

SINIAKOVÁ SI MUSELA NAJÍT NOVOU PARTAČKU

MÍSTO ZRANĚNÉ KREJČÍKOVÉ ODEHRAJE US OPEN S GÖRGESOVOU STRANA 11

metro

mojemetrom | denikmetro

Úterý, 27. srpna 2019

Č. 159, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Otakar



Falešný Fillův obraz koupila i Bohdalová

Falzifikáty před soudem. Podnikatel Fröhlich má jít do vězení na osm let. **Další tresty.** Jeho žena si odsedí šest a společník Trokan sedm roků. **Peněžní náhrady.** Slavná herečka má dostat 1,5 milionu korun STRANA 3



Tak trochu větší cibulák. Porcelánka si k výročí nadělila novou fontánu

Cibulák, to nemusejí být jenom talíře, hrnky nebo cukřenky. Sochař Jiří Laštovička dokázal, že se tradiční modro-bílý vzor na porcelán hodí i na větší díla. Pro porcelánku v severočeském Dubí, která letos slaví 155 let od zahájení výroby, vytvořil hravou fontánu. Ta je umístěna v areálu továrny, na snímku s ní pózuji zaměstnankyně Petra Pavlíková (vlevo) a Monika Dóšová.

MAFRA



Další tragický den. Na silnici zemřely také děti

Smrtných nehod v Česku přibývá. Zvyšuje se i počet kolizí, kdy o život přijde více lidí.

Česko si připisuje do černých statistik další smrtelnou nehodu. Včera při čelním střetu osobního auta s kamionem zemřeli na silnici u Sudoměřic na Hodonínsku dva dospělí a dva chlapci škol-

ního věku. Pátý cestující v autě, také školák, utrpěl vážná zranění. Všichni aktéři dopravní nehody byli Češi, kamion i osobní auto řídily ženy. Během včerejška zemřeli ještě další dva lidé, proto se 26. srpen dostává do statistik s nejménějším výsledkem. Včerejšek patří k nejtragičtějším, stejně jako 5. červen, kdy na českých silnicích zemřelo také šest lidí.

„Podle předběžného šetření přejela řidička osobního vozidla na rovném úseku z nezjištěných příčin do pro-

tisměru, kde narazila do protijedoucího nákladáku,“ komentoval nehodu se čtyřmi oběťmi policejní mluvčí Petr Zámečník. Velmi vážně je zraněný třetí chlapec. Záchranáři jej uvedli do umělého spánku. „Vrtulník jej transportoval do Dětské nemocnice v Brně,“ uvedla mluvčí záchranné služby Hedvika Kropáčková. Řidička nákladního vozidla z nehody vyvázla bez zranění. Na místě jí však poskytoval psychologickou podporu policejní krizový inter-

vent. Policisté hledají případné svědky nebo majitele autokamer, kteří místem v době nehody nebo krátce před ní projížděli. Ozvat se mohou na telefon 974 633 260 nebo přímo na linku 158.

Jde o jednu z nejtragičtějších nehod letošního roku. Čtyři lidé zemřeli také před týdnem při čelní srážce dvou osobních aut u Starého Jičina na Novojičínsku. Čtyři oběti si vyžádala rovněž srážka auta s vlakem na přejezdu 14. července v Černožicích na Hradecku. **ČTK**

Číslo dne

30

Za tolik minut bude možné nabit elektromobil z 80 procent u nejrychlejší dobíjecí stanice v Česku. V půlce září ji na čerpací stanici OMV v Berouně otevře firma IONITY. V příštím roce v tuzemsku přibudou další dvě. IONITY je společný projekt BMW, Daimleru, Fordu a VW Group se značkami Audi a Porsche. Firma novou dobíjecí stanici v Česku pokračuje ve svém plánu vybudovat do konce roku 2020 v Evropě 400 dobíjecích lokalit. Využití rychlonabíjecí stanice bude bez ohledu na dobu nabíjení či kapacitu baterie vozu zpoplatněno jednorázovou částkou 205 korun.

INZERCE

NIKDO VÁM NEVNUCUJE, CO SI MÁTE MYSLET

ParlamentníListy.cz

Krátce

Hnilička bude šéf



V nové funkci

MAFRA

Národní sportovní agenturu, která postupně převezme od ministerstva školství agendu státní politiky ve sportu, povede poslanec ANO a bývalý hokejový brankář Milan Hnilička. Včera to schválil kabinet Andreje Babiše. Agentura vznikla 1. srpna, od roku 2021 bude rozdělovat peníze z dotačních programů pro sportovce. O vzniku agentury rozhodla novela zákona, kterou začátkem července podepsal prezident Miloš Ze-

man. Hlavním úkolem agentury, která má mít 80 zaměstnanců, z nichž 30 převezme z ministerstva školství, je vytvoření nového systému státní podpory sportu.

V Brdech žije vzácný datlík

Je zvláště chráněný jako silně ohrožený druh. Reč je o datlíku tříprstém. Nyní ochránci přírody přicházejí se zprávou, že se tento vzácný pták uhnízdil v jižní části Brd. Byl sledován také na Šumavě a v Beskydech. Na jihu Brd byl poprvé pozorován v letech 1985 až 1989 a pak v roce 2015. Potvrzení jeho hnízdění v Brdech dokládá jedinečnost tohoto území i vhodný způsob hospodaření v lesích, kdy se ponechávají stromy různého stáří i druhů. **ČTK**



Tonička ve StarDance. Už tančí v ulicích

Filmaři obsadili Dominikánskou ulici v Plzni, aby tu natočili jednu z upoutávek na letošní soutěž StarDance. Její protagonistkou je jedna ze soutěžících – zpěvačka Tonya Graves. Oblíbený pořad České televize začne 12. října a na velké finále se chystá 14. prosince. Kromě „Toničky“ se se svými tanečními partnery z řad profesionálů představí písničkář Xindl X, bývalá biatlonistka Gabriela Koukalová, spisovatelka Radka Třeštíková nebo Karel Kovář, známý jako youtuber Kovy. StarDance se těší velké divácké oblibě. Loňskou devátou řadu sledovalo na obrazovkách České televize v průměru 1,48 milionu diváků starších 15 let. Finálový večer si nenechalo ujít 1,7 milionu diváků. **MAFRA**

Bohdalová má dostat 1,5 milionu

Podnikatel podváděl a prodával padělaná plátna.

Herečka Jiřina Bohdalová byla jednou z obětí podnikatele Jaroslava Fröhliche. Od něj totiž koupila podle soudu falzifikát obrazu Zátíší s dýmkou a hrozny od slavného Emila Filly. Soud včera rozhodl, že má od podnikatele dostat 1,5 milionu korun plus úroky. Případ se týká velké kauzy s padělanými obrazy. Podnikatel Fröhlich dostal celkový trest – osm let ve vězení a pokutu 15 milionů korun. Jeho ženu Evu poslal na šest let do vězení a kolegovi Martinu Trokanovi uložil sedmiletý trest. Oba mají také zaplatit po pěti milionech korun. Trojice se podle předsedkyně trestního senátu Ivy Říhové dopustila podvodu



Včera u soudu ČTK

a způsobila škodu za desítky milionů korun, kterou musí společně uhradit. Rozhodnutí není pravomocné, obžalovaní se na místě odvolali.

Bohdalová, kterou do soudní síně doprovodil hudebník Michael Kocáb, odmítla verdikt komentovat. „Nejsem právník,“ řekla novinářům. K rozsudku se nevyjádřili ani Fröhlich a Trokan, Fröhlichová se ze včerejšího jednání omluvila. Mezi poškozenými vystupuje také režisér Ivan Zachariáš, který má od obža-

lovaných 1,2 milionu korun. S dalšími nároky se mají Zachariáš i Bohdalová obrátit na civilní soud, protože obrazy koupili od prostředníka za vyšší ceny. Fröhlichovi a Trokan prodali desítky obrazů za zhruba 30 milionů korun. Další údajně padělky v hodnotě zhruba 51 milionů k prodeji nabízeli. Podle soudkyně věděli, že jsou díla padělaná.

Fröhlichovi a Trokan prodávali do galerií či obchodníkům obrazy českých umělců, například Josefa Čapka, Františka Kupky, Emila Filly, Václava Špály, Jana Zrzavého, Jindřicha Štyrského či Toyen. Cena děl se pohybovala od desítek tisíc korun po několik milionů. Vůdčí úlohu měl podle soudu Fröhlich, podvody řídil a organizoval. Vybíral znalce i galeristy. Většina údajně padělaných děl se na trhu objevila mezi lety 2013 až 2016. Byly mezi nimi olejomalby, akvarely i náčrty. ČTK

Krátce

Za Lány k soudu?

Policie navrhla obžalovat dva lidi a jednu právnickou osobu za zmanipulování veřejné zakázky Lesní správy Lány, která je pří-

spěvkovou organizací prezidentské kanceláře. Uvedla to Národní centrála proti organizovanému zločinu. Případ se týká zakázky na opravu svahu u vodní nádrže Klíčava. ČTK



Česko chce silnější pozici

Věra Jourová opět půjde do boje o post eurokomisařky. Po pěti letech, kdy měla v této pozici na starost spravedlnost nebo ochranu spotřebitele, by ráda pod svá křídla dostala silné, ideálně ekonomické portofolio. Její nominaci včera schválila vláda. Evropský parlament bude kandidáty členských zemí schvalovat na konci září. Jourová by chtěla získat i vyšší pozici – místopředsedkyni komise. ČTK

INZERCE

VYSOKÁ KVALITA, NÍZKÁ CENA A BONUS PRO PŘÍRODU

Značka 

To jsou šetrné úklidové nebo prací prostředky s označením „nature“ dm značky Denkmit.



Tip dm:
Pokud hledáte produkty šetrnější k přírodě i lidem, sledujte v prodejnách dm zelené cenovky.

Denkmit tablety do myčky nature 30ks
89⁹⁰ Kč
3,00 Kč za 1 ks
202250 5

 www.dm.cz
 www.facebook.com/dm.cesko
 instagram.com/dm_cesko

 /Doprava
ZDARMA při nákupu
od 1290 Kč.*

*Platí pro nákupy zákazníků zaregistrovaných a současně přihlášených v online shopu dm.cz.



O+KK PRO VYZNAVAČE MINIMALISMU

Připravujeme nové malometrážní byty:
5. září na Karlínském náměstí


STARTOVACÍ MĚSTO
RAIFFEISEN STAVĚBNÍ SPÓRTELNY

www.startovacimesto.cz

Vyznamenání. Lidé navrhli Zemanovi 257 osobností

Prezident Miloš Zeman dostal od lidí návrhy na udělení státních vyznamenání 257 osobnostem. Společně s doporučeními od senátorů a poslanců tak prezident bude posuzovat udělení medailí a řádů pro více než tři stovky lidí. Včera to řekl Zemanův mluvčí Jiří Ovcáček. Státní vyznamenání bude Zeman opět udělovat 28. října při oslavách výročí vzniku Československa. Loni udělil řády či vyznamenání 41 osobnostem. „Pan prezident obdržel 229 dopisů s návrhy na státní vyznamenání. Někdy šlo i o více jmen, takže celkový počet navržených různých osob je 257,“ uvedl Ovcáček. Zeman tak dostal více návrhů než loni, kdy mu přišlo 214 doporučení, což bylo o téměř 20 více než v roce 2017. Návrhy na udělení státního vyznamenání může prezidentovi podat občan, skupina občanů nebo organizace. Prezident k nim může a nemusí přihlídnout, vybrat může osobnost také podle svého uvážení. Například loni dolní komora navrhla 28 osobností, Zeman vyhověl 11 sněmovním návrhům. Podle webu Pražského hradu by si lidé při podávání návrhů měli zkontrolovat, jestli navrhovaná osoba již v minulosti vyznamenána nebyla. Zeman již dříve oznámil, že válečnému veteránovi a poslednímu žijícímu české-

mu stíhacímu pilotovi RAF Emilu Bočkovi udělí 28. října Řád bílého lva nejvyšší třídy. Bočkovi už propůjčil Řád bílého lva bývalý prezident Václav Klaus v roce 2010. Bývalý stíhací pilot tehdy dostal „jen“ řád třetí třídy vojenské skupiny. Vyznamenat se také Zeman chystá vojenského kynologa Tomáše Procházkou, který loni v říjnu zahynul na misi v Afghánistánu. Naznačil také, že by mohl ocenit hokejistu Jaromíra Jágra, který už má od Zemanova předchůdce ve funkci Václava Klause medaili Za zásluhy II. stupně. Vyznamenání zřejmě dostane také katolický kněz Petr Piřha, kterému v minulosti udělil medaili Za zásluhy Klaus. Návrh na vyznamenání v červnu schválila i vláda. Na návrh ministra obrany Lubomíra Metnara doporučila prezidentovi, aby udělil Řád bílého lva in memoriam pilotovi bombardérů z druhé světové války Josefu Ocelkovi a československému generálu justiční služby Bohuslavu Ečerovi. Ministři tak chtějí ocenit jejich hrdinství z období druhé světové války.

Poslanci Zemanovi navrhli ocenit 37 osobností. Vyznamenat Řádem bílého lva by třeba chtěli stejně jako vláda Ocelku, dále bývalého předsedu Vojenského výboru NATO Petra Pavla, který Zemana v minulosti kritizoval. **čtk**



Pomůže rodičům pracujícím přes noc

Jihlava má nově první mateřskou školu, kde děti mohou i přenocovat. Zařízení se sto místy by mělo pomoci rodičům pracujícím na směny. Náklady na novou školu v lokalitě Na Dolech převýšily 87 milionů korun, město na ni dostalo evropskou dotaci.

2x ČTK

Festival uvede film o drogové mafii v Česku

Brněnská přehlídka televizních a online seriálů Serial Killer uvede zajímavé snímky.

Zrádci, tak se jmenuje nový český film, který se odehrává v prostředí česko-vietnamské drogové mafie. Na tiskové konferenci včera program festivalu představila organizátorka Kamila Zlatušková.

Druhý ročník festivalu se uskuteční 24. až 29. září a promítne na čtyřicet projekcí včetně světových premiér, soutěž nových seriálů a webseriálů a také přehlídku nor-

ské seriálové tvorby. „Festival vznikl ze dvou důvodů. Jedním je exportovat do západní Evropy to nejlepší ze zdejší tvorby a za druhé přinášet kvalitní tvůrce a seriály sem k nám,“ řekla Zlatušková, „Název festivalu je nadsázka. Chceme zabít předsudky o televizní tvorbě v naší části Evropy, ale také zabít náš často zbytečný komplex méněcennosti,“ dodala. V hlavní soutěži jsou také dva české seriály. Prvním z nich je seriál podle skutečných událostí Zrádci z produkce České televize, který se zabývá obchodem s pervitinem v Česku. „Seriál je z prostředí česko-vietnamské drogové mafie. Na scénáři jsme spolupracovali s Národní protidro-

govou centrálou. Zjistili jsme, jakým způsobem byznys s pervitinem v Česku funguje, a do toho jsme si vymysleli příběh mladého drogového dealera,“ řekl scenárista Miro Šifra.

Druhým je špionážní drama HBO Bez vědomí sledující příběh houslistky Marie a jejího politicky angažovaného manžela Viktora, kteří se vracejí z exilu do Československa v roce 1989. První dva díly šestidílného seriálu režisovaného Ivanem Zachariášem mohli diváci vidět na filmovém festivalu v Karlových Varech. Premiéru bude mít na festivalu například seriál Exit, komediální drama s dokumentárními prvky o čtveřici norských finanční-

ků. Seriál Šťastná to země vypráví o tom, jak se z Norska po objevu ropných ložisek stala jedna z nejbohatších zemí světa. Zastoupení bude mít také norský teenagerský seriál SKAM anebo Magnus, komedie o policistovi, který vyšetřuje případy v přestrojení za kus nábytku. Doprovodný program tvoří debaty, přednášky, koncerty seriálových znělek, stand-upy anebo je možnost zúčastnit se na závěr festivalu pochodu nemrtvých Zombie Walk. Festival Serial Killer vznikl v roce 2018 a jde o první festival TV a online seriálů ve střední a východní Evropě. Loni ho navštívilo tři tisíce diváků, kteří mohli vidět například premiéru seriálu Most!. **čtk**

Číslo dne

109

Ve věku 109 let zemřela nejstarší česká obyvatelka Marie Schwarzová, která žila v brněnských Židenicích. Pamětnice panování císaře Františka Josefa I. završila svůj život dětem jako učitelka. Schwarzová, za svobodna Farková, se narodila 30. ledna 1910 ještě v Rakousku-Uhersku. Zažila tak mimo jiné obě světové války. O ženu se v posledních letech starala její dcera Alena. Druhé dítě, syna Borise, Schwarzová přežila, stejně jako oba své manžely. Samotnou ji nejvíce trápil fakt, že se z druhého patra domu nedostala po schodech. Pozornosti médií i židenické radnice se vyhýbala, gratulace odmítala i kvůli obavám o zdraví. Schwarzová byla jen o čtyři dny mladší než její předchůdkyně v roli nejstarší Češky Květoslava Hranošová, která v Praze zemřela letos v lednu.

Pokojevky venku i číslování

Nejen horké léto přineslo do české metropole neobvyklé úkazy.

Příroda v Praze má za sebou jednu z nejteplejších měsíců, jaké kdy zažila. Deník Metro představuje některé jevy, na které jej upozornili čtenáři.

Letňanský fíkovník

„V jedné z letňanských ulic roste keř skutečného fíkovníku. Zelený fešák s mnoha plody je zcela překvapivě součástí vyperádné panelákové předzahrádky,“ napsal nám čtenář Pavel Kyselák, kterému se při procházkách po osmnácté městské části podařilo vyfotografovat teplomilnější keř.

Podle dendrologa Aleše Rudla však v posledních letech nejde o tak velkou raritu nejen v rozpálené Praze. „Fíkovníky se dají u nás pěstovat, pokud se v zimě ochrání před holomrazy,“ vysvětluje dendrolog. Podobné je to přý-

také s opuncemi, jejichž fotografie se v tomto období objevují na sociálních sítích.

„Určité druhy kaktusů naše mírnější klima snáší. Na skalkách zahrádkářů se dají najít,“ dodává Rudl.

Očíslovaná Stromovka

Je tomu několik dní, co se na sociálních sítích rozjela vášnivá debata ohledně visáčků na stromech v Královské oboře. Každá dřevina má totiž v parku své vlastní identifikační číslo a nikdo moc netuší, k čemu vlastně slouží.

„Jsou to identifikátory pro integrovaný záchranný systém,“ napsal ve skupině Letenská parta uživatel Max Hermel. Podle něj a mnoha dalších obyvatel Prahy 7 má tak každý strom, podobně jako lampy veřejného osvětlení, své číslo. To údajně pomáhá policistům nebo záchranářům najít například zraněnou osobu. S ním souhlasí početná skupina místních obyvatel. Ti mají obvykle za to, že jsou čísla umístěna pro veřejnost jako jakýsi rozlišovač jednotlivých dřevin.



Fíkovník z Letňan P. KYSELÁK

Za pražskými stromy

V září proběhnou dvě komentované vycházky za stromy metropole zdarma.

- **5. září:** po významných stromech obory Hvězda – sraz v 16 hodin na tramvajové zastávce Sídliště Petřiny.
- **16. září:** za významnými stromy Petřina – sraz v 16 hodin na Pohořelci.



Břevnov PRAZSKESTROMY

Do debaty se na žádost čtenářů zapojil i deník Metro, který oslovil správkyni Stromovky Barboru Berecovou. Ta vyvádí z omylu obě skupiny. „Pravdu nemá ani jedna ze stran. Jde o naši vlastní interní databázi. Slouží například k tomu, abychom měli přehled o jejich zdravotním stavu, uměli přiřadit dendrologické posudky a podobně,“ vysvětluje pro deník Metro Berecová.

Břevnovský jasan

Stromy mohou připomínat také důležité události našich

dějín i význačné osobnosti. Svě o tom vědí odborníci z týmu webu Pražské stromy, kteří během léta rozšířili databázi významných stromů Prahy o dalších pět kusů. „Nově sem byl zařazen Rothmayerův jasan v Břevnově. Vysadil ho ve 30. letech minulého století samotný architekt Otto Rothmayer u své vily. Zajímavostí je, že strom měl původně sloužit jako převoznické bidlo. Živý stromek zbavený spodních větví si převezl z Troje. Vzhledem ke svému původnímu účelu zvedá svoji rozložitou korunu až té-

měř v pěti metrech své výšky,“ popisuje tým webu.

Svou lípu má nově také bývalá první dáma Olga Havlová. Ta byla vysazena 7. března 2018 na Žižkově u příležitosti jejich nedožitého 85. narozenin. Dřevina se stala prvním stromem z pětáosmdesáti, které se v loni vysazovaly na její počest. „Soupis významných stromů u nás vzniká od roku 2013, aby se zařazené dřeviny staly nedotknutelné a zachránilo se jejich poselství pro další generace,“ uvádí Pražské stromy na webu. **FILIP JAROŠEVSKÝ**



Sedm tisíc let před budoucí dálnicí D11 tu stála obchodní cesta

Archeologové u Jaroměře našli zřejmě 7000 let starou obchodní stanicí při výzkumu v trase budoucího úseku dálnice D11 severně od Hradce Králové. Výzkum pokračuje druhou etapou. Nyní se soustředí do okolí Jaroměře, kde patří k nejpozoruhodnějším nálezům objev sídliště kultury s vypíchanou keramikou datované do pátého tisíciletí před naším letopočtem. Jeho součástí byla i zmíněná obchodní stanice s kamennými nástroji a kamennou surovinou. Sdělili to zástupci stavební firmy Sovis a archeolog Ladislav Rytíř z Univerzity Hradec Králové, která většinu nálezů nyní zpracovává. „Sídliště známe už z první etapy, ale nově máme pracovní interpretaci, podle které by mohlo jít o obchodní stanici. Ve východních Čechách se totiž surovina z naleziště nevyskytuje. Část souboru pochází zřejmě z Jizerských hor a část také z Polska a Slovenska. Koncentrace kamenných artefaktů, jako jsou třeba kamenné nože, škrabky, sekyrky a různé úštěpy, je vysoká,“ uvedl Rytíř. Výzkum v trase dálnice je obrovskou archeologickou sondou do krajiny. Staveniště, které je dlouhé 25 kilometrů a široké okolo 60 metrů, vede archeologicky velmi cennou oblastí. Dosavadní nálezy pocházejí z období od pravěku po novověk. Tisíce nálezů se nyní třídí a zpracovává. Na analyzování vykopávek se podílejí také vědci z dalších oborů, například antropologové nebo přírodovědci.

Hurikán.**Trump ho chce rozbít bombou**

Americký prezident Donald Trump na jedné ze schůzek s bezpečnostními poradci navrhl likvidovat formující se hurikány nad oceánem jadernými zbraněmi a ochránit tak před ničivým živlem území USA. Informoval o tom v neděli americký zpravodajský server Axios, který se odvolal na účastníka této schůzky. „Přišel jsem na to. Proč na ně (hurikány) neshodíme jadernou bombu? Začínají se formovat u afrického pobřeží. Jakmile se (hurikán) začne přesunovat přes Atlantik, shodíme bombu do jeho středu a rozbijeme ho. Proč to nemůžeme udělat?“ řekl Trump podle zdroje, který cituje Axios. Trump informací ve včerejším tweetu označil za lživou zprávu. **ČTK**

**Přestěhují hlavní město**

Indonéský prezident Joko Widodo včera oznámil stěhování hlavního města z přelidněné a znečištěné Jakarty na indonéskou stranu ostrova Borneo. Přesun metropole vychází podle hlavy státu z detailních studií. Jako nejpříhodnější poloha se podle prezidenta nejlidnatějšího muslimského státu světa jeví provincie Východní Kalimantan. **AP**

Izraelští rasisti. Bez kandidatury

Izraelský nejvyšší soud zakázal kandidovat dvěma členům krajně pravicové strany Židovská síla. Rozhodnutí soud zdůvodnil rasistickými názory obou politiků. V neděli pozdě večer soud oznámil, že Benzi Gopstein ani Baruch Marcel nemohou jít do voleb, které se budou konat v září.

Kandidatura Židovské síly vyvolala spory i na jaře, před dubnovými volbami, po nichž se nepodařilo sestavit vládní koalici; proto se volby opakují. V březnu volební komise velmi těsným hlasováním nakonec tuto krajně pravicovou protiarabskou stranu do voleb pustila.

Vedení Židovské síly se považuje za následovníka rabína Meira Kahaneho, který po-

žadoval vyhnání Arabů z Izraele a obsazených palestinských území a anexi těchto území. Kahaneho strana Kach byla v březnu 1994 zařazena mezi teroristické organizace a zakázána. Obnovila činnost pod názvem Kahane chaj, ale i pak byla zakázána.

Soud v neděli rozhodl, že se Židovská síla může jako strana voleb zúčastnit, a zamítl požadavek, aby byla vyřazena celá. Gopstein a Marcel se účastnit nemohou, stojí v soudním rozhodnutí, které se opírá o zákon zakazující „podněcování k rasismu“.

Volební komise minulý týden Židovskou sílu znovu do voleb pustila, konečné rozhodnutí ale musel učinit nejvyšší soud. **ČTK**

Íránského ministra prezident vidět nechtěl

Krise kolem Íránu byla jedním z témat schůzky skupiny G7.

Americký prezident Donald Trump věděl, že v neděli na místo konání summitu skupiny vyspělých ekonomik G7 na jihu Francie přijede íránský ministr zahraničí Mohammad Džavád Zaríf. Na včerejším setkání s novináři také řekl, že jej francouzský prezident Emmanuel Macron o chystané návštěvě předem

informoval a požádal o svolení. Sám Trump se ale se Zarífem setkat nechtěl.

Šéf íránské diplomacie přiletěl v neděli nečekaně do jihofrancouzského Biarritzu, kde se od soboty koná summit. O jeho chystané návštěvě veřejnost předem informována nebyla. Bílý dům v neděli uvedl, že Paříž Trumpa předem neupozornila, že íránský ministr zahraničí se na okraj summitu sejde s francouzskou delegací.

Včera Trump ale novinářům řekl, že nedělní přilet íránského ministra pro něj nebyl překvapením, neboť

o něm věděl. Prezident Macron s ním tuto věc konzultoval a požádal jej o svolení.

Na to, aby se sám s íránským ministrem sešel, bylo podle Trumpa příliš brzy. Žda se Zarífem jednal někdo z jeho delegace, ale šéf Bílého domu odmítl komentovat. Zdůraznil, že si přeje silný Írán a že v této zemi neusiluje o změnu režimu. Teherán podle něj ale nesmí vlastnit jadernou zbraň.

Krise kolem Íránu byla jedním z hlavních témat nedělní pracovní schůzky skupiny G7. Podle Macrona se na ní sedm prezidentů a premiérů

a zástupce Evropské unie Donald Tusk shodli na tom, co chtějí společně Íránu říci.

Trump loni oznámil, že Spojené státy odstupují od jaderné dohody s Íránem z roku 2015, a následně zavedl proti Íránu sankce. Americký prezident si přeje vyjednat novou dohodu, která by se vztahovala i na íránský balistický program. Írán v reakci letos v květnu přestal plnit některé závazky plynoucí z dohody. Ostatní signatáři dokumentu, tedy Rusko, Čína, Německo, Francie a Británie, se snaží dohodu nadále zachovat. **ČTK**

Krátce**Přeparkovali vesmírnou loď**

Členové posádky Mezinárodní vesmírné stanice včera nastoupili do lodi Sojuz MS-13 a „přeparkovali“ ji na jiný spojovací uzel. Cílem bylo uvolnit místo pro opakovaný pokus o přistání lodi Sojuz MS-14 s robotem Fjodorem, které se nepodařilo v sobotu.

Zabíjel host

Francouzská policie zadržela muže, jenž minulý týden zabil provozovatele baru v Saint-Denis, který mu odmítl nalít. Útočník čelí obvinění z napadení s následkem smrti. **ČTK**

INZERCE

OD SRPNA
NOVÉ INTERAKTIVNÍ
SPORTOVNÍ HRY

Rozhýbej iQport! Ocitni se v centru dění v mnoha sportech. Od tenisu přes bowling až po vodní skútr!

JEDINÝ ZÁŽITKOVÝ
SCIENCE PARK V PRAZE
NÁPLAVKA PRAHA, DENNĚ 9 – 20 H
www.iQport.cz

VE SPOLUPRÁCI S **Prima ZOOM**

VSTUPENKY NA
ticketmaster®

iQport

Sudoku

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

Napište svou bublinu



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



Počasí

DNES Min. 27 Max. 31	ZÍTRA Min. 28 Max. 32	ČTVRTEK Min. 28 Max. 32	PÁTEK Min. 25 Max. 29
---------------------------------------	--	--	--

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: 7,5/32,2 °C
Rok výskytu: 1899/1834

Kvíz

- 1 Ledový palác, Dóm krále Artuše nebo Tristanův dóm najdete ve Velké ledové jeskyni v:
a) Rakousku
b) Německu
c) Francii
- 2 Kanadský podnikatel Joe Weider je známý jako spoluzakladatel Mezinárodní federace:
a) kynologů
b) kulturistů
c) klavíristů
- 3 Skalnaté pleso ve Vysokých Tatrách na Slovensku leží ve výšce 1751 metrů nad mořem. Šíroké je 85 metrů a dlouhé:
a) 12 metrů
b) 112 metrů
c) 212 metrů
- 4 Maxmilián II. Habsburský, římskoněmecký a český král, byl císař od roku:
a) 1554
b) 1564
c) 1574
- 5 Do 16. století byl Tenochtitlán hlavním městem jedné známé indiánské říše:
a) aztécké
b) mayské
c) incké

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

ČT1

- 12:30 Horákoví (37)
- 13:25 Po stopách hvězd
- 13:50 Trumfý Miroslava Donutla
- 14:45 Nezkrotná Angelika Dobrodružné romantické drama (Fr./It./N, 1967)
- 16:10 To je vražda, napsala VI
- 16:55 Cestománie
- 17:30 AZ-kviz
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 Kde domov můj?
- 18:55 Události za okamžik a počasí
- 19:00 Události
- 19:50 Branky, body, vteřiny



20:00 Ztracená brána (2/3)
 Krimifilm (ČR, 2012). Hrají: A. Geislerová, J. Dvořák, I. Trojan, J. Abrahám, V. Preiss, T. Töpfer, P. Kříž, P. Rímský, M. Hádek, T. Medvedek, F. Němec, J. Pidrmanová a další. Režie J. Strach

- 21:15 Nejlepší Bakaláři
- 22:09 Výsledky losování Šťastných 10 a Euromilióny
- 22:10 Columbo
- 23:25 Kriminálista
- 00:25 AZ-kviz
- 00:50 Banánové rybičky
- 01:20 Zajímavosti z regionů
- 01:45 Žijíš jenom 2x
- 02:10 Sváteční slovo Spisovatele a výtvarníka Václava Vokolka
- 02:20 Dobré ráno
- 04:50 Kuchařská pohotovost

ČT2

- 12:25 Nikola Tesla
- 13:20 Red Arrows zblízka
- 14:20 Americké sny Roberta Kennedyho
- 15:20 Rozluštěné poklady
- 16:05 Rozluštěné poklady
- 16:55 Nejvýznamnější operace 2. světové války (2/2)
- 17:55 Tisíc chutí ulice
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Folklorika
- 19:20 Bohemia Incognita
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy v českém znakovém jazyce



20:00 7 dní hříchů
 Drama (ČR/SR, 2012). Útěk Agnes, německé manželky českého lesníka Jana Olšana, je zahalen tajemstvím. Jen ona sama ví, kdo a proč ji hledá... Koprodukční snímek ČT inspirován skutečnými událostmi, které se odehrály v sedmi poválečných dnech na Šumpersku roku 1945. Hrají: V. Kerekesová, O. Vetchý, J. Hylebrant, J. Schmitzer, I. Baroš, A. Mokoš a další

- 21:50 Diana – sedm dnů, které šokovaly celý svět
- 23:25 Berlín 1918-1933: Metropole zločinu (2/2)
- 00:10 Hitlerův vpád na východ: Oběti
- 01:00 Rocco Schiavone (8/10)

NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:25 Krok za krokem II (24)
- 12:50 Ordinance v růžové zahradě 2 (524)
- 14:05 Můj přítel Monk VIII (15)
- 15:00 Můj přítel Monk VIII (16)
- 15:55 Námořní vyšetřovací služba XIV (18)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Co na to Češi
- 18:25 Ulice (3717)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



20:20 Ordinance v růžové zahradě 2 (907)
 Seriál (ČR, 2019). Marika nemůže spát: ve snech jí straší duch mrtvého. Mázl rodí dítě sestřičky Lady. Hrají: Z. Adamovská, P. Rychlý, P. Štěpánek, M. Etzler, R. Fiala, M. Randová, J. Čenský, M. Zounar, R. Jaškův, M. Šoposká a další

- 21:35 Víkend
- 22:30 Smrtonosná zbraň II (18)
- 23:15 Beze stopy IV (7)
- 00:10 Můj přítel Monk VIII (15)
- 01:00 Můj přítel Monk VIII (16)
- 01:40 Námořní vyšetřovací služba XIV (18)
- 02:20 Krok za krokem II (24)
- 02:50 Koločot
- 03:15 Co na to Češi

PRIMA

- 12:10 Polední zprávy
- 12:25 Policie Hamburg VII (2) Krimiseriál (N, 2012)
- 13:25 Doktor z hor: Nové příběhy XI (9) Souzené duše 1/2. Seriál (N, 2018)
- 14:25 Komisař Rex IV (1, 2) Krimiseriál (N/Rak., 1998)
- 16:30 Odpolední zprávy
- 16:50 Policie v akci
- 17:50 Prostřeno!
- 18:55 Velké zprávy
- 19:40 Divožky
- 19:55 TOP STAR



20:15 Krejzoví (81)
 Komedijní seriál (ČR, 2018). Helena připravuje slavnostní večeři. Má dostat od členů akademie Cenu za výzkum. K předání nedojde, protože vilu obsadí speciální komando. Hrají: O. Navrátil, J. Kretschmerová, V. Hybnerová, M. Plánková, F. Blažek, J. Šťastný a další

- 21:35 Vůně zločinu II (3) Krimiseriál (Ukr., 2015)
- 22:55 Ano, šéfe!
- 00:05 Policie v akci
- 01:05 Komisař Rex IV (1) Krimiseriál (N/Rak., 1998)
- 02:10 Komisař Rex IV (2) Krimiseriál (N/Rak., 1998)
- 03:10 Doktor z hor: Nové příběhy XI (9)

PRIMA COOL

- 12:50 Simpsonovi XXI (12)
- 13:20 Simpsonovi XXI (13)
- 13:50 Simpsonovi XXI (14)
- 14:20 Simpsonovi XXI (15)
- 14:45 Teorie velkého třesku V (11, 12)
- 15:40 Futurama (12)
- 16:05 Americký chopper IV (8)
- 17:00 Top Gear 2009
- 18:05 COOLfeed
- 18:15 Simpsonovi XXI (16)
- 18:45 Simpsonovi XXI (17)
- 19:15 Simpsonovi XXI (18)
- 19:45 Simpsonovi XXI (19)
- 20:05 Úplně debilní zprávy



20:15 Top Gear speciál: James May a lidové autíčko (1)

- 21:20 Teorie velkého třesku V (13) Sitcom (USA, 2011)
- 21:50 Teorie velkého třesku V (14)
- 22:20 Kurz sebeovládání (34) Sitcom (USA, 2012-2014)
- 22:45 Partička
- 23:35 Americký chopper IV (8) Seriál (USA, 2006)
- 00:35 Partička
- 01:05 Kdo přežije: Filipíny (12)
- 02:10 Zornův syn (8) (USA, 2016)
- 02:40 Kdo přežije: Filipíny (12)
- 03:35 Zornův syn (8) Komedijní seriál (USA, 2016)

ÓČKO



- 06:00 Ranní fresh Vstávání s muzikou
- 09:00 Óčko trendy Aktuální klipy
- 10:00 Mixxer Show Klipy na přání, soutěže a rozhovory se zajímavými hosty
- 12:00 Future news Novinky ze světa vědy, techniky a blízké budoucnosti
- 12:05 Óčko hity Klipy nonstop
- 15:00 Future news
- 16:00 Zpátečka Co jsme hráli na Óčku tento den v roce 2012
- 17:00 Future news Novinky ze světa vědy, techniky a blízké budoucnosti
- 17:05 Óčko hity Klipy nonstop
- 19:00 Future news Novinky ze světa vědy, techniky a blízké budoucnosti
- 19:05 Moje desítka Top 10 klipů podle diváka Óčka
- 20:00 Óčko hity Klipy nonstop
- 21:00 CZ & SK
- 22:00 Óčko flirt

Sloupek

JAKUB KOHÁK

KUBIŠIČKA



KAIDA BARASIN

Přišla po druhé světové válce s dědou až z Kyrgyzstánu. Do té středoasijské země se dostala jako malá, když je tam Stalin v rámci osídlování prázdných míst široké Rusi spolu s asi dalším půl milionem lidí „přemístil“ z Rostova na Donu, kde – dle jejího vyprávění – patřili k nižší šlechtě, přičemž jeden z předků byl dokonce ataman neboli náčelník kozáků! Nikdy se nenačila pořádně česky, mluvila takovou směsí ruštiny, češtiny a občas se tam vzácně zamíchalo slovo kyrgyzské. Jako třeba „rachmat“, což znamená „hotovo“ nebo také „vyřešeno“ či „v pořádku“. Dále se u nás – především v souvis-

Citát

Chodili jsme do Sluníčka, což bylo kino pro nejmenší děti.

ších mi přirozeně utkvěly v paměti, takže třeba rusky vůbec nemluví, tak běžnému hovoru pohodlně rozumím. Také si vzpomínám, že když se obědvalo a mně už toho na talíři moc nezbyvalo, tak říkávala, abych to dojedl, vždyť toho je jak „kot naplákal“, což se používá v ruštině a znamená to, že je toho málo. Stačí si jen představit, kolik toho napláče kočka. Moc toho nebude. Nebo byla legrační říkačka „Izvinite – na čom seditě?“, což znamená „Promiňte – na čem sedíte?“ a odpovídalo se NA ZADKU! Pracovala v bance, v budově dnešní ČNB. Chodili jsme do Sluníčka, což bylo kino pro nejmenší děti, kde jsme trávili mnoho hodin. A říkala mi „vot kukačka“ kvůli mým velkým očím. Byly to nádherné časy. V sobotu 24. srpna by jí bylo 102 roků. Natálie Leviová. Moje babička. Ahoj, babuško, vzpomínám na Tebe!

Dopisy a vzkazy

Konec okupace

Poslouchal jsem na ČT 24 interview s Karlem Schwarzenbergem. Velice mne zaujal poznámkou o vzpomínání na okupaci naší republiky 21. srpna 1968. Naprosto s ním souhlasím. Připomínáme okupaci, pořádají se manifestace, ale moc by mne zajímalo, kolik těch lidí, i politiků, vlastně ví, kdy okupace skončila a kdo se zasloužil o odchod vojsk SSSR. I tento fakt bychom snad měli slavit!

IVO ŠTĚPÁNEK, PRAHA 9

Zdraví nadevše

Procházejíc se po milých Petřinách vzpomínám s vděčností na ty, kteří mi umožnili radovat se z krás naší přírody. Je mi 94 let a mám za sebou několik nešťastných pádů a zlomenin. Chtěla bych moc poděkovat těm, kteří mi mé polámané kosti dali opět dohromady v Ústřední vojenské nemocnici ve Střešovicích, jakož i pracujícím v Poliklinice AGEL – oddělení následné rehabilitační péče. Naše politiky a političky prosím, aby se velmi vážně zamysleli nad tím, proč je v naší republice nedostatek pracujících ve zdravotnictví.

JÍŘINA KNOTKOVÁ, PRAHA 6

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

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

#METROTAG

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

INZERCE

HOROSKOP

na úterý 27. 8.

VESMÍRNÉ JASNOVIDECTVÍ
Dávám diskrétní, rychlé a jasné odpovědi NA VŠE! NEBOJTE SE MĚ ZEPTAT!
Věštkyňe Viola
Pište SMS ve tvaru 73EXS a své datum narození na 904 30 55 nebo volejte na 906 70 30 35

Beran 21/3–20/4
Nový objev je ještě energičtější člověk než vy, což je samo o sobě s podivem. Takové spojení sil slibuje vášnivý průběh.

Váhy 23/9–23/10
Krásný závěr prázdnin se týká manželství a dlouhých vztahů na psí knížku. Doceníte si slibuje vášnivý průběh.

Býk 21/4–21/5
Přestáváte házet všechny protějšky do jednoho pytle. Ke změně názoru vás přiměje zkušenost blízkého člověka, nejspíš přítele.

Štír 24/10–22/11
Nezadaní i zamilovaní Štíři mají připravený pohár plný lásky. Neotálejte a dejte si aspoň malý doušek. Úplně vás to promění.

Blíženci 22/5–21/6
Vystupujete jako dokonalost sama. Nosíte nosánek nahoru a singles působí, jako by budoucí partner musel být minimálně princ.

Střelec 23/11–21/12
Připravíte na partnera několik zkoušek. Co hůř, chystáte se narušit jeho soukromí. Nechte jeho e-mail i mobil bez povšimnutí!

Rak 22/6–22/7
Romantická duše Raků dostává, co potřebuje. Není vyloučeno, že spolu stihnete sledovat romantický západ slunce nad mořem!

Kozoroh 22/12–20/1
Trochu se bojíte, abyste nezačali mluvit ze spaní. To, co nezažíváte s partnerem při milování, si vynahrazujete během spánku.

Lev 23/7–22/8
Odolejte lákavému pokušení, které se rozprostírá na zlatém podnose. Ve hře je tentokrát hodně i tehdy, když jste bez záväzků.

Vodnář 21/1–20/2
Rozumíte si s lidmi, jejichž morální kredit je vysoko. Proto se nezakoukáte jen tak do něčoho. K partnerovi chcete vzhlížet.

Panna 23/8–22/9
Puntičkářské sklony jsou pro navazování nové lásky katastrofou. Jako by na vás opačné pohlaví nemohlo najít žádnou chybičku.

Ryby 21/2–20/3
Zadané Rybky by neměly pokukovat po sexy protějšcích. Započnete zárlivostní vlnu, ze které se už jen tak lehkou nedostanete.

OSUDOVÉ SEZNÁMENÍ
kdy se ho dočkáte?
Posílejte SMS ve tvaru 89MTA a své datum narození na 904 30 46
Ptejte se karet!
Tuto službu poskytuje: E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, technicky zajišťuje Materna, 1sm5/55Kč vč. DPH, 1min/70Kč vč. DPH, max. délka hovoru 17 minut, www.ema.bz, www.platmobilem.cz

Řešení sudoku

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

Anketa Zkoušeli jste někdy digitální detox?



Zdeněk Vegi

Nejdřív musím najít místo na planetě, kde není wifi.



Roman Výmola

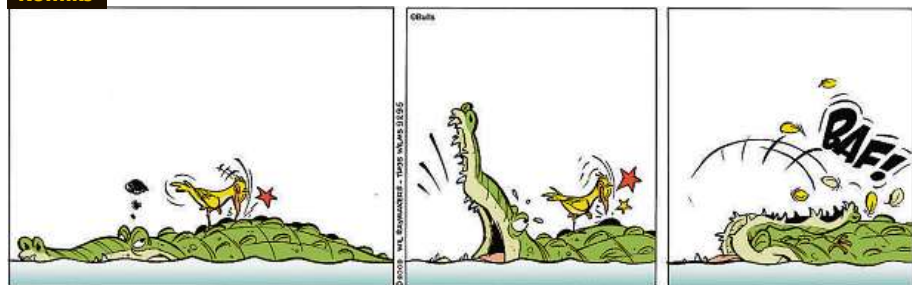
Já se dokážu zabavit i jinak než elektronikou.



Eliška Váňová

No, když dojdou data, tak jsem pár dní na detoxu.

Komiks



Návrat do školy – čas posilovat dětskou imunitu

Návrat do školních lavic je zatěžkávací zkouškou pro dětský imunitní systém. Pobyt v dětském kolektivu se zpravidla neobejde bez častých onemocnění, které se mezi dětmi rychle šíří. Dětský organismus totiž ještě nemá dostatečně vyvinutou obranyschopnost, aby nebezpečí virů a bakterií ve svém okolí vzdoroval. Právě proto je třeba dětskou imunitu cíleně posilovat – a nyní je nejvyšší čas s tím začít.

Co stojí za dětskými nemocemi?

Lidský imunitní systém se z velké části utváří a posiluje až v průběhu života. Teprve při setkání s nejrůznějšími viry a bakteriemi se organismus učí, jak na ně reagovat, a vytváří si účinné protilátky. Právě proto jsou malé děti výrazně náchylnější k onemocnění – jejich imunita ještě není dostatečně silná. Největší zatěžkávací zkouškou je pro dětskou imunitu vstup do kolektivu dalších dětí. Právě proto jsou první roky školní docházky typické častými projevy nachlazení – rýmou, kašlem, mnohokrát i zvýšenými teplotami. Nákaza se totiž mezi malými dětmi rychle šíří. Totéž pak platí o dětech ve školce.

Jak posílit dětskou imunitu?

Imunita je komplexním systémem závislým na celé řadě faktorů. Není možné

posílit ji ze dne na den, budování silné obranyschopnosti je dlouhodobou záležitostí. Nejobecnějším předpokladem pro správně fungující imunitu, která dokáže při setkání s viry a bakteriemi účinně bojovat s nebezpečím nákazy, je zdravá strava. Dbejte proto na to, aby vaše dítě měla dostatečný přísun ovoce a zeleniny, a naopak omezte v jejich jídelníčku příjem jednoduchých sacharidů, které jsou obsaženy ve sladkostech, slazených limonádách, ale třeba i pečivu ze světlé mouky, instantních polévkách nebo potravinářských dochucovadlech. Dohlédněte také na dostatečný příjem tekutin – zejména vody a neslazeného ovocného čaje. Právě děti mívají s pravidelnou hydratací organismu často problém.

Zásadní je také vyvážený poměr fyzické aktivity a odpočinku. Pohyb by měl být samozřejmě součástí kaž-

denního života a nejlepší je tento návyk pěstovat již od útlého věku. Děti zvyklé na aktivní trávení volného času si tento návyk zpravidla následně přenášejí i do svého dospělého života a je menší pravděpodobnost, že se u nich ve vyšším věku projeví některé zdravotní komplikace. Důležitý je též pravidelný spánkový režim, který umožňuje lidskému tělu regenerovat.

Pro maximální podporu správné funkce imunity je vhodné podávat dětem speciální doplňky stravy, které pomohou jejich obranyschopnost posílit. Na trhu je v nabídce celá řada multivitaminů, které jsou pro lidské tělo pocho-pitelně důležité, je však třeba si uvědomit, že samotné vitaminy nestačí. Například doplňky stravy Preventan® obsahují kromě vitamínu C navíc ProteQuine®, českou patentovanou látku, která obsahuje směs biologicky aktivních látek, které ak-

tivují slizniční imunitu. Provedené studie dokazují, že při pravidelném užívání Preventanu® dochází ke zvýšenému výskytu imunoglobulinu A na sliznicích a poklesu četnosti onemocnění horních cest dýchacích. Právě svým působením přímo na slizniční imunitu, která je lokálně aktivována pomalým rozpouštěním tablet v ústech, se Preventan® odlišuje od řady jiných přípravků na trhu.

Při výběru vhodného preparátu pro děti se zaměřte nejen na složení, ale také na doporučené dávkování. Fungující imunitu je třeba budovat dlouhodobě, a tak by i vybraný přípravek měl být určený k dlouhodobému užívání, a to specificky pro děti. V případě, kdy už u dítěte pozorujete první známky nachlazení, podávejte přípravek určený k akutnímu užití. Se správnou volbou vám vždy poradí váš lékárník.

Preventan®
Junior[®] Vitamin C

| ZPÁTKY DO ŠKOLY |

FARMAX[®]
Český výrobce[®]

K DOSTÁNÍ
V KAŽDÉ
LÉKÁRNĚ!



Zpráva pro rodiče:

Posilujte imunitu vašeho dítěte před zahájením školního roku a před návratem do školního kolektivu.

Karel Zodpovědný, ředitel školy

Preventan[®]
MEDVĚDÍ SÍLA PRO CELOU RODINU!

DOPLNĚK STRAVY – VITAMIN C PŘÍSPÍVÁ K UDRŽENÍ NORMÁLNÍ FUNKCE IMUNITNÍHO SYSTÉMU.

Preventan.cz
Facebook.com/PreventanCZ
Instagram.com/preventan_cz

Kouzlo ovoce, spánku a pohybu

Se začátkem školního roku posilujte imunitu.

Maminky, které posílají každoročně děti do škol a školek, to znají velmi dobře – jakmile jejich potomek tráví čas v kolektivu jiných dětí, nosí si domů jednu nákazu za druhou. Imunitní systém si prostě s tolika různými viry a bakteriemi nedokáže poradit. Je potřeba ho posilovat.

„Mezi tradiční tipy, jak posilovat obranyschopnost, patří pravidelný pohyb, zdravé a vyvážené stravování, notná dávka vitaminů hlavně z ovoce, zeleniny a kvalitního masa, dobrý spánek a vyplatí se nezapomínat ani na pitný režim,“ říká praktická lékařka Pavla Myslíková. K tomu ještě doporučuje přidávat pravidelné otužování. Na podzim a v zimě je rovněž dobré nepřetápět místnosti. „Přehřátý vzduch totiž vysušuje nosní sliznici a může tak docházet k usnadnění procesu



Nemoci se ve škole šíří doslova řetězově.

PROFIMEDIA.CZ

nakažení. Pro organismus nejsou vhodné ani přechody s velkými teplotními rozdíly,“ doplňuje lékařka.

Pro imunitní systém je neoprávněný vitamin C, ideálně v přírodní formě. Pokud děti ovoce a zeleninu odmítají, zkuste jim je podat v podobě smoothie. „Ovocem a zeleninou doplníte zároveň vlákninu, která je důležitá pro správnou funkci střev. Nezapomínejme, že i správný poměr střevních bakterií ovlivňuje imunitu. Můžete to obměnit například se zakysa-

ným mléčným výrobkem. Po-užívejte bílý, ochuťte ho raději čerstvým ovocem,“ doporučuje výživová poradkyně Věra Burešová.

Nejen co jíst, ale i jak a kdy jíst, je pro imunitu důležité. Vynechává-li vaše dítě snídani a chodí-li do školy hladové, není to pro něj dobré. Aspoň malá snídaně by měla být ráno samozřejmostí – může být i v podobě ovocné šťávy nebo smoothie.

V rizikových obdobích mohou pomoci i přípravky z lékárny. Existuje celá řada vý-

To nejlepší pro naše nejmenší

Výčet blahodárných látek, které by neměly chybět v jídelníčku dětí:

- Ovoce a zelenina všeho druhu – především díky vitaminu C, ale i vláknině.
- Ořechy, luštěniny a listová zelenina, které jsou zdrojem důležitých minerálů a vitaminů, jako jsou hořčík, zinek, vitamin E a D.

- Přírodním antibiotikem je i česnek a na posílení funguje také hlíva ústřičná.

- Příhodné je zařadit potraviny, které podporují správné zažívání a trávení. Třeba kyselé zelí, jogurty a hlavně kysané mléčné výrobky.

- Významným zdrojem vitamínů je maso, především rybi.

robků, které jsou na posilování imunity přímo určené. „Ideální je začít podávat přípravky na imunitu od podzimu do jara, to znamená při zařazení dítěte do kolektivu a v rizikovém období při zvýšeném výskytu onemocnění. Doba užívání jednotlivých přípravků vyplývá z jejich podstaty. U biologicky aktivních polysacharidů se doporučuje preventivní podávání minimálně 2 až 3 měsíce, ale i déle – až 6 měsíců. V případě akutního onemocnění se dávky těchto přípravků vy-

šují,“ radí Ivana Lánová z lékárny Benu. Občas můžete přidat i vitaminy a minerály v podobě doplňků stravy.

Při akutních onemocněních zařadte přípravky se zinkem, z vitaminů doplňujte především již zmiňované „cécčko“. „S příchodem podzimu bývá organismus unavenější, chybí mu dostatek slunce, je náchylnější k nemocem. Proto je třeba doplnit vitamin D, který si jinak bere přirozeně právě ze slunečního záření,“ uzavírá lékárnice Lánová. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

INZERCE

Engystol®

PREVENTIVNĚ A OD PRVNÍCH PŘÍZNAKŮ

- k podpoře imunitního systému
- ke zmírnění příznaků virových infekcí
- při nachlazení a chřipce

**OSLABENÁ IMUNITA?
CHŘIPKA? NACHLAZENÍ?**



**PRO DĚTI OD DVOU LET,
DOSPÍVAJÍCÍ A DOSPĚLÉ**

Homeopatický léčivý přípravek k vnitřnímu použití.
Obdržíte v lékárně bez receptu. Před použitím si přečtěte pozorně příbalový leták.



Pupečníková krev je blahodárná

Pupeční šňůru s vaším miminkem přerušíme, až pupečník sám dotepe. Tuto větu teď slyší od svých porodníků ve Fakultní nemocnici Ostrava čerstvé maminky. Odborně se tato novinka jmenuje odložení podvaz pupečníku. Zvýšený přítliv pupečníkové krve má pozitivní vliv například na zásoby železa během prvního půl roku dítěte nebo snižuje nutnost podání krevní transfuze, vyjmenovává porodník Richard Špaček z Fakultní nemocnice Ostrava důvody, proč s podvazem počkat.

MET

-Heel

Dr. Peithner Prag s. r. o.
Pod Klikovkou 1917/4 150 00 Praha 5 - Smíchov
Tel.: 241 740 540, office@peithner.cz, www.peithner.cz
www.engystol.cz

Hokej. Trenérská výzva jen na zásadní situace

Od nového ročníku hokejové extraligy, který začne 12. září, mohou týmy při sporných situacích uplatnit takzvanou trenérskou výzvu (Coach Challenge). Mužstvo si ji bude moct v souladu s herním řádem vyžádat přes hlavního kouče, a to k přezkoumání výroků rozhodčích týkajících se

nedovoleného bránění brankáři a postavení útočícího hráče v brankovišti, přihrávky rukou nebo hry vysokou holí. „Pravidla jsou nastavena tak, aby byly s využitím videotechniky zkoumány jen zásadní situace s přímým vlivem na vývoj a výsledek,“ uvedl šéf extraligy Josef Řezníček. **ČTK**

Číslo dne

2006

Bývalí předsedové Německého fotbalového svazu Theo Zwanziger a Wolfgang Niersbach a někdejší generální sekretář Horst Schmidt půjdou kvůli uplácení při přidělení pořadatelského MS v roce 2006 před soud. Úplatek měl být ve výši 6,7 milionu eur.

Krátké

Plzeňské absence

Fotbalistům Plzně budou několik týdnů chybět Michael Krmenčík a Joel Kayamba, kteří nedohráli zápas s Opavou.

Konec ve 2. kole

Judista Pavel Petříkov vypadl na mistrovství světa v Tokiu ve druhém kole. Nad síly českého reprezentanta byl ve váze do 66 kilogramů Japonec Džošihiro Marujama.

Finále v Curychu

Atletická Diamantová liga od příští sezony vyvrcholí jediným finálovým mítinkem místo dosavadních dvou. Hostitelským městem v letech 2020 a 2021 bude Curych.

Chyby v Liberci

Podle komise rozhodčích Fotbalové asociace ČR udělali sudí v ligovém duelu Liberce se Spartou (3:1) dvě zásadní chyby v neprospekch Pražanů. Domácí neměli kopat penaltu a od 42. minuty měli hrát v deseti bez vyloučeného Kačaraby. **ČTK**

Elitní pár se rozdělil

Kateřina Siniaková a Barbora Krejčíková si spolu na US Open nezahrají.



Krejčíková, Siniaková MAFRA

Hvězdná dvojice loni vyhrála čtyřhru na Roland Garros i ve Wimbledonu a rok ukončila jako světové jedničky. Letos hrály Krejčíková se Siniakovou semifinále Wimbledonu, triumfovaly v Torontu a Krejčíkové se dařilo i na menších turnajích ITF ve dvouhře.

V kvalifikaci dvouhry usilovala Krejčíková o první start v singlu na US Open a začala dobře. V prvním kole zdolala krajanku Terezu Smitkovou a pro server WTA vyprávěla, jak kombinuje dvouhru a čtyřhru a poprvé ji v New Yorku doprovází matka. Šok ale prožila ve druhém kole. Odehrála v něm proti Assii Muhammadové jen jednu hru a fitýn a z kurtu byla kvůli pravé noze odvezena v slzách na vozíku. Ještě doufala, že do čtyřhry a mixu nastoupí, ale nakonec se z obou soutěží odhlásila.

„Jsem hrozně zklamaná, ale potřebuji víc času na pořádné doléčení,“ napsala aktuálně šestá deblistka žebříčku na sociálních sítích. Siniaková se na čtyřhru domluvila s Němkou Julii Görgesovou a jejich soupeřkami v prvním kole budou domácí Coco Gauffová a Catherine McNallyová. Pozici světové jedničky bude ve čtyřhře hájit deblová wimbledonská vítězka Barbora Strýcová. Spolu s tchajwanskou partnerkou Sie Šu-wej jsou druhými nasazenými.

Do dvouhry dnes od 17 hodin vstoupí Petra Kvitová, která se utká se svou krajankou Denisou Allertovou, jež postoupila z kvalifikace. Kvitová však není stoprocentně fit. „Hlavně chci zůstat zdravá, to by bylo fajn. Nechám tam všechno a jak se to stane, tak to bude,“ uvedla. Aktuálně šestá hráčka světového žebříčku si natrhla předloktí levé ruky, ve které drží raketu, den před Roland Garros a antukový grandslam vynechala. Oblíbený turnaj na trávě v All England Clubu pak hrála prakticky bez tréningu a postoupila do osmifinále.

Následně se rozhodla nastoupit až v Cincinnati, kde vypadla v prvním kole, a z další akce v Bronxu se odhlásila. „Po zápase v Cincinnati mi ruka hodně natekla a částečně tam pořád nějaký otok je. Vlastně ani nevím, co s rukou je,“ řekla. Neuvážovala ale, že by US Open vynechala. „Nikdo mi neřekl, že by se stav ruky mohl zhoršit. Spíš se neví, jak dlouho to ještě může trvat. Domluvili jsme se, že až se vrátím, rozhodneme se, co dál,“ dodala.

Dnes se představí ve dvouhře i Barbora Strýcová, Marie Bouzková, Kristýna Plíšková a Kateřina Siniaková. **ČTK**



Rekordní suma pro Roryho

Severoírský golfista Rory McIlroy (na snímku) vyhrál podruhé v kariéře závěrečný turnaj sezony Tour Championship v Atlantě a ovládl i celkové pořadí FedEx Cupu. Na konto si díky sedmnáctému titulu na PGA Tour připsal největší sportovní odměnu ve výši 15 milionů dolarů (asi 348 milionů korun). Hráči v neděli dohrávali třetí kolo a do finálového vstupoval McIlroy o ránu za prvním hráčem světa Američanem Brooksem Koepkou. Na hřišti East Lake zvládl závěrečných osmnáct jamek skvěle a triumfoval se skóre -18. Druhý skočil o čtyři rány zpět Xander Schauffele a chybující Koepka klesl na dělené třetí místo. **AP**

Klopp. Za tři roky si dá zřejmě pauzu

Trenér Jürgen Klopp naznačil, že po skončení smlouvy v Liverpoolu si nejspíš od fotbalu na rok odpočine. Dvaapadesátiletý německý kouč, kterému kontrakt na Anfield Road vyprší za tři roky, to prohlásil v rozhovoru pro magazín Kicker. „Mám jeden problém. Nedokážu věci dělat napůl, funguju podle hesla: ‚Všechno, nebo nic‘. Až dojdou k závěru, že už na to nemám sílu, tak si dám roční pauzu,“ uvedl Klopp, který v minulé sezoně s Liverpoolem vyhrál Ligu mistrů. **ČTK**

Basketbal. USA generálku zvládly

První soupeř české reprezentace na mistrovství světa v Číně, basketbalisté USA, nepřipustili v generálce na šampionát další překvapení. Dva dni po nečekané porážce s Austrálií si v Sydney poradili 84:68 s Kanadou.

Výběr USA, který v sobotu v Melbourne domácímu týmu podlehl 94:98 a prohrál poprvé od roku 2006 a po sérii 78 vítězství, měl duel s Kanadou od začátku pod kontrolou. První čtvrtinu vyhrál 20:9 a vedení bez problémů

udržoval až do konce. Na vítězství amerického týmu, kterému chybí největší hvězdy NBA, se devatenácti body podílel Jaylen Brown, po dvanácti bodech přidali Donovan Mitchell a Kemba Walker. Nejlepším střelcem zápasu byl s 21 body Kanadan Kyle Wiltjer.

Český výběr, který k poslednímu přípravnému utkání nastoupí dnes v Soulu proti Litvě, se na šampionátu vedle USA utká také s Japonskem a Tureckem. **ČTK**



Adamovská

Sportovní lezkyně Eliška Adamovská (na snímku) obsadila čtvrté místo na juniorském mistrovství světa v disciplíně lezení na obtížnost. Osmnáctiletá havířovská závodnice v italském Arcu nestačila v osmičlenném finále jen na suverénní medailistky v čele s domácí vítězkou Laurou Rogoraovou. Těsně druhá skončila Nolwenn Arcová z Francie a třetí Američanka Brooke Raboutouová. Šampionát bude v tomto týdnu pokračovat soutěžemi v boulderingu a lezení na rychlost. **ČTK**

Black Friday

SLEVY AŽ 80 %



a alza.cz

více na www.alza.cz/black-friday