

ASKO®
NÁBYTEK

NÁBYTEK PRO VŠECHNY

metro®

ČTVRTEK 29. LEDNA 2015 Č 19 • WWW.METRO.CZ

**JIŽ OD ZÍTRA 30.1.
V NAŠICH PRODEJNÁCH**

**CENOVÉ FIASKO
V PRODEJNÁCH ASKO**

PŘIJĎTE SI PRO SVOU SLEVU

KUP
bytové doplňky,
koberce, světla

3

**ZAPLAŤ
JEN**

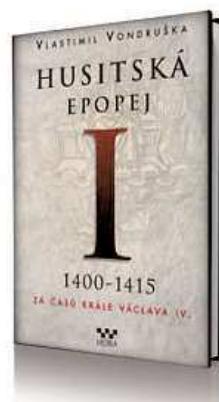
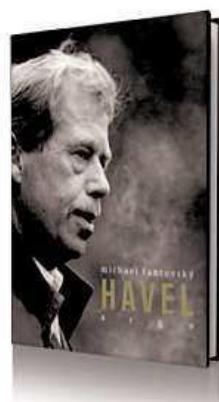
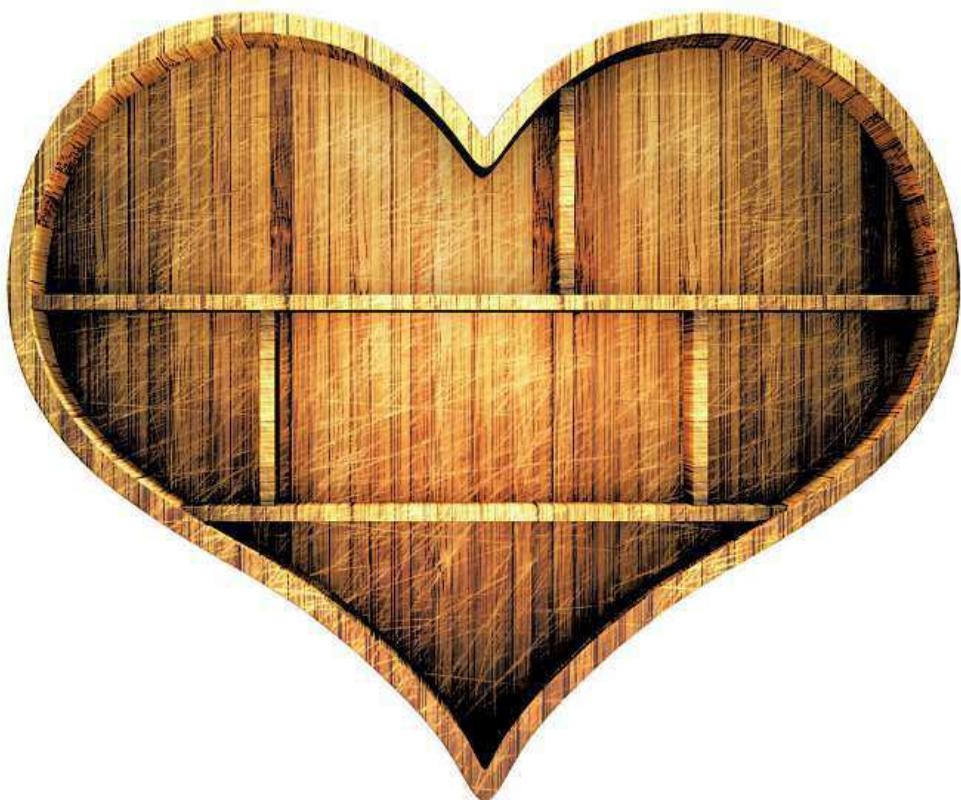
2

Nabídka platí na všechny bytové doplňky, světla a koberce zakoupené od 30.1. do 1.2.2015 ve všech prodejnách ASKO Nábytek, včetně eshopu www.asko.cz. Neplatí na produkty letáků nabídky 501P2 a výprodeje. Sleva se vždy vztahuje na nejlevnější produkt z nákupu.

www.asko.cz

PRAHA • CHOMUTOV • ZNOJMO • TEPLICE • PLZEŇ • ČESKÉ BUDĚJOVICE • ZLÍN • TÁBOR • BRNO • MLADÁ BOLESLOV • HRADEC KRÁLOVÉ • OLOMOUC

PŘEČTĚTE SI KNIHY DOBRÉ (NEJEN) PRO VAŠI KNIHOVNU



Knihy
iDNES.cz

www.Knihy.iDNES.cz

ZŮSTANE PETR ČECH JEŠTĚ V CHELSEA?

UZÁVĚRKA PRO PŘESTUPY HRÁČŮ V EVROPĚ SE BLÍŽÍ

STRANA 14



Největší deník v ČR



Čtvrtok, 29. ledna 2015

Č. 19, www.metro.cz

Svátek slaví: Zdislava

Min. 1°
Max. 5°



Výpraskům odzvonilo, nahrazují je zákazy

Je to tady. Děti si dnes ze škol přinášejí vysvědčení. **Tresty.** Lepší je pozitivní motivace než dítě stresovat.

Zákazy. Rodiče by měli prospěch dětí sledovat celou dobu, a ne jím vyhrožovat tím, že něco nesmějí

STRANA 2



Český krasobruslař Michal Březina útočí na další medaili

Skvělý krátký program zajel včera na mistrovství Evropy ve Stockholmu Michal Březina a do zítřejších volných jízd postoupil ze třetího místa. Útočí tak na medaili. Minimálně chce zopakovat bronz z předloňského evropského šampionátu. S více než osmibodovým náskokem vede obhájce titulu Španěl Javier Fernández. Druhá příčka patří Sergeji Voronovovi z Ruska, za nímž český reprezentant zaostal o pouhé dvě desetiny bodu.

AP - IVAN SEKRETAREV

Narkomani roznesli žloutenku

Šestačtyřicet lidí se v Chebu nakazilo hepatitidou typu A. Rozšířili ji tam bezdomovci a narkomani, kteří se chodili mýt na WC do obchodního centra.

STRANA 3

Superúředník už je znám

Náměstek ministra vnitra Josef Postránecký získal post nejvyššího úředníka v Česku.

STRANA 4

Simpsonovi v Osvětimi

italský umělec umístil postavičky populárního seriálu do plynové komory. Chce tak lidi přinutit k zamýšlení.

STRANA 9

Šanci na vstupenky ještě máte

Vstupenky, které ještě na hokejové mistrovství zůstaly, budou v prodeji 12. února. Vykoupí se ale během několika vteřin.

STRANA 14

Lepší zabavit tablet než nechat mluvit rákosku

Žáci dnes dostávají pololetní vysvědčení. Své potomky zbytečně nestresujte.

Když býval Marcel Chládek ještě malým chlapcem, nikdy prý nebyl pod tlakem rodiče kvůli prospěchu ve škole či známkám na vysvědčení. „Positivní motivace může mít totiž mnohem větší efekt než jakkoliv hrozba trestu,“ vysvětlil deníku Metro současný šéf resortu školství.

Jeho slova by měli rodiče mít na paměti právě dnes, kdy jejich potomci přebírají pololetní vysvědčení. Především ti rodiče, kteří se v průběhu pololetí o výsledky svého potomka zajímali mini-

málně, by si měli odpustit hrozby typu: „Se špatnými známkami se domů raději nevracej!“ Podobná silná vyjádření totiž můžou labilnější jedince dohnat až k nepromyšleným krokům.

„Děti, které se bojí ponížení a bití ze strany rodičů, mohou ze strachu raději zvolit útek z domova – tedy nejistotu před nepříjemnou jistotou,“ říká Kateřina Lišková z Linky bezpečí.

Málokterý rodič ale podle odborníků hrozbu fyzického trestu kvůli známkám myslí skutečně vážně. Také rákosková metoda se už dnes kvůli známkám prý neuplatňuje.

„Rodiče se spíše uchylují k tomu, že něco dítěti zakážou – nekoupím ti tohle, ne pojedeš k moři nebo na hory,“ popsala deníku Metro Jana Zapletalová, šéfka Asociace školní psychologie. Rodi-

če by však přesto měli podle psycholožky dobré promyslet, čím vlastně děti „drží v šachu“. Ani všechny zákazy totiž nemusí směřovat k tomu, že v budoucnosti se prospěch dítěte zlepší.

„Lepší je dítěti říct: Nic se neděje, v dalším pololetí se to prostě pokusí zlepšit. Chce to ale sledovat jeho studijní výsledky v průběhu celého roku, případně dítěti zařídit doučování,“ dodává Jana Zapletalová.

Někdy však také dítě nemusí být vyložený flákač. Pokud má školák problémy s učením, je nejvýš vhodné obrátit se na specialisty. Psychologické vyšetření totiž pomůže odhalit různé druhy poruch učení.

TOMÁŠ BELICA
tomas.belica@metro.cz

Čeho se bojí?

Linka bezpečí zaznamenává v období vydávání vysvědčení vždy nárůst počtu hovorů.

- **Strach z reakce rodičů** na známky má 13 percent volajících.
- Zdá se však, že obavy školáků se zmenšují. Zatímco od roku 2006 každoročně linka zaznamenala **přes dvě stovky** hovorů na téma vysvědčení, loni jich bylo **jen 32**.
- Jen v jednom případě žák **utekl z domova**.
- Největší obavy – a to nejen v období vysvědčení – mají žáci volající na linku **z šíkany od spolužáků**.
- Děti s problémy mohou volat nonstop a bezplatně na číslo **116 111**.

Jak jsem se bál já

Pakárna za známky

Být naše úřady stejně přehnané cimprlich jako norský Barnevernet, dávno by mě a bratra rodicům sociálka odebrala. Kvůli dětské práci. Otec mizerné školní výsledky mé a mého bratra odměňoval zpravidla nějakou manuální prací. Sliboval, že nám „vymyslí zajímavou pakárnu“ a že nás „zbaví frustrací“. A tak zatímco kámoši se po vysvědčení v páteční třídě rozjeli na prázdniny, my jsme s bratrem jeli na zahradu kopat základy pro plot. Pravda, to vysvědčení bylo mizerné, ale něco mi říká, že pakárna by tehdy přišla, i kdyby byly jedničky.



TOMÁŠ BELICA
redaktor deníku Metro



Pražská galerie představuje karikatury z Charlie Hebdo

Nová výstava v centru DOX v Praze 7 v Holešovicích seznamuje české publikum se zaměřením, postoji a humorem francouzského časopisu, o kterém se v současné době všeude mluví. Téměř 200 titulních stran světoznámého magazínu Charlie Hebdo je v galerii k vidění až do 9. března.

Vražda matky. Dostal 30 let

Za vraždu osmdesátileté ženy ze Šternova na Olomoucku potrestal včera soud jejího syna Leopolda Číka výjimečným trestem 30 let vězení. Muž svou matku podle rozsudku střelil do hlavy z bezprostřední blízkosti v jejím rodinném domě. Muž již dříve ubodal svou manželku. Za její vraždu dostal 12,5 roku, z vězení byl podmíněně propuštěn v roce 1995. ČTK

Nejvyšší tresty

Dva nejznámější případy.

- V roce 2012 dostal doživotí za trojnásobnou vraždu v Mukařově 22letý muž.
- V prosinci minulého roku dostali nejvyšší možný trest dva muži z vyděračského (Švábova) gangu, kteří unesli a zabili dva podnikatele.

Impuls pro Metro

Dnes bez cigaret

Problematice kouření a znečištění okolí cigaretovými nedopalky se ve vysílání Rádia Impuls dnes po celý den věnují programy s živými vstupy reportérů. Kurácké osvětě se věnují i pravidelné pořady. MET

Zprávy krátce

Jižní Čechy: jedna jízdenka na vlak i autobus už brzy

V jižních Čechách chystají uvedení přelomové novinky ještě před začátkem hlavní části turistické sezony. Nová jízdenka za 250 korun bude jednoden-

ní a cestující se s ní svezou napříč celým krajem. Prodej nového druhu jízdenky bude spuštěn nejpozději v červnu a bude tak trochu testem před případným zaváděním integrovaného dopravního systému v Jihočeském kraji. Ten zatím funguje pouze na Jindřichohradecku,

kde ho v pilotním projektu zavedli před rokem.

V nemocnici šlo dětem o život

Lékařnice v královéhradecké fakultní nemocnici nedopatřením ohrozila život tří novorozenců na tamním dětském odděle-

ní. Děti dostaly příliš silný lék s několikanásobně vysíším obsahem účinné látky fenobarbital. Případ se stal loni na přelomu srpna a září, teď policie uzavřela vyšetřování. Děti se podařilo zachránit a nemají žádné následky. Případem se zabývá Česká lékárnická komora. iDNES.cz

**Zprávy krátce****V Krkonoších při túrách pozor**

Po sněžení v Krkonoších stouplo nebezpečí lavin na 3. z pěti stupňů. Napadlo tam 15 centimetrů sněhu, na hřebenech je i 110 centimetrů. Třetí stupeň je nejzradaňejší.

Gang dětských zlodějů ukradl milion korun

Kriminalisté odhalili pětičlennou skupinu kapsářů, kteří působili v centru Prahy a okradeným lidem způsobili škodu přes milion korun. Dva členové gangu byli zatčeni, zbyvající tři policie identifikovala a pátrá po nich. Jedná se o dívky ve věku od 17 do 22 let a patnáctiletého chlapce. ČTK

Má Pepinu

Fotograf Jan Šaudek (79) se stal už poněkolikáté otcem. V pátek se mu v Praze narodila holčička Josefina, kterou má se svou čtvrtou manželkou Pavlou Hodkovou. Je to jejich třetí dítě. MAFRA

**Neberte nám domovy! volali Jiřetínští**

Obyvatelé městečka Horní Jiřetín včera protestovali proti plánovanému prolomení limitů těžby hnědého uhlí, které vzešlo od ministra průmyslu a obchodu Jana Mládka. Městečku na severu Čech hrozí, že se zvětší území, na němž je možné těžit. To by znamenalo, že lidé by museli opustit své domovy. Doly chtějí rozšířit těžařské firmy, které dobývání uhlí obhajují tím, že dávají práci mnoha lidem a suroviny průmyslu.

MAFRA

Narkomani roznesli po městě žloutenkou

Šestačtyřicet lidí onemocnělo hepatitisou typu A.

Nemocí se asi nakazili v nákupním centru v Chebu.

Bezdomovci a narkomani se chodili umývat na toalety do nákupních center v Chebu. Právě tam se podle hygieniků pravděpodobně nakazili další lidé infekcí, které se říká

nemoc špinavých rukou. Zatím jich je šestačtyřicet. Osmadvacet lidí z celkového počtu nakažených jsou drogově závislí nebo bezdomovci.

Všichni nemocní, které se hygienikům podařilo vystopovat, byli či jsou hospitalizováni na infekčním oddělení nemocnice v Karlových Varech. Lékaři nyní zjišťují, s kým přišli do styku, aby vyloučili nebezpečí dalšího šíření žloutenky.

Hygienici se obávají, že vzhledem k inkubační době a odolnosti viru počty nemoc-

Domy půjdou k zemi

Budovy, které obývají narkomani a lidé bez domova, chce Cheb strhnout nebo alespoň rádně zabezpečit.

- Týká se to bývalého kláštera klarisek a bývalých kasáren na Zlatém vrchu.

- Ve školách i v nákupních centrech platí přsný režim. Místa, kde se nebezpečná žloutenka objevila, projdou kompletní dezinfekcí.

ných ještě vzrostou. Po takřka detektivním pátrání se podařilo hygienikům objevit možné ohnisko nákazy. Tím by měl být bývalý klášter klarisek na chebském sídlišti Spáleniště, kde se nakažení bezdomovci a narkomani scházeli.

„Podezřelých objektů je ale více. Prázdné garáže, bývalá ubytovna v Hradišti nebo kasárna na Zlatém vrchu,“ vypočítává starosta Petr Navrátil. A dodává, že by byl nejradší, kdyby problémové domy šly co nejdříve k zemi. IDNES.cz

Zákaz. V baru konec kouření

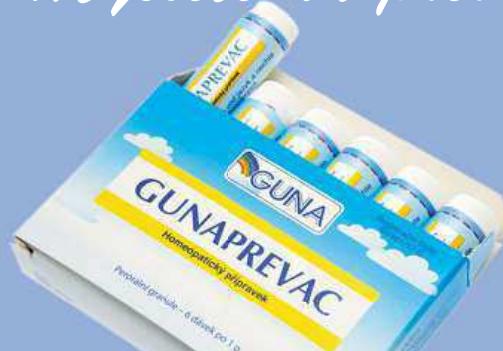
Úplný zákaz kouření cigaret včetně elektronických ve všech restauracích, na koncertech, dětských hřištích a sportovištích, v nemocnicích a jejich venkovních areálech s výjimkou vyhrazených prostor navrhuje ministerstvo zdravotnictví Svatopluk Němeček v zákoně, který včera dal k připomínkám. Zákaz se týká všech provozoven stravovacích služeb. ČTK

Nový zákon

Nealko levnější než pivo.

- Novým zákonem chce Němeček také řešit nezletilé, kteří nalákají alkohol. Hostinským má za to hrozit úplné uzavření provozovny.

*Chcete si užít zimní radovánky?
Myslete na prevenci!*



inPHARM
the way we work
www.inpharm.cz

Volně prodejný léčivý přípravek k vnitřnímu užití.
Pečlivě čtěte příbalovou informaci. K dostání v lékárnách a na www.samoleceni.cz.



Skála se zřítila, vlak nestačil zabrzdit

Mezi Poniklou a Hrabačovem na Semilsku se včera stala nehoda. Vlak tam narazil do zřícené skály. Srážka si vyžádala devět zraněných cestujících, strojvedoucí utrpěl středně těžké zranění nohy. Podle zjištění neměl vlak šanci zastavit. Zával twořilo několik tun kamení, byl dlouhý třicet metrů a tři metry vysoký.

DRÁZNÍ INSPEKCE

Máme šéfa úředníků

Superúředníkem
bude Postránecký.

Kdo je Postránecký

Josef Postránecký dělá ve státní správě už 17 let.

- Narodil se v Mladé Boleslaví v červnu 1961.

- Vystudoval Přírodovědeckou fakultu UK v Praze.

- Kariéru začal jako vedecko-výzkumný pracovník v Ústavu prognózování, léta působil v resortech vnitra a místního rozvoje. Na vnitru nyní řídí kancelář ekonomického náměstka.

Z trojice finalistů na post náměstka ministra vnitra pro státní službu, který bude mít pod palcem desetitisíce českých úředníků, vláda včera vybrala třípadesátiletého ostříleného matadora Josefa Postráneckého (na fotce).

Během svého šestiletého mandátu bude mít Postránecký na starosti hlavně jednání s Evropskou komisí, připravovat bude také výběrová řízení



na státní tajemníky jednotlivých resortů. Postránecký se už nechal slyšet, že chce státní správu zkvalitnit a stabilizovat. „Budu i hlídat, aby úřed-

níci nebyli v příliš těsných kontaktech s politickou scénou,“ doplnil.

Funkce by se měl ujmout od příštího měsíce.

 **TOMÁŠ BELICA**
tomas.belica@metro.cz

Miliarda. Další podvody?

Protikorupční policie má další údajné podvodníky v síti. Obvinila pět lidí z krácení daně z přidané hodnoty za více než miliardu korun. Mezi obвинěnými je pracovní-

ce finančního úřadu, její někdejší nadřízený a zástupci obchodní společnosti, z nichž jeden působí jako advokát. Údajná trestná činnost souvisí s vývozem tiskař-

ských strojů mimo Evropskou unii. Kauzu rozkryl daňový tým Kobra, který na případu pracoval od loňského července. ČTK

INZERCE

ZIMA V LÁZNÍCH PODĚBRADY

Lázně na zkoušku

3 dny/ 2 noci v hotelu Zámeček ****

plná penze, 3 lázeňské procedury, poukázka do kavárny a dárek. **Cena na osobu 2.800,- Kč.**

Prodloužený dámský víkend

4 dny/ 3 noci v hotelu Zámeček****

polopenze, 4 lázeňské procedury, poukázka do kavárny a dárek. **Cena na osobu 3.800,- Kč.**

Zima, lázně, Poděbrady!

6 dní/ 5 nocí, plná penze v hotelu Zámeček****

5 lázeňských procedur, poukázka do kavárny a dárek. **Cena na osobu 7.980,- Kč.**

Bližší informace a rezervace na
www.lazne-podebrady.cz,
ck@lazne-podebrady.cz
nebo na tel. č. 325 606 500




LÁZNĚ PODĚBRADY
AKCIOVÁ SPOLEČNOST



Vzácná zvířata v české přírodě

Česko má ve své přírodě další dva druhy vzácných a ohrožených zvířat. Do rezervace ve středočeských Milovicích bylo včera vypuštěno stádo čtrnácti divokých koní, které přcestovalo z Velké Británie (na snímku nahoře). Jde o původní živočišný druh zvířat v Evropě, který byl ale na kontinentu vyhuben člověkem. Na severu Moravy bylo zahájeno sledování nejohroženější české, ale i evropské sovy – sýčka obecného. Ornitologové chtějí do terénu instalovat stovky speciálních budek, ve kterých by vzácná malá sova mohla zahnízdit.

ČTK - GITA MATLÁŠKOVÁ



SLEVA NA NÁBYTEK*

ASKO
NÁBYTEK

NÁBYTEK PRO VŠECHNY

20% + 15%



Ložnice, alpská bílá / divoký dub (skříň, postel, pár nočních stolků),
rozměry šatní skříň: 225x210x58 cm, postel: 189x80x210 cm
(lůžko: 180x200 cm), pár nočních stolků: 104x40x38 cm,
0531226-07



postel + skříň + 2 × noční stolek



~~14 990,-~~
Sleva
46%

7 999,-

LOŽNICE

20%

**NAVÍC
SLEVA***
%



NA OSVĚTLENÍ

Sleva Vám bude odečtena na pokladně z celkové částky

15%

**NAVÍC
SLEVA***
%



NA BYTOVÝ TEXTIL

Sleva Vám bude odečtena na pokladně z celkové částky

Nabídka platí do 8.2.2015 nebo do vyprodání zásob ve všech prodejnách v ČR včetně E-shopu www.asko.cz, a to – není-li u konkrétního zboží uvedeno jinak – až do vyprodání zboží skladem, poté si zákazník zboží může v uvedené době v prodejně objednat za stejných podmínek a cen. Chybají v tisku vyhrazeny. Ceny jsou uvedeny bez dekorace, dopravy a montáže, včetně DPH. Společnost Asko nábytek si vyhrazuje právo změn v barvě a variantě nabízeném sortimentu, uvedené rozměry jsou orientační. Na přání zákazníka zajistíme dopravu a montáž. Zboží zakoupené v kamenné prodejně nezasíláme na dobríku. Výběr potahových látek za příplatek. *Slevy se odečítají z doporučených prodejních cen a nelze je kombinovat ani sčítat s dalšími akčními nabídkami. Platí pouze pro nově uzavřené zakázky. Nevztahuje se na akční zboží z naší reklamy a již zlevněné zboží, kuchyně, elektrospotřebiče a bytové doplňky. **Toto zboží není skladem, zákazník si je může v době platnosti nabídky v prodejně objednat.

Rohová sedací souprava, ekokůže hnědá, rozměry: 250-172x320 cm, 1001473-50**
Křeslo, rozměry: 97x104x100 cm, 1001473-01 - 699,-

Možnost plánování
dle Vašich představ

Další potahy
za příplatek



Křeslo



Úložný prostor a relaxační
roh za příplatek



Rozkládací na lůžko
120x250 cm za příplatek



37 750,-
Sleva
36%

23 999:-

ROHOVÁ SEDACÍ SOUPRAVA

ASKO®
NÁBYTEK

FINANČNÍ SLUŽBY

Obývací stěna, ve 3 moderních dekorech,
4 díly, rozměry: 270x197x34-48 cm,
1002390-03, 02, 05
Komoda, 150x38x85 cm,
1002390-04, 00, 06 - 3 199,-

9 990,-
Sleva
39%

5 999:-

ESHOP ASKO

Rohová sedací souprava, umělá kůže hnědá / hnědá látka,
rozměry: 270x205x120 cm, 523802-02

36 490,-
Sleva
36%

22 999:-

ESHOP ASKO

Další potahy
za příplatek

Položovatelné opěrky

Včetně polštářů

Úložný prostor

Obývací stěna, dekor: dub Sonoma
světlá / bílá, rozměry: 220x200x40 cm,
TV stolek - 159x39x40 cm
komoda - 60x81x29 cm,
police - 90x21x22 cm,
závesná skříň - 60x68x23 cm,
1003015-03

4 290,-
Sleva
34%

2 799:-

ESHOP ASKO

4 díly

Rohová sedací souprava, ekokůže bílá, rozměry:
255x90x173 cm, dřevěné nohy, 1003376-01, 02

24 490,-
Sleva
38%

14 999:-

ESHOP ASKO

Další potahy
za příplatek

Úložný prostor

Konferenční stolek,
černá nebo bílá varianta,
75x30x75 cm, vysoký lesk,
1005673-00, 01

5 290,-
Sleva
35%

3 499:-

ESHOP ASKO

Vysoký lesk

Konferenční stolek,
bílá - vysoký lesk, na kolečkách,
rozměry: 80x42x80 cm, 1003531-00

4 990,-
Sleva
39%

2 999:-

ESHOP ASKO

Konferenční stolek, bílá / ořech / černá /
dub Sonoma, rozměry:
100x45x60 cm, 1003519-00, 01, 03, 04

1 850,-
Sleva
35%

1 199:-

ESHOP ASKO

Vysoký lesk

Odkládací stolky, bílá, 35x44x35 cm, 2 police,
1000865-00 - 299,- 35x62x35 cm, 3 police,
1000880-00 - 499,-
35x96x35 cm, 4 police,
1000892-00 - 699,-

49,-
Sleva
40%

299:-

ODKLÁDACÍ STOLEK 35x44x35 CM

Nabídka platí do 8.2.2015 nebo do vyprodání zásob ve všech prodejnách v ČR včetně E-shopu www.asko.cz, a to – není-li u konkrétního zboží uvedeno jinak – až do vyprodání zboží skladem, poté si zákazník zboží může v uvedené době v prodejně objednat za stejných podmínek a cen. Chybě v tisku vyhrazeny. Ceny jsou uvedeny bez dekorace, dopravy a montáže, včetně DPH. Společnost Asko nábytek s.r.o. vyhrazuje právo změn v barvě a variantě nabízeného sortimentu, uvedené rozměry jsou orientační. Na přání zákazníka zajistíme dopravu a montáž.

ČELA POSTELÍ U ŠÍŘE 180 cm

2799,-	2299,-
2999,-	1499,-
2299,-	1599,-
ŠÍŘE RÁMŮ POSTELÍ 90 cm - 120 cm 140 cm - 160 cm - 180 cm	
dub řezaný / šedé sklo 270 x 210 x 65 cm	dub řezaný / zrcadlo 180 x 210 x 65 cm
12 999,-	9 599,-



Variabilní ložnicový program EASY PLUS, 5005254-88

Kombinovat můžete širokou nabídku rozměrů, dekorů a čel postelí.

Osm dílů posuvných skříňových dveří je možné variabilně sestaví podle Vašeho přání.

1. Skříň, alpská bílá / písčkově šedá, 225 x 210 x 65 cm, (bez osvětlení), 9999,-

2. Postel, alpská bílá, 180 x 200 cm, 3199,-

3. Čelo postele, alpská bílá / písčkově šedá, polstrované, 180 x 50 x 5 cm, 2999,-

4. Noční stolek, alpská bílá, 52 x 40 x 38 cm, 1299,-

5. Osvětlení, pár, 25 x 15 x 15 cm, 2999,-

1/10 měsíčně

Měsíčně platíte 1/10 z ceny!

Dvoulůžko, dekor Bronko, čelo kombinace látek ekokůže s žínílkou, černá, dvoulůžko s polohovacím lamelovým roštem (polohovatelná hlava + nohy, 17 lamel, nastavení tuhosti bederní části), rozměr lehátky plochy 180 x 200 cm, polštáře, přehoz a matrace za příplatek, 1004555-88 **



16 589,-
Sleva
39%

9 999:-

Úložný prostor
Další potahy za příplatek

Šatní skříň,
dekor Sanremo,
rozměry:
181 x 199 x 56 cm,
5002259-02



Alpská bílá
Buk přírodní
Horský javor
Dub Sonoma
Dub Havanna
Ořech Baltimore
Jádrový ořech
Wenge shiraz
Písčkově šedá
Láva
Leštěný hliník
Metalická šedá

Dvoulůžko,
látky: Madrid / Moliroyal,
rozměry: 160 x 87 x 219 cm,
polstrované dvoulůžko s polštáři,
pěnová matrace, nastavitelný rošt,
úložný prostor, 1004774-00



17 990,-
Sleva
33%

11 999:-

Včetně polštářů
Úložný prostor
Včetně matrací
Další potahy za příplatek

Šatní skříň, dub Sonoma,
ořech, rozměry: 81 x 177 x 52 cm,
dvoudverová, 550387-00, 02



dub Sonoma

81 cm

12 990,-
Sleva
30%

7 999,-

177 cm

2 290,-
Sleva
45%

1 299,-

140 NOSNOST
17 VÝŠKA
soft hard
5 ZÓN
60° PRATELNÝ POTAH

Cena za set:
matrace + matrace



Zboží zakoupené v kamenné prodejně nezasíláme na dobríku. Výběr potahových látek za příplatek. *Slevy se odečítají z doporučených prodejních cen a nelze je kombinovat ani sčítat s dalšími akčními nabídkami. Platí pouze pro nově uzavřené zakázky. Nevztahuje se na akční zboží z naší reklamy a již zlevněné zboží, kuchyně, elektrospotřebiče a bytové doplňky. **Toto zboží není skladem, zákazník si je může v době platnosti nabídky v prodejně objednat.

Set Rainbow,
jádro z Flexifoam pěny,
3D Rainbow technologie,
rozměr: 90 x 17 x 200 cm,
odolná ortopedická
konstrukce, 1006597-00



130 NOSNOST
18 VÝŠKA
soft hard
60° PRATELNÝ POTAH
ODOLNÁ PĚNA



výběr dalších
rozměrů
na objednání

Medixo Visco,
rozměr: 90 x 200 cm,
Komfortní matrace
s jádrem Flexifoam®
a lóžními plochami
z paměťové Visco pěny
Možnost volby tuhosti
stran Hard / Soft
Potah Relaxatic je
vhodný pro alergiky
- dělený na 1/2 pro lepší údržbu
Vhodné pro lamelové
i laťkové rošty,
1006288-00

130 NOSNOST
16 VÝŠKA
soft hard
60° PRATELNÝ POTAH



Medixo BT + BT COLOR,
90 x 200 cm, snímatelný a
prateelný potah RELAXTIC,
matrace s lehkou konstrukcí,
1005263-00



10 990,-
Sleva
49%

5 499,-

7 190,-
Sleva
44%

3 999,-

3 990,-
Sleva
49%

1 999,-



Dětská postel, dřevo, rozměry: 98x60x210 cm, barva červená, vysoký lesk, s roštem, bez matrace, 1007050-00, s osvětlením, 3057179-00 - 3999,-



Rozkládací křeslo, ekokůže černá, sedák a polštář látka zelená / černá / červená, 90x82x68-74 cm, 5006027-00, 01, 02



Rozklad na lůžko: 85x193 cm

Úložný prostor



Variabilní program pro dětský pokoj,

- dekor javor / námořnická modrá, 1003202-..
 1/ Komoda, rozměry: 104x78x42 cm, 1003202-01 - 2599,-
 2/ Police, rozměry: 89x15x22 cm, 1003202-09 - 489,-
 3/ Kombinovaná police, 114x40x30 cm, 1003202-11 - 1299,-
 4/ PC stůl, rozměry: 114x74x60 cm, 1003202-10 - 2399,-
 5/ Regál, rozměry: 50x187x42 cm, 1003202-03 - 1899,-
 6/ Skříň, rozměry: 95x187x60 cm, 1003202-04 - 4599,-
 7/ Postel, rozměry: 90x200 cm, 1003202-06 - 3199,-
 8/ Uložný prostor, rozměry: 99x22x60 cm, 1003202-08 - 1099,-



EShop ASKO

</div

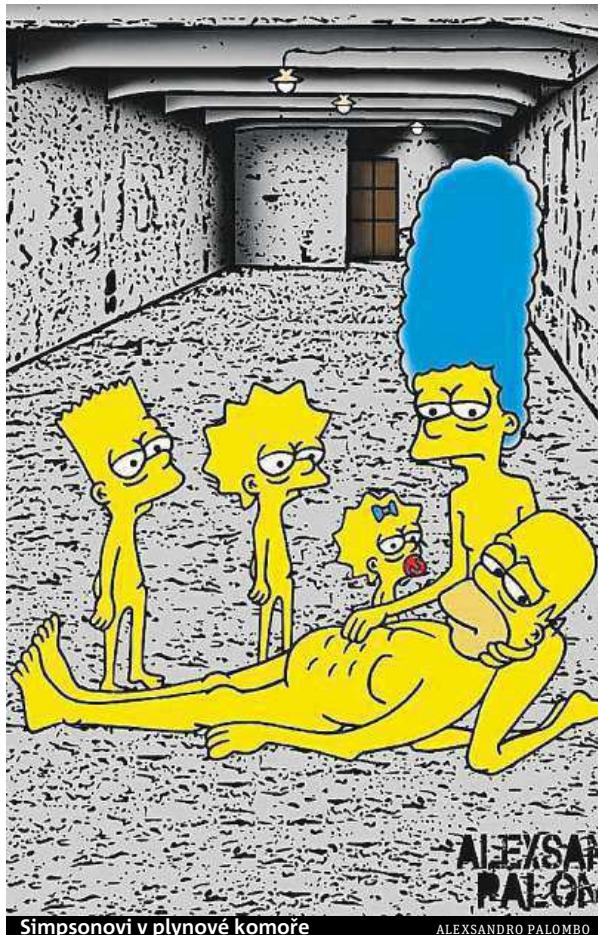
Rodinu Simpsonů poslal do Osvětimi

Nikdy více. Simpsonovi jako vězni
nacistického vyhlazovacího tábora
v Osvětimi.

K sedmdesátému výročí osvobození „továrny na smrt“ přispěl také italský umělec Alessandro Palombo. Sérii obrázků figurek z populárního amerického televizního seriálu nazval Nikdy více.

„Chci tak lidi přinutit k zamýšlení a připomenout jim, co se ve vyhlazovacím táboru Auschwitz-Birkenau během druhé světové války stalo. Nacisté tam povraždili více než 1,1 milionu lidí,“ cituje Palomba The Jerusalem Post. „Jedině prostřednictvím paměti můžeme bojovat proti rasismu, antisemitismu, homofobii a všem druhém intolerance, které ohrožují společnost,“ dodává Palombo.

Není to poprvé, kdy se Palombo vyslovuje ke společenským otázkám. Loni v listopadu vyobrazil hrdinky kreslených pohádek jako oběti domácího násilí. Obličeji plný modřin nakreslil Sněhurce nebo Popelce. čtk



Simpsonovi v plynové komoře

ALESSANDRO PALOMBO

Tsipras. Nový spojenec Ruska v Evropské unii?

Řecko nedělá vrásky na čele Evropě jen se svými dluhy. Již dnes se mají v Bruselu mimořádně sejít ministři zahraničí Evropské unie, aby jednali o nových sankcích vůči Rusku. Brusel tak chce reagovat na útok proruských rebelů na město Mariupol.

Může se ale stát, že Řecko nalomí jednotný postoj osmadvacítka. Nový řecký premiér Alexis Tsipras má totiž vůči Rusku velmi kladný vztah. Podpořil už referendum na Krymu pořádané Rusy, novou ukrajinskou vládu, která vznikla po svržení bývalého prezidenta Viktora Janukovyče, označil za neonacistickou a ani současnou vládu v Kyjevě neuznává, naopak podporuje separatistické tendenze na východě země. Prvním velyvyslancem, kterého přijal po svém zvolení, pak byl zástupce Ruska.

A Tsiprasova vláda se už projevila v úterý v noci, kdy si stěžovala Bruselu, že prohlás-



Alexis Tsipras

Jak to vidím já Hele, hele

Nový řecký premiér Alexis Tsipras je velkým obdivovatelem Che Guevary. Dokonce po něm pojmenoval i svého syna – Ernesta. Jen tak pro připomínku: Argentinec Guevara má na svědomí tisíce mrtvých. S tím, že upřednostňuje likvidaci svých oponentů před dialogem, se nijak netajil. V OSN například pronesl: „Ano, popravovali jsme naše protivníky, popravujeme je a popravovat budeme.“ A co znamená slovo „Che“ před Guevarovým příjmením? Je to přezdívka, z argentinské španělštiny by se dala přeložit do češtiny jako „hele“. Guevara totiž toto slovo užíval velmi často.

Ondřej Nekola
editor a redaktor

sení, které vydal ke zhoršující se situaci na Ukrajině, s Aténami nikdo nekonzultoval. Tsipras prý takový postoj nedílí.

Počinání Řecka bude rozhodně zajímavé pozorovat i v dalších mezinárodních organizacích. Syriza ve svém programu z roku 2013 mluví o třeba i o odchodu Řecka z NATO. ONDŘEJ NEKOLA

Fidel. Promluvil, Obamovi nevěří

Po čtyřiceti dnech, kdy USA a Kuba oznámily začátek jednání o obnově diplomatických vztahů, prolomil mlčení bývalý kubánský vůdce Fidel Castro.

„Nevěřím USA, s jejich představiteli jsem nepromluvil ani slovo,“ říká Fidel Castro ve zprávě určené studentům havanské univerzity. „Neznamená to však vůbec, že jsem proti mírovému řešení konfliktu,“ dodává bývalý kubánský vůdce, kterého v čele státu oficiálně vystřídal jeho bratr Raúl v roce 2008.

Historické setkání amerických a kubánských diplomatů po více než třetici letech se uskutečnilo minulý týden v Havaně. USA přerušily diplomatické styky s Kubou v roce 1961, dva roky poté, co Fidel Castro dobyl Havannu. Poslední dobou se opakovně spekuluje o Fidellově zdravotním stavu.

Již několikrát se objevily zprávy, že kubánský vůdce zemřel. Zádná z nich se však dosud nepotvrdila. Podle poslední Fidel utrpěl dvě miskové mrtvice. ONDŘEJ NEKOLA

Zprávy krátce

Kim přijede do Moskvy

Severokorejský vůdce Kim Čong-un prý přislíbil, že se v květnu zúčastní moskevských oslav 70. výročí konce druhé světové války. Pokud se tak stane, bude to pro Čonguna vůbec první zahraniční cesta od převzetí moci v roce 2011.

Japonsko teroristům vyhoví

Japonsko a Jordánsko se dohodly na výměně teroristky vězněné v Jordánsku za japonského rukojmího, jemuž hrozí smrt radikálové z Islámského státu. Iráčanka Sadžida Rišáviová se účastnila atentátu na jordánské hotely roku 2005, při nichž zemřelo 60 lidí. čtk

Kancelář rádkové inzerce: Václavské náměstí 1, palác koruna, Praha 1, po-pá 8.30 -17.00 hod. Tel: 225 065 177, 178, fax: 225 066 653

Finance - nabídka

- Pomůžeme Vám vyřešit Vaši títizovou situaci! Nabízíme odkup nemovitostí s možností dlouhodobého nájmu. T. 567310704, 702031265, info@nerojihlava.cz

Intimní

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

ZKUŠENÁ PODNIKATELKA, vím co se mi líbí! Ozvi se 724 842 855!

INTIMNÍ MILOSTNÉ KONTAKTY Výměna tel. čísel dovolena! Neváhej a napiš SMS ve tvaru 37GKZ a text na 909 15 40

- I na stará kolena jsem pořádná nymfomanka! Zkrout mě! Zdene 67. Ozvi se mi 909 80 50 40 nebo napiš SMS na 909 15 45 s kódem 85CBM a tvůj text!

Bohatá Diana, 30 let, Praha a okolí! Hledám kluka, kterého bych si hýčkal! Něco za něco! Neváhej a zavolej 909 90 99 25 kód MPT73



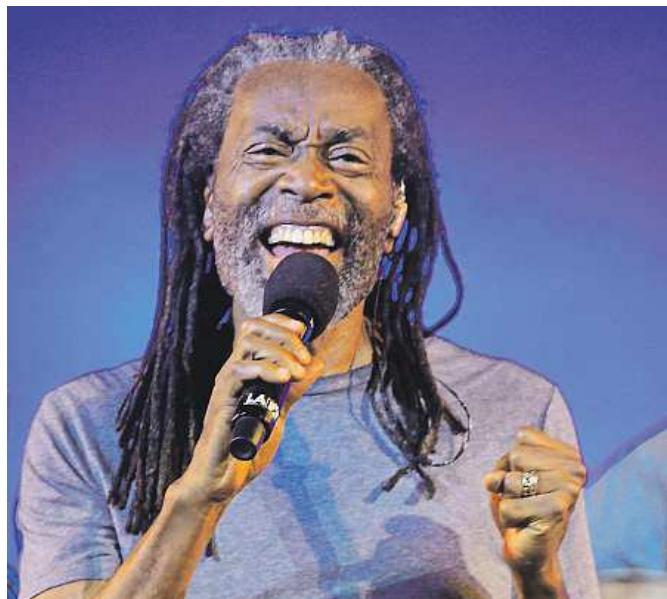
Bohatá Daniela 37. I láse jsem zažila jen samé zklamání. Už nechci víc. Dám cokoliv za obyčejný románek, který se bude držet mých pravidel. Dozvěj se víc na tel.: 909 801 801 nebo pošli SMS na 909 15 50 s kódem 44DUH a tvůj text!

VÝKUP ZLATA!

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

737 858 585





Hvězda vokální improvizace McFerrin (uprostřed) se spolu s klavíristou Coreou (vpravo) postará o závěr festivalu. Vlevo Dianne Reevesová

2x MAFRA, ARCHIV

Festival vedle McFerrina, Corey a Reevesové doplní Hersch

Již 14. ročník mezinárodního hudebního festivalu JazzFestBrno začne 15. března.

Mezi dříve označené hvězdy festivalu JazzFestBrno Bobbyho McFerrina, Chicka Coreu a Dianni Reevesovou přibyl pianista Fred Hersch. Program dále obohatí jazzoví hudebnici nastupující generace trio Shai Maestro, Gerald Clayton a Ben Williams. Rozhlasový bigband Gustava Broma zahraje s Kevinem Mahoganym. „Použijeme-li karetní

terminologii, kdy Corea a McFerrin reprezentují trumfová esa a Dianne Reevesová královnu, můžeme Hersche a Mahoganyho označit za krále letošního ročníku,“ uvedl umělecký ředitel festivalu Vilém Spilka.

Devětadvadesátiletý pianista Hersch si za své nejnovější album *Floating* vysloužil hned dvě nominace na Grammy. Proslul mimo jiné celovečerním programem nazvaným *My Come Dreams*, který vychází z jeho pocitů během dvouměsíčního kómatu, do něhož upadl v roce 2008. Mezinárodní respekt si získal také sólovými recitály.

Sestrapadesátiletý rodák z Kansasu Mahogany se začal

jako zpěvák na jazzových pódiích prosazovat v 90. letech minulého století a jeho scatový styl odborníci často přirovnávají k legendárnímu Joeu Williamsovi. Mahogany se v Brně představí jako host Rozhlasového bigbandu Gustava Broma u příležitosti 75. výročí jeho vzniku. Na koncertu 30. března v Janáčkově divadle vystoupí i slovenský zpěvák Peter Lipa.

První z vrcholů letošního ročníku připravili pořadatelé na 17. března, kdy na svou brněnskou premiéru přijede Reevesová. Svým posledním albem *Beautiful Life* si vysloužila nominaci na letošní Grammy. Mistr vokální improvizace McFerrin společně s klaví-

JazzFestBrno

Vstupenky na 13 festivalových večerů, které přinesou 23 koncertů, jsou v prodeji na webu www.jazzfestbrno.cz a v běžných předprodejích.

• Loni festival zaznamenal 95procentní návštěvnost, když dorazilo téměř šestnáct tisíc posluchačů.

ním virtuosem Chickem Coreou obstará 17. června v hale Vodova závěr festivalu.

Festival pokračuje v zavedené dramaturgií a po většinu večerů nabídne návštěvníkům dvojkoncerty. V Sono centru se tak představí i ame-

rický pianista Craig Taborn, jeho rakouský kolega David Helbock a funkjazzový projekt Kompost 3 rovněž z Rakouska. Z představitelů střední generace letos do Brna zavítá mimo jiné uznaný americký saxofonista Mike DiRubbo.

Východoevropský folklor spojený s jazzem přiveze slovensko-moldavské PaCoRa Trio. Českou a slovenskou jazzovou špičku letos reprezentují aktuální hudební projekty kontrabasistů Jaromíra Honzáka a Tomáše Lišky, sexteto saxofonisty Petra Kalfuse či nové mezinárodní kapely Lukáše Oravce, Ondřeje Stveráčka a Adama Tvrdoch. ČTK

Výstava. Ukáže i Kleeova díla

V Plzni včera začala výstava, jež je jedním z hlavních projektů akce Plzeň – Evropské hlavní město kultury 2015. Prezentuje slavnou malířskou mnichovskou školu. Na výstavě jsou zastoupeni umělci představující mnichovský Jugendstil a avantgardní hnutí skupiny Der Blaue Reiter. Jsou mezi nimi jména jako Vasilij Kandinskij nebo Paul Klee. Výstava zahrnuje i tvorbu českých umělců působících v Mnichově té doby – Alfonse Muchy či Jakuba Schikanedera. Výstava s názvem Mnichov – zářící metropole umění 1870–1918 je v Západoceské galerii v Plzni k vidění do 6. dubna. MET



Dylan chtěl kdysi také učit

Americký písničkář Bob Dylan by byl učitelem, kdyby se nestal slavným hudebníkem. Uvedl to v rozhovoru pro únorové číslo časopisu AARP. „Kdyby můj život začal znova a jinak, byl bych učitelem. Pravděpodobně dějepisu a teologie,“ tvrdí třiašedesátiletý Dylan, který věnoval zdarma čtenářům AARP 50 tisíc kopii svého nového alba *Shadows in the Night*, jež vyjde 3. února. MAFRA

Čarokraj. Představí se také v Brně

Úspěšná opera Čarokraj skladatele Marka Ivanoviče zazní po pražském Národním divadle také v tom brněnském. Tvůrci ji označují jako rodinnou operní expedici, která může být pro mladé diváky ideálním seznámením s hudebním divadlem. Publikum zavítá nejprve do základní proměněného v mytologický svět plný fantastických zvířat, teprve poté do hlediště. „Cesta je začátkem celého dobrodružství,“ řekl režisér Petr Forman.

V Praze se Čarokraj hraje od roku 2012, scéna a kostýmy Matěje Formana a Andrey So-



Režisér Petr Forman

ČTK

domkové se pyšní Cenou Alfréda Radoka. Pro brněnskou inscenaci dokonce kostýmu přibyla, stejně jako mytologických zvířat na scéně. ČTK

Sudoku

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

PočasíMin. 1
Max. 5Min. -1
Max. 3Min. 0
Max. 4Min. -1
Max. 3**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:** 15,3 °C**Rok výskytu:** 2002**Napište svou bublinu**

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



Napadá vás vtipný popisek?

Kvíz

- 1** První americký Boeing 747 Jumbo Jet zahájil civilní provoz z New Yorku do Londýna roku:
 a) 1960
 b) 1970
 c) 1980

- 2** Město Granville ve francouzské Normandii se stalo roku 1905 rodistěm módního návrháře:
 a) Diora
 b) Laurenta
 c) Gaultiera

- 3** První světelný semafor v Praze byl instalován na křižovatce Václavského náměstí před:
 a) 100 lety
 b) 85 lety
 c) 70 lety

- 4** Padesátiny letos slaví rockový hudebník Kamil Štířavka, který se proslovil i v muzikálovou rolí:
 a) Piláta
 b) Heroda
 c) Ježíše

- 5** Přízvisko ze Zaragozy má patron vinařů, námořníků a drvoštěpů. Je to svatý:
 a) Bernard
 b) Vincenc
 c) Augustin

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

ČT1

12:30 Sama doma
 14:00 Doktorka Quinnová II
 14:45 Kde bydlely princezny
 15:05 Kojak
 15:45 Hubert a Staller
 16:45 Cestománie
 17:10 Besipky: Tady to znám
 17:15 AZ-kvíz
 17:40 Černé ovce
 18:00 Události v regionech
 18:25 Míří je víc
 18:55 Události za okamžík a počasí
 19:00 Události
 19:50 Branky, body, vteřiny



20:00 Vyprávěj
 Seriál (ČR). Tak na svobodu! Oblíbený seriál o tom, že v každé době toužíme po štěsti. Hrají: R. Vojtek, A. Kerestešová, V. Freimannová, S. Skopal a další

20:55 Gejzír
 21:25 Máte slovo s M. Jilkovou
 22:25 Kingová II (10/13)
 Detekt. seriál (Kan., 2012)
 23:10 Kriminálka Paříž
 Krimiseriál (Fr., 2007)
 00:00 AZ-kvíz
 00:45 Kriminalista
 01:45 Všechnopáry
 02:35 Dobré ráno
 05:10 Designertrend
 05:20 Števničko spisovatele a teologa Zdeňka A. Emingera
 05:30 Události v regionech

ČT2

12:05 Moje soukromá válka
 12:30 Štíty království českého
 13:00 Soubor vojevůdců
 13:45 Speciální potápěčská skupina (1/2)
 14:35 Chcete je?
 14:40 Bombardier
 15:35 Křížáci: „Svatá“ válka
 16:25 Gustoff - skutečný příběh
 17:15 Záračná planeta
 18:10 Moje rodina X
 18:45 Večerníček
 19:00 Tajemné hlubiny s Robertem Ballardem
 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



20:00 S kuchařem kolem světa: Indie
 Okouzlující gurmán Fred Chesneau se domluví v jakémkoliv místě naší zeměkoule plné chuti a vůně!

21:00 Cestománie
 21:30 Klunety náš krajiny: Jižní hory
 21:55 Brána smrti
 22:25 Ve jménu vlasti II (11/12)
 23:15 Q
 23:45 Videňská nemocnice - Donauspital
 01:00 Kvarteto
 01:25 Cesty viry: Přátelé bez domova
 01:55 Babylon
 02:20 Ta naša kapela
 02:45 Čaj pro třetího
 03:15 Klub přátel dechovky

NOVA

12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
 12:40 Vzpomínky III (11)
 13:35 Odložené případy V (11)
 14:30 Mentalista II (18)
 15:25 Ordinace v růžové zahrádce 2 (201)
 16:30 Dva a půl chlapa VI (1)
 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
 17:35 Kriminálka Las Vegas V
 18:30 Ulice (2749)
 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



20:20 Ordinace v růžové zahrádce 2 (546)
 Seriál (ČR, 2015). Z Běly bude náhradní matka, Marie ji svěří do péče své děti. Tomáš žárlí na Kateřinu s Jirkou. Hrají: Z. Adamovská, P. Rychlý, J. Čenský, D. Morávková R. Fiala, P. Kikinčuk, V. Žável a další

21:30 Práskl!
 22:10 Hra o přezítí
 00:00 Kriminálka Las Vegas V
 Krimiseriál (USA, 2004)
 00:45 Mentalista II (18)
 01:25 Novashopping
 01:55 Áčko
 03:00 Kolotoč
 03:25 DO-RE-MI
 04:10 Ordinace v růžové zahrádce 2 (201)

PRIMA

12:30 Walker, Texas Ranger VII (7)
 13:30 Wolffův revír (4)
 14:30 Julie Lescautová II (3)
 Dávná nenávist. Krimiseriál (Fr., 1993)
 16:25 Komisař Rex VI (13)
 Divka a vrah. Krimiseriál (N/Rak., 2000)
 17:30 Odpolehlí zprávy
 18:00 Prostřeno!
 18:55 Zprávy FTV Prima
 19:25 Krimi zprávy
 19:40 Divácké zprávy
 19:55 VIP zprávy



20:15 Po čem ženy touží
 Komedie (USA, 2000). Nick dokáže okouzlit každou ženu a dostat ji právě tam, kde jí chce mít. Jednoho dne se mu ale stane nehoda, po které ziská schopnost slyšet, co si ženy opravdu myslí. S úspěchem začne tuto schopnost používat k vlastnímu prospěchu. Prvním terčem se stane nová ambiciózní kolegyně, která dostala jeho vysněné pracovní místo... Hrají: M. Gibson, H. Huntová

22:45 Ano, šéfe!
 00:05 Právo a porádk XVI (5)
 01:05 Policejní bažantí III (10)
 01:55 Šestej smysl (13)
 02:45 Walker, Texas Ranger VII

PRIMA COOL

12:45 Akta X VII (19)
 13:45 Griffonovi VII (1)
 14:10 Simpsonovi XXV (7, 8)
 15:10 Teorie velkého třesku V (1)
 Analýza děvkovského reflexu. Sitcom (USA, 2011)
 15:40 Futurama (10)
 16:10 Bořičí myš VI (3)
 17:15 Griffonovi VII (2)
 17:40 Hvězdlná brána III (13)
 Vyhánění čerta dáblem. Seriál (USA, 1999)
 18:30 Simpsonovi XXV (9, 10)
 19:20 Kdo přežije: Borneo (11)



20:15 Autosalon
 Světové novinky, nelitostné testy, koncepty budoucnosti v tradičním motoristickém magazínu

21:25 Teorie velkého třesku V (2)
 21:55 Robocop 2
 Akční sci-fi film (USA, 1990)
 00:20 Wilfred II (2)
 Komedi. seriál (USA, 2012)
 00:45 Scrubs: Doktůrci VII (8)
 01:05 Scrubs: Doktůrci VII (9)
 01:30 Star Trek: Vesmírná loď Voyager VI (16)
 02:15 Wilfred II (2)
 Komedi. seriál (USA, 2012)
 02:35 Robocop 2
 Akční sci-fi film (USA, 1990)
 04:25 Živí mrtví II (7)

ÓČKO

06:00 Ranni fresh
 09:00 Millennium
 10:00 Óčko hity
 12:00 Óčko news
 12:05 Óčko hit
 13:30 Bravo tv
 13:35 Óčko hit
 14:00 Óčko news
 14:05 Óčko hit
 15:00 Bravo tv
 15:05 Óčko hit
 16:00 Klipy nonstop
 16:00 Óčko news
 Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neutěče



16:05 Óčko chart
 Hitparáda diváků Óčka
 18:00 Óčko hit
 Klipy nonstop
 19:00 Óčko news
 Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neutěče
 19:05 Moje desítka
 Top 10 klípů podle diváka Óčka
 20:00 CZ & SK
 České a slovenské klipy
 21:00 Millennium
 Největší hit nového milénia
 21:45 Limuzína
 Talk show s M. Hejdou
 22:00 Simply the best
 Největší hit všech dob
 23:00 Love zone
 Hodina plná lásky
 00:00 Óčko flirt

Sloupek

**IVA
MÁLKOVÁ**

ZAKLADATELKA KURZŮ HUBNUTÍ STOB

**PILULKA**

Dnes se koná, již podesáté, takzvaný Šonkův den věnovaný obezitě. Profesor Šonka, který zemřel před deseti lety, byl jedním ze zakladatelů české obezitologie. Já jako obecní dítě jsem byla jeho pacientem. Kromě výzkumu hormonů, léků a diet vždy zdůrazňoval důležitost fyzické aktivity. A vývoj léčby obezity mu dává za pravdu.

Ze studie z pracoviště v Cambridgi, která sledovala prognózu více než deseti tisíc osob, se ukázalo, že pohyb je z hlediska zdravotních rizik významnější než samotná obezita. Stačí ujít 20 minut ostré chůze denně a už to výrazně zlepšuje životní prognózu. Neznamená to však, že bychom měli opomenout změnu jídelníčku. Ví se, že nezdravá strava způsobuje až tři čtvrtiny lidských nemocí od cukrovky, přes onemocnění srdece, až po nádory. To se týká ale všech, nejenom obézních. Profesor Šonka začal už v 60. letech pořádat tábory

pro obézní a i během roku organizoval cvičení pacientů (i pro mě byl inspirací v pořádání pobytů, na kterých lidé radostně shazují kila). I na letošním Šonkově dni zazní přednášky o relativně novém objevu hormonů svalové tkáně – myokinů. Ty se uvolňují u cvičícího člověka, některé vytváří i srdce. Mají hlavně protizánětlivý efekt a brání rozvoji aterosklerózy. Také napomáhají přeměnění takzvaného bílého tuku na hnědý či bežový, které energii místo skladování vydávají. To vede k tomu, že cvičící lidé – at štíhlí, nebo obézní – jsou zdravější, mají méně infarktů, mozkových příhod i nádorů. Lidé by si přáli, aby si místo cvičení mohli jen vzít tabletu, a je dost možné, že další výzkumem hormonů svalové tkáně se i to jednou podaří. A mé slovo na závěr? Nečekejte na pohybové pilulky a jděte si vyrobit endorfyny – dobrou náladu pohybem.

Citát

Cvičící lidé jsou zdravější, mají méně infarktů, mozkových příhod i nádorů.

Dopisy a vzkazy

**Ohřívárna
v MHD**

Vzpomínáte si na slib bývalého primátora, že za měsíc bude MHD „bez zápuštu“? Vtip, který se bývalému primátoru Hudečkovi nepovedl. Nic se nezměnilo. Přišla opět zima, je tu zas problém. Pražští bezdomovci se zadarmo opět ohřívají v MHD. Děje se tak za lhostejného přihlížení pražské radnice, dopravního podniku, ale i městské policie již po řadu let. Také revizori se bezdomovcům radší vydhnou. Jsou to V.I.P. cestující. Aktivita revizorů je namířována spíše na ty majetnější, tedy zejména na zahraniční turisty, kteří často zmateně drží lístek a nevědě, co se děje kolem nich. Tam je jistota zaplněné pokuty. Nedaleký bezdomovec si zatím v klidu podílíme v koutku tramvaje či metra. Velký batoh a kolem něj smrádek, ale také prázdnno. Všichni známe ten Kocourkov v pražské městské dopravě. Tolerance ale zde není na místě. Platící cestující by měl za své peníze dostat i rádnou službu. MHD má být také vizitkou Prahy, dříve tomu tak bylo.

P. VOTAVA, PRAHA

dopisy@metro.cz,
[www.facebook.com/
denikmetro](http://www.facebook.com/denikmetro)

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

Výrok dne



**„Vzhledem
k tomu, jak tady
Berdych hraje, tak
bude mírným
favoritem.“**

ANDY MURRAY, TENISTA

V záříčku je výš, zkušenosti z finálových fází grandslamů má víc. Přesto mu před semifinále Australian Open vysekl poklonu.

Slovo dne

ENDORFINY

(ze sloupku Ivy Málkové na této straně)

Látky peptidické povahy vznikající v mozku, mají účinky morfinu a jemu příbuzných látek

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK CIŽÍCH SLOV



INZERCE

HOROSKOP

Astrohled.cz

...tento týden na téma práce.

**Přesné prognózy na míru!
VOLEJTE 906 701 701**

- ★ Kompetentní poradenství od profesionálních poradců
- ★ Záruka spojení s poradcem dle vašeho prání
- ★ Dostupnost 24 hodin denně, 365 dní v roce, vč. svátků



Beran 21/3–20/4

Nechápete, proč kdosi neúnavně strojí pasti zrovna na vás. Přitom vy nejste vůbec kariéra, pořidejte si radši věrnou dogu k noze, vše řešete spíše impulsivně.



Váhy 23/9–23/10

Pokud ve vašem městě nezakázel podomní obchod, pořidejte si radši věrnou dogu k noze, máte jistotu, že ušetříte i bez pojistky.



Býk 21/4–21/5

Neradi pracujete sami, v týmu můžete zažít více zábavy, práce mnohem rychleji odsýpá, a máte se s kým poradit a nadávat.



Štír 24/10–22/11

Jak že to bylo v reklamě o těch milionářích, či dokonce miliardářích? Výhry jsou sice pěkná věc, ale vás láká vydělat to prací.



Blíženci 22/5–21/6

Nevsádeť všechny peníze na jednu kartu, tou kartou může být cokoliv. Raděj kupte prasátko a to pak dobrě uschovejte doma.



Střelec 23/11–21/12

Někdy byste nejradiši dali i posledních pár drobných některému z zebráků či dýško v obchodě, ale rozum vám velí stop.



Rak 22/6–22/7

Ostatní vám možná chtěli prokázat medvědí službu a pomluvalou vás, kudy chodili, Jenže efekt je opačný a zákazníci se hrnou.



Kozoroh 22/12–20/1

Nevyhodou peněz je, že se mohou rozkutálet. A to aniž víte jak. Dnes ovšem budete tušit, jak ale líbit se vám to nebude stejně.



Lev 23/7–22/8

Dávejte si pozor, s kým se dáte do pracovního týmu. Sice se říká, že podle sebe soudím tebe, ovšem opatrností nic nezkažíte.



Vodnář 21/1–20/2

Bohatství se dá výčíslit i jinak než v penězích. Nadřízení sice začnou s akcemi, zlatem a podobně, ale vy myslíte jinak.



Panna 23/8–22/9

Nenechte se odradit různými negativistickými prohlášeními, vy vidíte možnosti, které vám moderní doba skýtá, a umíte vydělávat.



Ryby 21/2–20/3

Budete opatrní při finančních transakcích. Online bankovnictví má výhodu, že sedíte v teple, ale abyste nakonec nedělali jinak.

VAŠE BUDOUCNOST!**Váš HOROSKOP!**

Astroložka Dita Vám nabízí jasné prognózy!

Píšte SMS ve tvaru 57ZVD a svoje datum narození na 904 30 55

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

Řešení sudoku

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

Anketa

Má mít učitel právo zabavovat elektroniku?

**Jacob
Newman Dion**
Jestliže s ní žák vyrůstá, vyuřuje při výuce, tak určitě ano.

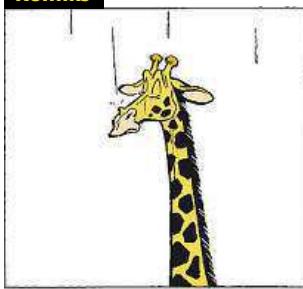


**Michal
Vorel**
Kdyby učitel zaujal žáky, neměli by potřebu to používat.



**Johnny
Trávníkář Wolf**
Vypnuté do konce hodiny nebo do vyzvednutí rodičů.

Komiks



Kadjar. Nový crossover má zvláštní jméno

Má jít proti yetimu a tiguano-vi. Renault druhého února představí nový crossover Kadjar, což je vlastně slovní hříčka. Quad je vozidlo, které se dostane všude, a jar je odkaz na francouzská slova agile a jaillir, která znamenají agilitu a překvapivé objevení se odněkud. Na fotku celého vozu si ještě musíme pár dní počkat, na internetu se však dají najít různé studiové snímky. **HOP**



Auto, byť už je na trhu delší dobu, stále vypadá svěže. Překvapilo nás, kolik Němců a Rakušanů si ho pořídilo.

2x METRO

Cup Racer. Fulín spojil síly s leonem

Petr Fulín, dvojnásobný šampion v evropském poháru cestovních vozů FIA ETCC (European Touring Car Cup) a dvojnásobný vítěz Zlatého volantu, bude letos obhajovat svá prvenství z obou předchozích let s vozem SEAT Leon Cup Racer v barvách týmu Křenek Motorsport.

Celý projekt nese název SEAT Olé Motorsport a je součástí propagace operativního leasingu automobilky pro soukromé osoby. **HOP**



SEAT Leon Cup Racer

V Alpách byl jako doma

Posvítili jsme si na chyby, za něž je peskováno úspěšné SUV od Dacie.

Kdo by před lety řekl, že se rumunská automobilka Dacia vyhrabe z popela jako Fénix? Díky spojení s Renaultem se značce mimořádně daří a dnes je nejrychleji rostoucí evropskou automobilkou.

Lvi podíl na tom má zejména nejlevnější SUV na trhu Duster, které je nejprodávanějším modelem celé skupiny Renault. Dacia skloubila levně výrobní náklady se staršími technologiemi a prodává vůz, kterému cenou nemůže nikdo konkurovat. V Čes-

ku je to 14. nejprodávanější auto, loni si jej kupilo 3089 lidí. V základu s pohonem dvou kol (1,6 litru a 77 kW) stojí 250 tisíc, nejlevnější pohon všech kol se stejným motorem je za 325 tisíc.

Na trh právě dorazila i limitovaná edice Blackstorm se stylovými žlutými detaily. Aktuálně se mluví také o příchodu druhé (a větší) generace.

My jsme si však půjčili klasickou omlazenou verzi s jedenapůlitrkovým dieselem s 80 kW (109 koní) v nejvyšší výbavě (425 tisíc korun), která dorazila do prodejen už loni. A vzali ji na 600 kilometrů dlouhou cestu do horské výšky v Alpách.

Ano, když rádte z jedničky dále, mácháte neustále pravačkou, protože dráhy jsou

příliš krátké. Ale sympatické je to v terénu, protože rychlé řazení trochu nahrazuje redukční převodovku. Krátká dráha první rychlosti společně s mezinápravovou elektromagnetickou spojkou, jakou používá i Nissan Murano, dělá pohon všech kol machrem v lehkém terénu, což jsme na vlastní kůži zažili na zledovatělé horské silnici. Bylo minus jedenáct, sněžilo a dvojkolky nasazovaly řetězy. My jsme s dusterem vyjeli i po cestách, kam bychom se normálně neodvážili.

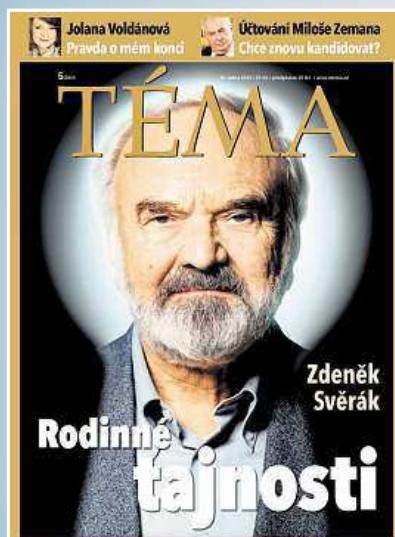
Režim LOCK 4WD, kdy pohon napevno rozdělíte v poměru 50 na 50, byl při jízdě opravdu znát. Auto se rozjelo i uprostřed sněhové muldy a v zatáčkách se cítilo sebejistě. Na dálnici se i při 170 kilo-

metrové rychlosti dalo kritizované hučení v pohodě snést a okamžitá spotřeba byla při dvou osobách uvnitř 7,4 litru. Celkově duster se žral na 1200 kilometrech dálnic a horských silnic v průměru 7,2 litru. Některé věci jsou však v dusteru opravdu zvláštní, třeba nepraktické nástupní prahy, až moc lacině provedený tapecírunk střechy, neochotně startování v zimě nebo nesmyslně nízko umístěná navigace. Ale i nad tím lze mávnout rukou. Dobré chování v lehkém terénu, dvacet centimetrů světlé výšky a hlavně ta cena. Proto je Dacia Duster bestseller.



PETR
HOLEČEK
petr.holecek@metro.cz

INZERCE



NOVÝ TÝDENÍK

TÉMA

už zítra

Velký rozhovor
se Zdeňkem Svěrákem

- O synovi, krizi i lásce
- Jaká mají tajemství
- A v čem jsou úplně jiní

jen

25 Kč

Na přestupy zbývá pět dní, změní ještě dres Čech a Necid?

Zatím jde o jedno z nejslabších zimních přestupových období. Dočkáme se ještě překvapení?

Snad jen přestup Wilfrieda Bonyho za 28 milionů liber (témař miliarda korun) ze Swansie do Manchesteru City vzbudil v lednu větší ohlas na evropském přestupovém trhu. Termín končí oficiálně v pondělí 2. února a je

Největší přestupy zimy

Slabší přestupové období nabízí málo lákavých přestupů.

- **Wilfried Bony:** ze Swansie do Manchesteru City
- **Lukas Podolski:** hostování z Arsenalu v Interu Milán
- **Fernando Torres:** Z AC Milán hostuje v Atlétiku Madrid

otázka, zda se ještě povede nějaký velký transfer. Třeba i ohledně českých fotbalistů.

Z našich reprezentantů

odešel Josef Hušbauer ze Sparty hostovat do italského Cagliari a ještě není jisté, co bude s útočníkem Tomášem Necidem. Ten se z nizozemského Zwolle vrátil do CSKA Moskva, ale aktuálně o něj stojí Juventus Turín či Ajax Amsterdam. Na svou šanci čeká i Václav Kadlec, který by rád opustil Frankfurt. Odchod Tomáše Rosického z Arsenalu vyloučil trenér Arséne Wenger, v případě Petra Čecha, který dělá v Chelsea dvojku Thibaultu Courtoisovi, se počítá spíše s letním přestupem. Ale pár dní zbývá. PUR

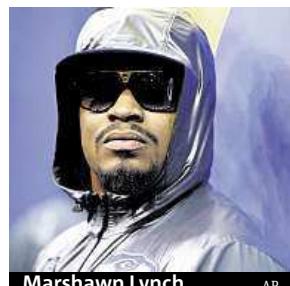


Petr Čech aktuálně nedostává v Chelsea moc šancí. MAFRA

Lynch. Na tiskovce si vystačil s jedinou větou

Marshawn Lynch je pro novináře opravdu těžkým sousitem. Hráč amerického fotbalu týmu Seattle Seahawks bojuje proti mediálním pravidlům profesionální ligy NFL už delší dobu. Tentokrát sice dorazil na první mediální den před slavným Super Bowlem, ale novináři od něj uslyšeli jen jedinou větu: „Jsem tady, takže nedostanu pokutu,“ řekl Lynch hned na úvod. Pak stejná slova zopakoval ještě téměř třicetkrát.

Známý running back už totíž byl pokutován hodněkrát. Na podzim musel zaplatit 100 000 dolarů (2,5 milionu korun) za to, že se s novináři



nebavil buď vůbec, nebo odpovídal jednoslovň. Finanční tresty dostává Lynch i po zápasech, kdy oslavuje touchdowny chytáním se za klín. Jestli nyní vyvázne bez trestu, není zatím jasné. PUR

Vstupenky. Za dva týdny budou další

Ve čtvrtku 12. února se přiválí další vlna hokejových nadšenců k předprodejním místům Sazky a obou hal pro letošní mistrovství světa. Do prodeje totiž budou uvolněny jednotlivé vstupenky.

Zatím bylo možné kupovat jen balíčky lístků na všechna utkání daného dne, za dva týdny ale organizátoři balíčky rozdávají a uvolní se i vstupenky z technických rezervací. Vyskytne se tak šance dostat se i na zápasy českého týmu, které jsou vyprodané.

„Dá se ale předpokládat, že vše bude o vteřinách. Půjde maximálně o desítky vstupenek,“ řekl generální sekretář Českého svazu ledního hokeje Martin Urban.

Aktuálně je však možné zakoupit lístky na čtvrtfinálový program v pražské O2 aréně, kde v případě postupu budou Češi hrát. Od listopadu byla zatím prodána zhruba polovina všech vstupenek. Organizátoři věří, že při únorové druhé vlně prodeje nedojde ke kolapsu systému. PUR a ČTK

Sparta. Holek a Vácha do 2018

Fotbalová Sparta prodloužila smlouvy se stoperem Mario Holkem a záložníkem Lukášem Váchou. Oba reprezentanti se upsali letenskému celku až do roku 2018 a ani jeden z nich s podpisem neváhal. Holek s Váchou pomohli Spartě loni k zisku titulu. ČTK

Číslo dne

6

Bývalý slavný fotbalista Luís Figo rozšířil počet uchazečů o funkci prezidenta FIFA na šest. Dvaadvacetiletému Portugalcí se nelíbí aktuální stav světového fotbalu a chce sportu splatit, co dostał jako hráč. Volby séfa FIFA se konají 29. května v Curychu.



Bolest, úžas, krása. I tak se bojuje o titul

Novak Djoković (uprostřed) třeštil ve čtvrtfinále Australian Open oči. Nejspíše i proto, že se mu v semifinále postaví Stanislás Wawrinka. Loňský vítěz totíž před rokem vyřadil Djokoviče už ve čtvrtfinále. Navíc Svýcar má v hledišti dvorců v Melbourne půvabnou podporu (vpravo). Američanka Madison Keysová (vlevo) vyradila i přes bolesti krajanku Venus Williamsovou a v semifinále narazí na její sestru Serenu.

3x AP

Zprávy krátce

Pletka do Slavie

Hokejový útočník Václav Pletka posílí do konce sezony pražskou Slavii. Pětařicetiletého hráče uvolnila do posledního týmu extraligy Plzeň, které se ze zámoří vrátil Jakub Culek. Pletka by měl být Slavii platný v boji o udržení. ČTK

Další tři limity

Limity pro účast na halovém mistrovství Evropy v Praze splnili další tři čeští atleti. Výškařka Michaela Hrubá, Milan Kocourek v běhu na 1500 metrů a tyčkař Michal Balner rozšířili počet české výpravy na čtrnáct členů. ČTK