:30 Krok za krokem V (24)
- 12:55 Ordinace v růžové zahradě 2 (173)
- 14:05 Odložené případy II (7)
- 15:00 Odložené případy II (8)
- 15:55 Námořní vyšetřovací služba VII (4)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Co na to Češi
- 18:25 Ulice (3432)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



20:20 Ordinace v růžové zahradě 2 (803)
 Nejvyšší velitel německé armády nebyl dobrým vojévůdcem a už vůbec se mu nedařilo improvizovat

- 21:35 Víkend
- 22:30 Smrtosná zbraň (5)
- 23:25 Beze stopy (23)
- 00:15 Odložené případy II (7)
- 01:05 Odložené případy II (8)
- 01:45 Námořní vyšetřovací služba VII (4)
- 02:25 Krok za krokem V (24)
- 03:15 Co na to Češi
- 03:55 Ordinace v růžové zahradě 2 (173)
- 04:55 Novashopping

PRIMA

- 12:20 Polední zprávy
- 12:25 Doktor z hor:
- Dva příběhy VII (4)
- Nové příběhy VII (4)
- 13:25 Komisař Rex IV (3)
- Vražedný plán
- 14:25 Komisař Rex IV (4)
- Moserova smrt
- 16:35 Odpolední zprávy
- 16:50 Policie v akci
- 17:50 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krími zprávy
- 19:40 Divožky
- 19:55 TOP STAR



20:15 Ohnivý kuře II (89)
 Seriál (ČR, 2017). Mikeovi se stýská po Kláře a chtěl by za ni odletět do Kanady. Jenže to by znamenalo najít za sebe plnohodnotný zázkok. Hrají: J. Prachař, J. Dolanský, L. Polišenská, N. Lichý, M. Suchánek, L. Rybová, S. Rašilov a další. Režie L. Kodad

- 21:35 Policajti z centra (2)
- Krimiseriál (ČR/SR, 2012)
- 22:50 TOP STAR magazin
- 23:50 Policie v akci
- 00:45 Komisař Rex IV (3)
- Krimiseriál (N/Rak., 1997)
- 01:50 Komisař Rex IV (4)
- Krimiseriál (N/Rak., 1997)
- 03:55 Doktor z hor: Nové příběhy VII (4)
- Seriál (N, 2014)

PRIMA COOL

- 12:20 Futurama IV (9)
- 12:50 Simpsonovi XIII (8, 9)
- 13:40 COOLfeed
- 13:50 Simpsonovi XIII (10)
- 14:20 Simpsonovi XIII (11)
- 14:50 Teorie velkého třesku X (2, 3)
- 15:40 Futurama IV (10)
- 16:05 Americký chopper V (11)
- 17:05 Top Gear 2011
- 18:15 Simpsonovi XIII (12)
- 18:45 Simpsonovi XIII (13)
- 19:15 Simpsonovi XIII (14)
- 19:45 Simpsonovi XIII (15)
- 20:05 COOLfeed



20:15 Top Gear: Olympijský speciál
 Nejslavnější motoristický seriál všech dob!

- 21:20 Teorie velkého třesku X (4)
- Sitcom (USA, 2016)
- 21:50 Teorie velkého třesku X (5)
- Sitcom (USA, 2016)
- 22:15 Single Lady (1)
- Komedijní seriál (ČR, 2017)
- 22:50 Partička
- 23:45 Americký chopper V (11)
- Seriál (USA, 2007)
- 00:40 Partička
- 01:25 Všemocný (6)
- Krimiseriál (USA, 2015)
- 02:25 Poslední loď II (7)
- 03:20 Všemocný (6)
- 04:20 Poslední loď II (7)

ÓČKO



- 06:00 Ranní fresh
- 07:00 Ukaž profil
- Svět sociálních sítí, host: A.N.D.U.L.A.
- 07:05 Ranní fresh
- 09:00 Zpátečka
- 10:00 Óčko hity
- 12:00 Óčko news
- 12:05 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 13:00 Óčko trendy
- Aktuální klipy
- 14:00 Óčko news
- 14:05 Óčko trendy
- Aktuální klipy

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

- 15:05 Mixxxer Show
- Klipy na přání, soutěže, chat s hosty
- 17:00 Óčko news
- 17:05 Óčko trendy
- Aktuální klipy
- 19:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neutech
- 19:05 Moje desítka
- Top 10 klipů podle diváka Óčka
- 20:00 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 21:00 CZ & SK
- České a slovenské klipy
- 22:00 Óčko flirt
- Proud klipů se vzkazy diváků Óčka

Sloupek

JAKUB KOHÁK

BUDITEL



MEDVĚDÍ BUZENÍ

Snad proto, že postavou a inteligencí připomínám medvěda, snad svojí láskou k medu a zimnímu spánku, nebo možná proto, že mám husté zarostlý hrudník. Zkrátka byl jsem osloven k tomu, abych se ujal patronství nad každoročním buzením medvědů v chomutovském zooparku. Tajně jsem doufal, že nebudu muset k medvědům do výběhu a budit je třesením nebo taháním za kožich. „Jistě to mají vymyšlené jinak,“ říkal jsem si, a tak jsem nabídku s nadšením přijal a těšil se na ceremoniál. Po mém příjezdu do areálu jsem se seznámil s organizátory, medvědáři, řídicími pracovníky a jali jsme se probírat samotnou akci. Prvním bodem programu bylo zanesení dortů do výběhu! Přesně takové situaci jsem se chtěl vyhnout, protože u medvěda člověk nikdy neví. I když je zavřený, tak má ohromnou sílu, je chytrý, rychlý a nemá mimičku. Takže těžký soupeř. Po ujištění, že se do výběhu opravdu nemůžou dostat, dodává kustod zooparku perličku. Jeden z medvědů ve výběhu už je, ale nemůže chodit! „Cha! Tak jestli se mu někdy vrátí do nohou síla, tak si budme jistí, že to bude ve chvíli, kdy budu pokládat dort doprostřed medvědího náměstí!!!“ ujišťuji všechny. Nikdo mě ale nebere vážně, dostávám dort a jde se. Naštěstí vše dobře dopadlo, medvědí práce jsem unikl a mohl z verandy přednést budící báseň, kterou jsem si k této slavnostní chvíli připravil: Pojďme vyslyšet přírody puze- ní, zahajme památné medvídků buzení. Vzbudíme chlapče společnou silou, říkačkou tudletou více než milou! Máme tu krásného, silného Michala, za něj by nejedna medvědky dýchala. Pak je tu Nero, medvědí hero! A parádnice Míša? Huňatá čiča! Nakonec Nora, té pánbíček nadělil shora. Ať se vám, medvěďové, překrásně žije, a čert přírodní s vámi jen šije!

Cítát

Tajně jsem doufal, že nebudu muset k medvědům do výběhu.

Snad proto, že postavou a inteligencí připomínám medvěda, snad svojí láskou k medu a zimnímu spánku, nebo možná proto, že mám husté zarostlý hrudník. Zkrátka byl jsem osloven k tomu, abych se ujal patronství nad každoročním buzením medvědů v chomutovském zooparku. Tajně jsem doufal, že nebudu muset k medvědům do výběhu a budit je třesením nebo taháním za kožich. „Jistě to mají vymyšlené jinak,“ říkal jsem si, a tak jsem nabídku s nadšením přijal a těšil se na ceremoniál. Po mém příjezdu do areálu jsem se seznámil s organizátory, medvědáři, řídicími pracovníky a jali jsme se probírat samotnou akci. Prvním bodem programu bylo zanesení dortů do výběhu! Přesně takové situaci jsem se chtěl vyhnout, protože u medvěda člověk nikdy neví. I když je zavřený, tak má ohromnou sílu, je chytrý, rychlý a nemá mimičku. Takže těžký soupeř. Po ujištění, že se do výběhu opravdu nemůžou dostat, dodává kustod zooparku perličku. Jeden z medvědů ve výběhu už je, ale nemůže chodit! „Cha! Tak jestli se mu někdy vrátí do nohou síla, tak si budme jistí, že to bude ve chvíli, kdy budu pokládat dort doprostřed medvědího náměstí!!!“ ujišťuji všechny. Nikdo mě ale nebere vážně, dostávám dort a jde se. Naštěstí vše dobře dopadlo, medvědí práce jsem unikl a mohl z verandy přednést budící báseň, kterou jsem si k této slavnostní chvíli připravil: Pojďme vyslyšet přírody puze- ní, zahajme památné medvídků buzení. Vzbudíme chlapče společnou silou, říkačkou tudletou více než milou! Máme tu krásného, silného Michala, za něj by nejedna medvědky dýchala. Pak je tu Nero, medvědí hero! A parádnice Míša? Huňatá čiča! Nakonec Nora, té pánbíček nadělil shora. Ať se vám, medvěďové, překrásně žije, a čert přírodní s vámi jen šije!

Dopisy a vzkazy

Letní čas

Je v našich krajích zvykem, že nejhlásitěji a nejzásadněji se k problému vyjadřují ti, kteří o něm vědí málo a své domněnky a pocity vydávají za objektivní pravdu. Naposledy třeba pan senátor Šilar, který tvrdí, že: „v jižní části Evropy svítí sluníčko déle, a proto jim tam nevadí letní čas“. Kdyby pan senátor dával ve škole pozor, dozvěděl by se, že je to přesně naopak – v létě je dost sluníčka na severu (a to tak, že za polárním kruhem ani nezapadá), zatímco na jihu je den jen o málo delší než v zimě. A proto je severanům jedno, jestli sluníčko nezapadá v 11, nebo o půlnoci, zatímco jižanům jedno není, jestli zapadá už v sedm, anebo až v osm. A co je přirozené? Stačí se podívat do přírody. Probouzí se příroda v šest ráno v zimě (ještě dvě hodiny je tma), v létě (už dvě hodiny světlo), anebo podle východu Slunce? Letní čas je jen malou korekcí nepřirozeného, byť praktického pásmového času.

A. LIESKOVSKÝ, PRAHA

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

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

Výrok dne



„Musíme být připraveni hrát bez něj.“

STEVE KERR
TRENÉR GOLDEN STATE
Klíčový hráč basketbalistů Warriors Stephen Curry bude mistrovskému týmu chybět také v prvním kole play-off. Hvězdný rozehrávač má natažený vnitřní postranní vaz v levém kolenu.

Slovo dne

VERANDA

(Ze sloupku Jakuba Koháka na této straně)

Zastřešený otevřený nebo zasklený přístavek u domu nebo bytu

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK
CIZÍCH SLOV



INZERCE

HOROSKOP na úterý 27. 3.

VÍM, CO VÁS ČEKÁ!

Nebojte se mě zeptat! V naší rodině se **věštecké schopnosti** dědí.

Zavolejte mi na **906 70 30 35** nebo napište **SMS** na číslo **904 30 55** s kódem **91CXR** a svůj text!

Numerolog
a kartář Patrik.



Beran 21/3–20/4

I když se vám nyní v práci daří, dnes se rozčlíte na vážnou komunikaci v zaměstnání. Informační šum je pěkný previt!

Váhy 23/9–23/10

Některých věcí máte v zaměstnání plně zuby a dnes se v tomto smyslu také vyjadříte. Je vám přítom jedno, co říkají ostatní.

Býk 21/4–21/5

Při hledání přívidělku nebo brigady se vám dnes poštěstí narazit na dobrou nabídku. Sáhnete po ní, ať vás někdo nepředběhne!

Štír 24/10–22/11

Nečekaně se dnes objeví příležitost, jak navýšit své příjmy. Podle úsluvi o tom, že zvítězí nejrychlejší, se jí hned chopte.

Blíženci 22/5–21/6

V práci se dnes pobavíte při poslouchání zábomysých sporů mezi kolegy. Vy se smějete, ale oni vše berou smrtelně vážně.

Střelec 23/11–21/12

Některé lidi posuzují ostatní podle jejich majetku. Dnes se s tím setkáte ve svém okolí a otráví vám to náladu na zbytek dne.

Rak 22/6–22/7

Po dlouhém a nepřijemném dni v práci se budete dnes opět intenzivně zabývat myšlenkou na to, že zahájíte vlastní podnikání.

Kozoroh 22/12–20/1

Pokud podnikáte, dnes a ve zbývajících dnech do konce měsíce se vám zadaří. No a v dubnu bude všechno zase o hodně lepší.

Lev 23/7–22/8

V zaměstnání si teď budete muset dupnout a přinutit kolegy i nadřízené, aby vyslechli všechny vaše návrhy a připomínky.

Vodňář 21/1–20/2

V kanceláři se dnes cítíte doslova jako ve vězení. Věci se komplikují, nic nejde hladce a venku je přítom tak krásný den!

Panna 23/8–22/9

Dnes si dávejte dobrý pozor při všech finančních transakcích. Všechno si ve vlastním zájmu raději vícekrát zkontrolujte.

Ryby 21/2–20/3

Hodláte-li požádat o hypotéku, využijte tohoto období. Dnes si v klidu prostudujte nabídky jednotlivých bank pro srovnání.

Řešení sudoku

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

Anketa

Jak dlouho by se měli studenti učit obor před praxí?



Ila
Bednářová
Řekla bych,
že na zdrávce
by rok stačil.

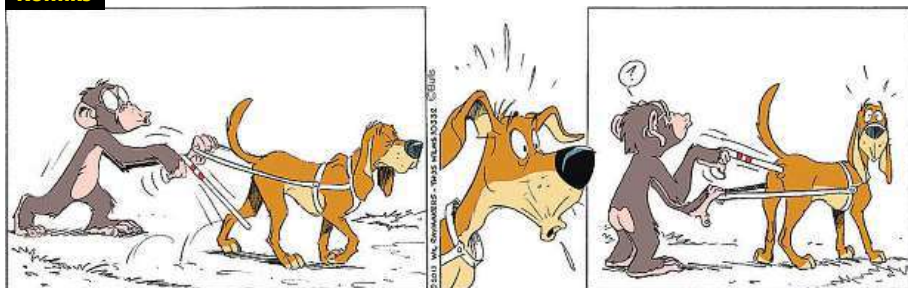


Martin
Doleček
Podle šikovnosti
daného
studenta.



Antonín
Mareš
Dokud se ho
nenaučí!

Komiks



NOVÁ LÁSKA!

Potká vás
o Velikonocích?
Zeptejte se
kartářky!

Napište SMS ve tvaru
79JDS a svoje datum
narození na číslo 904 30 46

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

SCIENCE AROUND US

You are going to read about why different large cats have different colours and patterns on their fur. Before you read, can you name these big cats?



Activity 1

Before you read, match the word or phrase to a definition.

- 1. camouflage; 2. depend upon; 3. evolution; 4. habitat; 5. irregular; 6. mathematical; 7. prey; 8. psychology; 9. vision
- a. a way to hide things by making them look the same as the natural background
- b. maths and numbers
- c. an animal which is hunted
- d. be changed or affected by something
- e. having different shapes, sizes and colours
- f. the ability to see things
- g. the kind of place where an animal lives, for example desert or jungle
- h. the study of the mind and behaviour
- i. the way plants and animals change over long periods of time

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

The camouflage of cats
Many animals use camouflage to make them harder to see. Hunters do this so that the animals they want to eat don't see them and run away. And prey animals, such as deer and zebra, use camouflage to avoid being eaten. But why do large cats have such different patterns? Lions don't have any spots at all, but cheetahs have small black spots. While tigers have large black stripes and orange fur, leopards and jaguars have much more complicated patterns of spots. Will Allen at the University of Bristol is interested in this

question. For his PhD in vision science, he decided to study large cats to try to find out the reasons for these different patterns. Will says that, to find the answer, he also needed to talk to scientists from many different fields, such as psychology, biology, engineering and computer science. Experts from each of these areas of science helped him with his work. Earlier studies had shown that camouflage was more common among cats that lived in forests. But Will says that these studies didn't explain why a leopard's spots are different from a cheetah's spots, for example. He decided to use a mathematical technique called 'reaction-diffusion'. This allowed him to play with different patterns on a computer screen and produce exact matches for different animals. In this way, he could compare

Activity 2

Choose one word from the text to complete each sentence.

- 1. Both hunters and animals use camouflage because they don't want to be seen.
- 2. Will Allen wanted to understand why different large cats had different on their fur.
- 3. He needed help from different in sciences such as biology and engineering.
- 4. Using 'reaction-diffusion' allowed him to animal lifestyles and the patterns on their fur.
- 5. His research suggests that if there are lots of in an animal's habitat, their camouflage patterns are more complicated.



camouflage patterns with the animals' behaviour and habitat much more accurately. His results help to explain the differences. Will says that there is a clear connection between patterns and environment. Cats in forests with lots of trees and plants have more complicated patterns than cats which live in areas without lots of trees. And cats that spend more time in trees have more irregular patterns than cats that hunt at night. Will explains that a cat's camouflage depends on where it lives and how it hunts. Evolution has created the most suitable pattern for each particular hunter. Will's studies mean we can look at a big cat's fur and

Activity 3

Look at these two sentences from the text and the words in bold.

- Lions don't have any spots at all, **but** cheetahs have small black spots.
- While** tigers have large black stripes and orange fur, leopards and jaguars have much more complicated patterns of spots.

predict its habitat and lifestyle. *This simplified version by Russell Evans, adapted from the original article by John O'Reilly. Cubed is an online magazine from British Council Science that highlights exciting UK research. To see more, visit www.britishcouncil.org/cubed*

Activity 4

Camouflage patterns used by soldiers are sometimes used in fashion clothing.

- Why do you think this is?
- Which big cat do you think has the most beautiful fur? Why?

Answers

Big cats
1. lion; 2. tiger; 3. cheetah; 4. snow leopard; 5. jaguar

- Activity 1
1. a; 2. d; 3. i; 4. g; 5. e; 6. b; 7. c; 8. h; 9. f
- Activity 2
1. prey; 2. patterns; 3. experts/scientists; 4. compare; 5. trees
- Activity 3
1. I like chocolate ice cream, but my sister doesn't. / While I like chocolate ice cream, my sister doesn't.
2. Jack is studying maths, but Jill is studying English. / While Jack is studying maths, Jill is studying English.
3. My dad loves watching football, but my mum likes watching tennis. / While my dad loves watching football, my mum likes watching tennis.
4. They listen to rap music, but we prefer rock music. / While they listen to rap music, we prefer rock music.
5. Leopards eat meat, but zebra eat grass. / While leopards eat meat, zebra eat grass.
6. We would like to visit Japan on holiday, but our friends want to go to New Zealand. / While we would like to visit Japan on holiday, our friends want to go to New Zealand.

Lesson No. 4

BRITISH COUNCIL

metro

ZDRAVÍ

KOMERČNÍ PŘÍLOHA

27. března 2018, www.metro.cz

PROFIMEDIA.CZ



Alergie

a imunita

Přinášíme tipy, jak zkrotit alergii a posílit imunitu

Obecně bývá nejkrušnějším obdobím pro alergiky jaro a léto.

Zřejmě nejčastějším trápením pro alergiky bývají roztoči. Jedná se o mikroskopické členovce příbuzné pavoukům a klíšťatům. Pohybují se zejména v bytovém prachu, nejlépe je jim v matracích a peřinách. Lidé nebývají alergičtí na samotné roztoče, ale na jejich výkaly šířící se vzduchem.

Pokud je vaše alergie silná a projevy časté, je nejlepší se poradit s alergologem. Opatření ale můžete provést také sami – například nákupem protiroztočového ložního prádla a jeho častým střídáním. Pomůžete si také pravidelným úklidem, utíráním prachu namokro a použitím kvalitního vysavače. Důležité je zabránit víření prachu.

Alergie se zpravidla projevují častým kýchním a rýmou. Nepříjemností, které tak musí alergici čelit, je zarudlý a poškrábaný nos. V tomto případě co nejvíce omezte používání dekorativní kosmetiky v této oblasti a vyvarujte se přípravkům s obsahem alkoholu, které mohou kůži ještě více vysu-



Alergická sezona nadchází, zarudlému nosu jde předejít.

PROFIMEDIA.CZ

šit. Pomoci naopak může například konopná mast. Konopí má významné regenerační účinky, vaši kůži hydratuje a zjemní. „Při výběru konopné masti se zaměřte na obsah extraktu ze zelených částí rostliny, ten je totiž pro správný

účinek na lidskou pokožku klíčový,“ říká Jiří Stabla, odborník na konopí.

Pomoci ale mohou nejen s alergiemi i další prostředky. Jiří Stabla společně se svou partnerkou Hanou Pristášovou stále vyvíjejí veganské

produkty. Nyní dělají šampon, různé formy pleťového mléka nebo zkouší vymyslet sprej, který by mohl v budoucnu doplnit olejovou formu. Ta je dnes ve světě využívána nejčastěji.

Podle výživové poradkyně

Věry Burešové se říká, že některé typy alergií vznikají proto, že imunitní systém nemá proti čemu bojovat. „Často se vznik alergie spojuje s příliš chemicky čistým prostředím, ve kterém děti vyrůstají a jejich mladý imunitní systém, který se teprve tvoří, se nesetkává s běžnou špínou,“ říká Burešová. „Rozhodně neříkáme, abyste přestali uklízet, ale možná je zbytečné umývat hračky, nábytek a vše, co malé děti strkají do úst, čistícími prostředky, které slibují, že zlikvidují až 100 procent bakterií a virů,“ upozorňuje.

Mezi hlavní doporučení patří holdovat ovoci a zelenině, připravit si alespoň jednou do týdne rybu, konzumovat libové kuřecí maso nejlépe od soukromých chovatelů, minimalizovat vaření z polotovarů a stopnout chroupání bílého pečiva – daleko lepší je to celozrnné. Přestože je i dnes těžké stravovat se kvalitně. Existují zdroje čerstvých a například bio potravin, a to i online.

Nejvhodnější je konzumovat sezonní produkty. Kdo vlastní zahrádku, má napůl vyhráno. Kdo takový luxus nemá, může podpořit místního farmáře. Čím méně umělé chemie, tím lépe pro celé naše tělo včetně imunitního systému. **MET**

INZERCE

ALERGIE?



Alergie pod kontrolou!

Allergodil®

Allergodil oční kapky, oční kapky, roztok a Allergodil 1 mg/ml, nosní sprej, roztok jsou léčivé přípravky k očnímu a nosnímu podání s léčivou látkouazelastin hydrochlorid. **Pečlivě čtěte příbalovnou informaci.**

Mylan
Better Health
for a Better World

Účinný lék na svalové křeče? Hořčík



Hořčík je vydatně obsažen v banánech.

PROFIMEDIA.CZ

Tělo potřebuje ke svému fungování řadu látek, mezi něž patří i minerály. Ty si ale nedokážeme vyrobit sami, musíme je tedy dodávat „zvenčí“. Patří sem i hořčík neboli magnezium. „Stav nedostatku hořčíku se nazývá hypomagnezémie. Jde o poměrně častou poruchu vnitřního prostředí,“ říká v rozhovoru praktická lékařka Polikliniky Agel Olomouc Ludmila Konvičná.

Jak se může hořčík z těla ztratit?

Je to způsobeno řadou příčin. Mezi nejčastější patří průjemy a léčba diuretiky, což jsou léky určené k terapii vysokého tlaku a srdečních onemocnění. Mezi další příčiny patří alkoholismus, některá ledvinová a endokrinní onemocnění. Ve všech výše uvedených případech dochází ke zvýšenému ztrátám magnezia z těla. Naopak nedostatečný příjem jako příčina hypomagnezémie je vzácný, jelikož zdravé ledviny samy o sobě mají schopnost snížit vylučování hořčíku.

Říkáte, že nedostatek hořčíku je poměrně častý. Jak se projevuje?

Příznaky hypomagnezémie jsou podobné jako příznaky u nedostatku vápníku. Tyto poruchy vnitřního prostředí jsou často v kombinaci. Mezi typické projevy patří svalové křeče a svalová slabost, dále zvýšená dráždivost, tetanie (svalové stahy s brněním určitých částí těla), poruchy srdečního rytmu, špatné soustředění, bolesti hlavy, brnění rukou a pocit vnitřního napětí.

Kolik hořčíku bychom měli denně přijmout?

Doporučená denní dávka hořčíku je

pro muže 400 miligramů, pro ženu o 100 méně. Mezi typické potraviny s vyšším obsahem magnezia patří ořechy, datle nebo banány. Mírný nedostatek lze doplnit tabletami v několika denních dávkách. Při této léčbě se mohou někdy objevit nežádoucí průjemy, které jsou často způsobeny vyšší dávkou léku. Existují i jiné způsoby podání magnezia – injekční, ať už do svalu, či určené k žilnímu podání ve formě infuzí.

Velmi často se objevují přípravky, které jsou kombinací magnezia a vitamínu B6. Proč?

Hořčík se lépe vstřebává za přítomnosti tohoto vitamínu, stejný efekt má například i vitamin D3.

Jaké další minerály mohou mít, v případě jejich nedostatku, neblahý vliv na zdraví?

Například železo – bývá tím způsobena anémie, tedy chudokrevnost, změny na sliznicích a zvýšená únava. Při nedostatku zinku je typická porucha plodnosti a snížená kvalita vlasů a pokožky. Zinek je též důležitý pro správný vývoj plodu.

Měď je obsažena v řadě enzymů. Její nedostatek může způsobit anémii, poruchy imunity, poruchy růstu vlasů a nehtů. Nedostatek jodu zase způsobuje zvětšení štítné žlázy a může způsobit i její sníženou funkci. Nebezpečné je to zejména v těhotenství, kdy může dojít k onemocnění plodu.

Fluor je nezbytný ke správné mineralizaci kostí, selen je důležitý k obraně proti volným kyslíkovým radikálům, k regulaci hormonů štítné žlázy a plodnosti. **KAMILA HUDEČKOVÁ**



Chraňte Vaše kosti v každém věku



Chrání proti řídnutí kostí – osteoporóze

Vápník, vitamin D a důležité kostní minerály pro každodenní péči o Vaše kosti.



Pečlivě čtěte příbalovou informaci.
Caltrate® Plus je lék k vnitřnímu užití.

Sambucol - chřipka a imunita

Sambucol - přírodní přípravek schopný si poradit s chřipkou, rýmou, bolestí v krku, pásovým oparem a mnoha dalšími virovými infekcemi, ale i s alergií, je už na českém trhu už přes 1 rok. Čím se tento DOPLNĚK STRAVY liší od ostatních podobných přípravků?

Tedy především: je vyroben ze šťávy bobulí černého bezu, která je speciálním patentovaným procesem upravená tak, že v sobě uchová jednu její složku, která každou jinou úpravou zmizí. Tuto složku vědci nazvali – AntiVirin. AntiVirin zneschopní viry v proniknutí do zdravé buňky a množení se uvnitř. Tato schopnost je naprosto jedinečná, žádný jiný přírodní přípravek tohle nedokáže. Sambucol je navíc bezkonkurenční v posílení oslabené imunity, což si velmi ceníme obzvláště v době chřipkových epidemií.

Co pro nás tedy Sambucol může udělat a jak ho užívat? Při pocitu "že ne nás něco leze", je neefektivnější začít Sambucol okamžitě užívat a to naplno. Tedy každé 4 – 6 hodin. Je pravděpodobné, že infekce zmizí do druhého dne. Ovšem, pokud se již viry usadily v buňkách, Sambucol zabrání novým virům v dalším napadání. Avšak viry které jsou již uvnitř buněk musí dokončit svůj cyklus než odumřou. Pokračováním užívání Sambucolu, ale nepříjemné symptomy podstatně slábnou, je nám mnohem lépe a nemoc se značně zkrátí. Většinou po 5 dnech jsme znovu fit a často ani nemusíme ulehnout. Jako prevence a k posílení imunity stačí Sambucol užívat 1x denně.

Je dobré si uvědomit, že Sambucol je přípravek naprosto přírodní, nelze se jím tedy "předávkovat", nemá žádné vedlejší účinky a mohou ho užívat i děti od 1 roku. Mimo EU se prodává přímo pod označením "Lék na chřipku a nachlazení", v EU je označen jako DOPLNĚK STRAVY.

Po dobu více než 1 roku popularita Sambucolu velice vzrostla vzhledem k stále vyšší preferenci lidí směrem k přírodním přípravkům. Sambucol je možné si objednat ve všech lékárnách, obvykle je k vyzvednutí do několika hodin, nebo na většině internetových obchodů a na www.sambucol-shop.cz

Pro více informací a zkušeností uživatelů z České republiky i ze světa navštivte: www.sambucol.cz

Existuje lepší
a navíc
přírodní
cesta...



"Vážně myslíš, že vypadám jako někdo, kdo má vést časák o uječenejch fakanech?"

SINGLE LADY 2

PREMIÉRA
DRUHÉ ŘADY
SERIÁLU
22. DUBNA NA
PLAYTVAK.CZ

 playtvak.cz

JANA PLODKOVÁ

MARKÉTA STEHLÍKOVÁ

ROZÁLIE HAVELKOVÁ

JIŘÍ VYORÁLEK

JAROSLAV PLESL



Vyžeňte roztoče! Jinak je boj s alergiemi předem prohraný

Jarní úklid domácnosti někdy připomíná spíš válečné pole. Usnadněte si práci a získajte nejen čistou domácnost, ale i zdravé vnitřní prostředí, ve kterém se budou cítit skvěle i alergici! Pomůže vám antibakteriální vysavač Raycop.

Na jaře máme tendenci vše vysmýčít, uklidit, vyhodit. První jarní paprsky totiž ukážou, co vše doma máme. Ale je to opravdu nutné? Navíc opravdové nepříteli alergiků a astmatiků pouhým okem nevidíme, zde nám může pomoci jediné atestovaný UVC antibakteriální vysavač Raycop, který doslova odstraní neviditelné.

Roztoči se živí především odpadnutými částicemi povrchu naší pokožky a doslova milují tmavé prostředí s teplotou v rozmezí 22 až 26 °C

včetně vlhčího vzduchu. Takové podmínky pro jejich život nabízejí právě naše postele, které se tak stávají doslova jejich ideálním inkubátorem. I proto nejvíce roztočů v našem bytě obsahují matrace, ale najdeme je i v polštářích, peřinách, dekách a také v plyšových hračkách a polštářích.

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.

UVC (ultrafialové) světlo je elektromagnetické záření s vlnovou délkou kratší než viditelné světlo. UVC záření vznikající v trubici namonto-

vané uvnitř vysavače Raycop uvolňuje velké množství neviditelných ultrafialových paprsků (253,7 nm vlnové délky). Toto světlo poškozují DNA prachových roztočů a hmyzu a tím ničí jejich schopnost se množit a způsobovat onemocnění.

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 zlikvidoval bakterie a další spouštěče nemocí. 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 Karlovou univerzitou v Praze a zároveň je dokládají tisíce spokojených uživatelů na celém světě.

Stovky děkovaných dopisů mluví za vše. „Naše dcera od malinka nemohla klidně spát, v noci se budila s kašlem a ucpaným nosem. Pravidelně jsme začali Raycop používat a všechny příznaky vymizely.“

Tento a mnoho dalších podobných dopisů obdrží každý den BLAKAR trading, výhradní distributor značky Raycop pro Českou republiku. „Jsme moc rádi, že Raycop skutečně pomáhá a zajistí snížení, v mnoha případech i úplné vysazení léků,“ říká Blanka Javůrková ze společnosti BLAKAR trading.

Více informací najdete na www.raycop.cz

Kontakt

BLAKAR trading s.r.o.
Azalková 1272, 252 42
Jesenice u Prahy
Tel.: +420 608 025 404
Tel.: +420 606 377 814
e-mail: info@blakar.cz
www.raycop.cz



INZERCE

raycop
UV-C antibakteriální vysavač

Čistý domov pro alergika znamená domov bez roztočů

Víte, že každou noc sdílíte svou postel s milióny roztočů, bakterií, virů a plísní? Raycop je díky UVC lampě efektivně odstraní a pomůže s léčbou alergie, astma a ekzémů, neboť řeší jejich příčinu. Je to jediný účinný **vysavač navržený lékařem** a vybavený atestovanou UVC dezinfekční lampou. Pomůže vám výrazně zlepšit váš zdravotní stav. Bezchemicky vyčistí a **vydezinfikuje matrace a lůžkoviny** od nebezpečných roztočů, bakterií, virů a plísní.

Raycop vám zajistí zdravý spánek.



www.raycop.cz

BLAKAR trading s.r.o., Azalková 1272, Jesenice - Horní Jirčany
tel.: 608 025 404, 606 377 814, e-mail: info@blakar.cz

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

Cena 6.990,- Kč

„Fuj, máš lepru!“ štítily se Tomáše spolužáci. Lupénky se nakonec zbavil přírodní cestou.

Tomáš Váňa byl čerstvý školák, když mu maminka objevila na hlavě zvláštní flíčky: „Lékař si myslel, že má zanesené bradavičky ve vlasech, ale po důkladnějších vyšetřeních se ukázalo, že jsou to lupénková ložiska,“ popisuje Markéta Váňová začátek martýria s nemocí, která celé rodině obrátila život naruby.

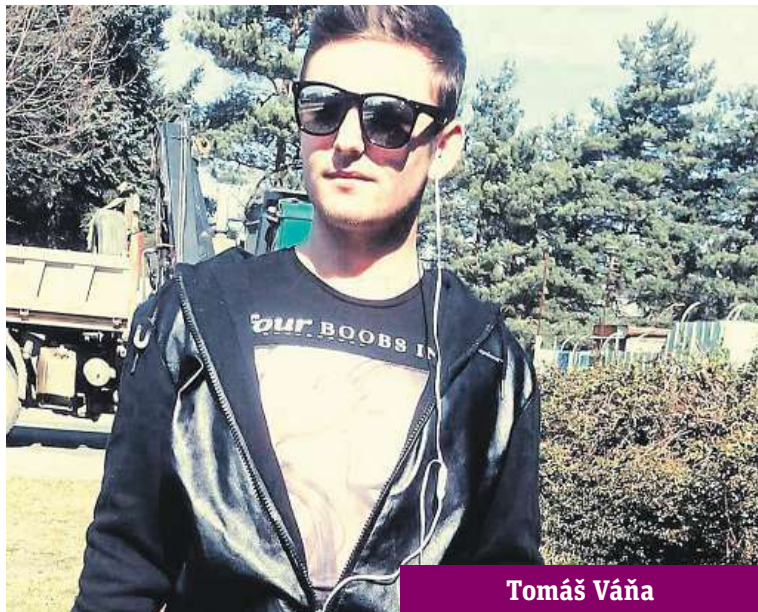
„Zkoušeli na Tomášovi všechny možné kortikoidní mastičky, šampóny, které hrozně zapáchaly. Měli jsme přípravků na lupénku plnou krabici od bot, ale nic nezabíralo.“ Situaci pak ještě zhoršila léčba světelnou lampou.

„Každý den před školou jsem musel chodit na 20 minut do kožní ordinace, kde mi svítily na hlavu. Z drobných ložisek se ale stal velký flek, který se rozlezl po celé hlavě a přes navrstvenou kůži mi přestaly růst vlasy,“ vzpomíná dnes 21letý Tomáš na nejhorší období nemoci, která ho trápila fyzicky, ale čím dál víc dopadala i na jeho psychiku.

Bál se chodit do školy, máma po nocích brečela

Děti se mu posmívaly, že má lepru, bály se, že by je mohl vyrážkou nakazit. Byl odstrčený a začal mít

strach chodit do školy. V pubertě se mu lupénka rozšířila po celém těle. Až po šesti letech marného boje s nemocí, kterou v České republice trpí čtvrt miliónu lidí, našla Markéta Váňová na internetu odkaz na přírodní přípravky Dr. Michaels. „Měli jsme štěstí, že v té době dělali v Motolské fakultní nemocnici na přírodní kúru Dr. Michaels klinickou studii a zařadili nás do ní. Udělali jsme si rozvrh, protože mazání kombinace tří přípravků ráno i večer zabíralo dost času. Nicméně po třech týdnech, v den mých narozenin, jsme zjistili, že Tomáš nemá nikde ani jeden flek,“ popisuje paní Váňová situaci, kdy se štěstím rozbřečela. Nemoc se sice Tomášovi v závislosti na míře stresu občas vrací. Stačí ale, aby včas začal ložisko poctivě mazat a po pár dnech má klid.



Tomáš Váňa

Klinické studie potvrzují skvělé výsledky

Deset českých fakultních nemocnic potvrdilo účinnost přírodní kúry Dr. Michaels u 82% pacientů. „Hlavní výhodou je bezpečnost. Pro pacienty je ale zásadní překážkou cena,“ popisuje hlavní problém přípravku dováženého z Austrálie

přednostka Dermatovenerologické kliniky Nemocnice Na Bulovce Prof. Jana Hercogová. „Uvítali bychom alespoň částečnou úhradu řady Dr. Michaels zdravotními pojišťovnamy,“ dodává primářka dětského kožního oddělení Fakultní nemocnice v Motole Prof. Štěpánka Čapková.

Jak a proč vzniká otok? Různé druhy mají různé příčiny

Otok neboli edém je stav, při kterém se v tkáni nebo orgánu vyskytuje více tekutiny než za normálních fyziologických okolností. Pokud přetrvává déle než několik měsíců, přestává být symptomem a stává se chronickým problémem. Nejčastěji se projevuje na dolních končetinách. Otoky nohou mohou být způsobeny nedostatečností žilního systému, nedostatečností lymfatického systému nebo onemocněním tukové tkáně.

Léčba otoků má být zaměřena nejen na redukci otoku, ale především na odstranění jeho příčiny, odstranění bolesti a zánětlivých změn. Důležitou součástí terapie je prevence, kterou není radno opomíjet, i když dojde ke zdárnému odstranění příčin, neboť se mohou kdykoliv vrátit.

Flebedém

Flebedém je druh otoku způsobený žilní nedostateč-

ností (tzv. chronické žilní onemocnění dolních končetin), tedy porušením cesty pro návrat krve zpět k srdci, během které musí žíly bojovat s gravitací. Zdravé žíly jsou vybaveny tak, aby zabraňovaly zpětnému toku. Nezděravé to však nedokážou. Tento druh otoku často doprovází také křečové žíly, bolesti a pocity těžkých nohou.

Účinný způsob léčby zahrnuje zevní kompresi, podávání venofarmak, lymfodrenáž, cvičení a režimová opatření. Zevní komprese představuje základní pilíř konzervativní terapie chronického žilního onemocnění. Provádí se pomocí speciálních obinadel nebo kompresivních punčoch, které představují zevní bariéru pro šíření otoku a podporu žilního systému. Další součástí je farmakoterapie. „Role venofarmak, která vám předepíše ošetřující lékař, je během léčby velmi důležitá,



Otoky jsou bolestivé.

neboť podporují žilní oběh, zmírňují žilní hypertenzi, zpevňují žilní stěnu, zlepšují průtok krve žilami a zasahují již na úplném počátku kaskády změn žilní stěny,“ vysvětluje chirurg, vedoucí lékař a zakladatel Centra preventivní medicíny a Prevence 2000 MUDr. René Vlasák. Účinným pomocníkem může být také lymfodrenáž, která napomáhá opadnutí žilního otoku.

Lymfedém

Druhou skupinou otoků jsou tzv. lymfedémy. Ty jsou opět způsobeny nedostatečností, tentokrát lymfatického systému. Ten slouží k odvodu přebytečné tekutiny – lymfy, která prosakuje z cév do tkáně při rozvodu krve do těla. Cévy lymfatického systému začínají slepě v tkáních, kde přebytečnou tekutinu nasají a odvedou ji do žil, kterými putuje společně s krví zpět do srdce. Pokud tento odvod ne-

funguje, lymfa se v tkáních hromadí a vzniká otok – tzv. lymfedém. Na rozpuštění lymfatického systému mají příznivý vliv také masáže a přístrojové lymfodrenáže.

Lipedém

Posledním ze zmíněných chronických otoků je lipedém. Ten je projevem onemocnění tukové tkáně, která se kvůli nadměrnému buněčnému růstu hromadí v dolních a někdy také v horních končetinách. Extrémní formy otoku často utlačují lymfatický systém, a tak dochází k hromadění lymfy a vzniku lymfedému. Během tohoto problému bývá zhoršena elasticita kůže, kvůli které vzniká tzv. celulitida – pomerančová kůže. Tuk tohoto druhu navíc nelze redukovat běžným cvičením nebo dietou. K léčbě se obvykle používají stejné metody jako v případech lymfedému. **METRO**

Lupénka: lidé trpí i psychicky

Lupénka je sice kožní onemocnění, ale nemocní často strádají i na duši.



Lupénka PROFIMEDIA.CZ

Lupénka neboli psoriáza je chronická zánětlivá kožní choroba, při které se na kůži objevují červená ložiska s odlupujícími se šupinkami kůže. Červené skvrny pokryté odlučitelnými bělavými šupinami postihují nejčastěji lokty, kolena, vlasovou část hlavy, dlaně, chodidla a oblast beder. „Mohou se ale vyskytnout kdekoli na těle včetně nehtů, obličje, uší, genitálu, dlaní a chodidel, dokonce i uvnitř úst. Lupénka sice nebolí, ale kromě estetického hlediska někdy znepříjemňuje nemocnému život také svěděním. Sice nezabývá, ale ničí život!“ doplňuje primářka kožního oddělení Nemocnice Prostějov Marcela Rozkošová. U asi třiceti procent nemocných lupénka postihuje

i klouby a v tom případě se projevuje obdobně jako revmatoidní artritida.

Lupénka na rozdíl od ekzému nevyvolává výrazné svědění. „Charakteristické pro toto onemocnění je také to, že množení kožních buněk keratinocytů je sedmkrát rychlejší, než je tomu běžné. Kvůli tomu pak dochází k hromadění těchto buněk a vznikají charakteristické oblasti, které jsou pokryté odumřelou, odlupující se kůží. Kožní projevy nemoci doprovází mimo jiné bolestivé otoky, což může přispívat k celkové invaliditě pacienta,“ vysvětluje lékař Miloš Kravciv z Lékařského domu Praha 7.

První projevy lupénky se objevují nejčastěji mezi 15. až 35. rokem života, často se lupénka projevuje také okolo 40. až 50. roku, ale v zásadě může toto onemocnění propuknout v jakémkoliv věku. „Zatím se nepodařilo zjistit, co je spouštěčem nemoci, ale k viditelnému propuknutí choroby dochází po působení provokačních faktorů, jako jsou bakteriální infekce, například angína, dále infekce dýchacích cest, poranění, hormonální vlivy a různé vnitřní choroby. Silným provokačním faktorem bývájí i některé zevní podněty, jako stres, alkohol, spálení sluncem, nízké teploty, suchý vzduch nebo poranění kůže,“ říká Kravciv. Dědičnost je zjištělná asi u třiceti procent nemocných, častěji se choroba dědí po otci. Nedědí se však choroba jako taková, ale pouze náchylnost k ní.

Svízelem této choroby je, že léčba je obtížná. Hlavním cílem je dostat chorobu pod kontrolu, tedy dosáhnout zhojení stávajících projevů. Léčba by měla být doslova uši-

tá na míru každému pacientovi.

„Základem léčby je lokální terapie, zejména v počátečních stádiích onemocnění. Další léčebnou metodou je fototerapie UV zářením. Celková léčba je vyhrazena pro těžké případy, nereagující na lokální léčbu a fototerapii. Relativně novou skupinu celkových léčiv tvoří takzvané biologické preparáty, zasahující selektivně do vývoje onemocnění, vzhledem ke své vysoké ceně jsou ale tato léčiva limitována mnoha kritérii,“ říká dermatoložka kliniky estetické medicíny Esthetic Medical Jana Votrubová.

Jistých účinků dosahují i minerály, jako hořčík, vápník či zinek.

„Z vitamínů jsou prospěšné nikotinamid, B1, B2, B5, B6 a kyselina listová. Z potravinových doplňků to jsou rybí tuk, respektive 3 nebo 6 omega mastné kyseliny. Dále pak fosfolipidy, například lecitin nebo preparáty obsahující ostropestřec mariánský,“ radí lékařka Rozkošová s tím, že pacient by měl udržovat

Lupénka a deprese

„Lupénka má negativní vliv na kvalitu života nemocných a často je velmi výrazně omezuje,“ říká dermatoložka Jana Votrubová.

- Mnoho pacientů popisuje či přirovnává kvalitu života s kvalitou života onkologických pacientů.
- Pacienti trpí depresemi, psychicky strádají a mají zvýšený sklon k sebevraždám.
- Lupénka má dopad na jejich vztahy, jelikož nemocní zažívají pocity studu, nízké atraktivitu, samoty a frustrace.
- Kvůli malé osvětě společnosti se pacienti dostávají do konfliktů při běžných činnostech. Vykazují je například z bazénů, saun či posiloven, jelikož se lidé mylně domnívají, že se jedná o infekční onemocnění.

kůži dobře hydratovanou a vláčnou. Neškrábat ji a nesnažit se šupiny násilně odstraňovat, tím se psoriáza často aktivuje. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

INZERCE

Svědění při lupénce a atopickém ekzému

Lupénka není současným civilizačním onemocněním, jelikož nás trápí již od starověku. Hlavní důvod, proč psoriáza u některých lidí vzniká, není znám, ale jsou známy vlivy prostředí, autoimunity, dědičnosti nebo zdravotní faktory a životní návyky, které mohou projevy zhoršit. Své hraje i roční období.

Český výzkum nabízí patentovanou technologii s mikroorganizmem **Pythium oligandrum**.

Enzymy, které při svém působení produkuje, zklidňují podrážděnou

pokožku a dávají možnost nevyzrálým kožním buňkám dozrát a předčasně se nešupinatit.

Na drobná ložiska se používá mast **Biogama**, kdy většinou během tří dnů dojde ke zklidnění pokožky. Pro větší ložiska nebo ložiska ve vlasové části je lepší přípravek **Biodelta** používaný ve formě koupelí nebo zábalů.

Atopický ekzém na rozdíl od lupénky je podmíněn sníženou ochranou bariérou pokožky a neurohumorální dysbalancí, která může vyvolávat silné svědivé projevy. Pak pokožka neade-



kvátně reaguje i na alergie z prostředí.

Pro posílení obranyschopnosti pokožky produkuje **Pythium oligandrum** enzymy obsažené v přípravku **Pythie Biogama jemná masť**, který zklidňuje projevy svědění a promašťuje pokožku. Při koupelích je možné použít do vody přípravek **Pythie Biogama olejová koupel**.

Proč se český výzkum zaměřil na mikroorganizmus **Pythium oligandrum**?

Pythium oligandrum je mikroskopický upír. Vytváří vlákna, která vysávají původce mykóz, a také produkuje enzymy k jejich rychlejšímu rozkladu. Tím narušuje symbiózu s jinými škodlivými organismy jako například přemnoženými nebo patogenními bakteriemi a zmenšuje zánět.“ Upešňuje mikrobiolog Pardubické nemocnice Karel Mencl.



Využití mikroorganismu **Pythium oligandrum** takzvané chytré houby je široké. Rada **Biodeur** je vhodná pro nehty a nohy náchylné k plísním. Pro úpravu fyziologické mikroflory poškozené pokožky je přípravek **Biomycosin**, kde bylo pozorováno rozbourávání biofilmu u nehojících se ran. Přípravky s „chytrou houbou“ **Pythium oligandrum** nezatěžují

lidský organismus ani u osob s narušenou imunitou, dětí, diabetiků, či při graviditě.

Přípravky s Chytrou houbou - **Pythium oligandrum** dostanete ve své lékárně.
www.pythium.eu • www.chytrahouba.cz
Infolinka 728 814 202

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

Vítězství zařídili až hráči z lavičky

Čeští fotbalisté vyhráli páté z posledních šesti utkání.

Svěřenci trenéra Karla Jarolíma porazili na přípravném turnaji v čínském Nan-ningu domácí výběr 4:1. Spravili si tak chuť po páteční porážce 0:2 s Uruguayí a na China Cupu obsadili konečné třetí místo. Asijský outsider vedl po poločase po rychlé brance Fan Siao-tunga, ale po změně stran hosté čtyřmi góly skóre otočili. Mezi 58. a 62. minutou se trefili Tomáš Kalas, Patrik Schick a Michael Krmenčík a v 78. minutě uzavřel skóre Pavel Kadeřábek.

Kouč Jarolím udělal oproti pátečnímu utkání s Uruguayí hned šest změn v základní sestavě. Premiérový start za reprezentační A-tým si připsal Masopust a nově nastoupili také brankář Vaclík, obránce Kalas, záložníci Kopic s Trávníkem a v útoku Tecl.

Číňané překvapivě vedli, a dokonce vyhráli první půli. V té druhé Češi výrazně přidali a skóre překlátili na svou



Michael Krmenčík dávat třetí český gól.

FACR - ŠTĚPÁN ČERNÝ

stranu. A to ještě Darida neproměnil pokutový kop.

Turnaj v Číně trenérovi fotbalové reprezentace ukázal, že může do budoucna stavět ofenzivu na dvojici Michael Krmenčík, Patrik Schick. Oba měli velkou zásluhu na včerejší výhře. Bude je však ještě nabádat, aby více pomáhali týmu i směrem do defenzivy.

Další zápasy čekají reprezentanty na začátku června na soustředění v Rakousku proti Austrálii a Nigérii. **SIM**

1

Čína

4

Česká republika

Branky: 5. Fan Siao-tung – 58. Kalas, 59. Schick, 62. Krmenčík, 78. Kadeřábek
Rozhodčí: James (Austrálie)
Diváci: 15 013



Čtvrtým do party je Hradec

Hokejisté Hradce Králové porazili v rozhodujícím sedmém čtvrtfinále úřadujícího vicemistra Liberec 2:1 a po loňské premiérové účasti mezi nejlepšími čtyřmi celky si znovu zahrají semifinále. V něm už ve čtvrtek přivítají doma Třinec. Druhou dvojici vytvořil vítěz základní části s mistrovskou Kometou Brno. Hradec Králové rozhodl zápas v druhé třetině, kdy se nejprve ve 34. minutě trefil v přesilové hře Petr Koukal a za další čtyři minuty zvýšil Radek Smoleňák. Brankáři Patriku Rybárovi sebral 21 sekund před koncem čisté konto Lukáš Krenzelok. **ČTK**

Zprávy krátce

Rytíři nastoupí do baráže bez Jaromíra Jágra

Úvodním kolem z celkových dvanácti začne dnes baráž o hokejovou extraligu. Kladeňští Rytíři do ní vstoupí bez hvězdného útočníka Jaromíra Jágra. Šestačtyřicetiletý majitel klubu je stále zraněný a v Jihlavě bude pouze na střídačce. Šance, že by se v průběhu baráže objevil na ledě, je minimální. Ve druhém zápase Litvínov přivítá Karlovy Vary.

Plíšková jde dál, soupeřka vzdala

Karolína Plíšková se stala první čtvrtfinalistkou tenisového turnaje v Miami. Postup mezi nejlepší osmičku jí usnadnila Zarina Dijasová z Kazachstánu, která osmifinálový zápas za stavu 6:2, 2:1 pro českou hráčku vzdala kvůli zranění. **ČTK**

Práce - Nabídka

- Nabízíme účast v klinické studii pro zdravé ženy, které jsou nejméně rok po přechodu. Studie probíhá v Praze. Nutné 1+3 dny hospitalizace a pak ambulantní návštěvy kliniky po dobu 8 měsíců. Zkoumáme krevní hladiny depotního léku. Studie je schválena státním ústavem pro kontrolu léčiv. Kompenzace za účast ve studii 45-55 tis. Kč. Tel. 242454429 po-pá 8-17.30, e-mail: klinika@quinta.cz, http://www.quinta.cz/dobrovolnici-7. Odměna i za doporučení.

- Přijmeme starobní důchodkyně - nekuřačky na obsluhu toalet - metro, trasa A. Požadujeme: pečlivost, spolehlivost, vitalitu. Volat PO-NE 777065670

- Přijmu pracovníka pultu centrální ochrany na HPP, nepřetržitý provoz Praha 9, malý kolektiv - vhodné i pro OZP. Tel.: 777076139 v době 8-15 hod.

- Samoobsluha potravin, Praha 10 přijme prodavačky. Čistý TR, zaučíme. Směny, nást. plat 24.000 hrubého + prémie. T. 6 0 2 2 7 5 3 3 7 5, kamilsochor@seznam.cz

- Přijmeme brigádníky na odpolední úklid admin. prostor na P4 budova GRČ. Pracovní doba od 17,00 hod.. KON-TAKT: tel. 739500076.

- Recepční na HPP přijme hotel DAP na Praze 6, plat do 28.000+benefity. Možnost ubytování. CV na pam@vkp.vlrz.cz.

Nemovitosti - poptávka

- PRODEJ, VÝMĚNA, výkup, oddlužení nemovitostí. Právní servis na naše náklady, rychlé jednání. ZOOM reality, rkzom.cz. Tel. 777839786

- PENÍZE IHNEDE za byt na investici v Praze. Právní servis zdarma. Tel: 602212121

- 100.000Kč Okamžitá záloha. Koupím byt v Praze v jakémkoliv stavu možnost náhradního bydlení. Exekuce a dluhy uhradím. Volejte nebo Sms: 775432964

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

Pronájmy - poptávka

- Hledám menší byt pro 2 os. do 14 tis. nebo větší do 20 tis. Potřebujeme: centrum do 30 min., dlouhodobě, lodžie výhodou. RK nevolat. 605845088

- Pronajmeme bez rizika! Pro manažery firem s rodinami hledáme pěkné byty v Praze. Garantujeme bezproblémový průběh nájmu. BEZ PROVÍZE! T. 605993268

INZERCE

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

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

Finance - nabídka

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

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

Starozitnosti

- Mongolské, čínské, japonské, turecké, perské starozitnosti a obrazy i evropské historické zbraně - koupím. M:776 35 88 65



NAŠI MILÍ ČTENÁŘI, PROSÍME, DO KOŠE NEPATŘÍME!



Intimní

E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, tech. zajišťuje Materna, jen pro starší 18let. 1sms/50Kč, 1min/90Kč vč DPH, max. délka hovoru 13 minut, www.ema.bz, www.platnobilem.cz



- DISKRÉTNÍ BOKOVKA!** Z tvého okolí! Chceš? Pošli SMS ve tvaru 57CBT a text na 909 15 50
- Potřebuju** pořádnou sexuální nálož! Setřít mě nemusíš, zvládnou všechno! Martina 46, Podolí. Brnkni mi na 909 90 99 25 nebo mi pošli SMS na 909 15 40 s kódem 73VVI a tvůj text!

ŘEKNU TI O SVÝCH MOKRÝCH SNECH! Helena 38, Libeň. Volej 909 801 801 kód MFG21



- Večery a noci** je nejlepší trávit ve dvou při sexu, nemyslíš? Janička 46 ze Strašnic. Zavolej mi, pupičku, na 909 80 50 40 nebo piš SMS na 909 15 45 s kódem 90HLD a tvůj text!

Víte, že...

... objednávku umíme
doručit už ten samý den?



Skvělý i pro seniory



Doro 6050 Graphite White

Stylová věčková konstrukce
2,8" displej, fotoaparát s 3Mpx rozlišením
SOS tlačítko, velká výdrž baterie
Dobíjecí stojánek, FM rádio, svítlna



1 799,-

obj. kód: DOR00120

Sdílejte své zážitky

SAMSUNG

Samsung Galaxy J7 (2017) Duo

5,5" AMOLED displej s Full HD rozlišením
Kovové tělo, čtečka otisku prstu
Osmijádrový procesor, RAM 3 GB
Fotoaparáty 13 Mpx + 13 Mpx
Android 7.0 Nougat



~~8 990,-~~
6 999,-

obj. kód: SAMO0144a

Skvělý poměr ceny a výkonu

SAMSUNG

Samsung Galaxy A5 (2017)

5,2" AMOLED displej s Full HD rozlišením
Osmijádrový procesor, RAM 3 GB
Fotoaparáty 16 Mpx + 16 Mpx
Voděodolný dle IP68, microSD až 256 GB
Android 7.0 Nougat



Cashback
2 000 Kč

Dárek
k nákupu

8 999,-

obj. kód: SAMO0151

FullView displej & duální kamera



HUAWEI P smart

5,65" displej s Full HD rozlišením
Osmijádrový procesor, RAM 3 GB
Fotoaparát přední 13 + 2 Mpx, zadní 8 Mpx
Android 8.0 Oreo + EMUI 8.0



Novinka

5 999,-

obj. kód: HU3124a

Výjimečný v každé situaci



HUAWEI P9 Lite 2017

Kvalitní rám z leteckého hliníku
5,2" IPS Full HD displej
Osmijádrový procesor, RAM 3 GB
Fotoaparáty 13 + 8 Mpx, čtečka otisků prstů
Android 7.0 Nougat



Voucher
500 Kč

-40 %

~~7 499,-~~
4 499,-

obj. kód: HU2892a3b

Praktický ve všech úhlech



Lenovo



Lenovo Yoga 510-14AST

Procesor 7. generace AMD A9-9410
Tablet PC s 14" Full HD displejem
Až SSD 256 GB, až RAM 8 GB
Windows 10 Home

od 12 999,-

obj. kód: NT301w4v5d

Nejlepší služby, nejspolehlivější obchod



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

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 27. 03. 2018 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na www.alza.cz/reklama. Aktuální ceny najdete vždy na www.alza.cz. Dárky jsou dodávány pouze do vyčerpání zásob.