

V PRAŽSKÉM DERBY MĚLA NAVRCH SLAVIA

O VÝHRU SEŠÍVANÝCH 1:0 SE GÓLEM ZASLOUŽIL JAROMÍR ZMRHAL STRANA 19



metro



Úterý, 29. září 2015

Č. 182, www.metro.cz
Svátek slavi: Michal

Min: 12°
Max: 16°

Největší deník v ČR

Tváří se jako andělé, stačí jim rychlý podpis

Nekalé praktiky. Stres řidičů při dopravních nehodách stále pomáhá predátorským asistenčním službám, které bývají na místě často dříve než policie. **Bouráčky.** Pozor na nabídku: vše vyřeší jeden podpis STRANA 2



Popstar Kate Perry dobývá státy Latinské Ameriky

V Praze zapěla a zatančila americká zpěvačka Kate Perry již v únoru tohoto roku v rámci koncertního turné The Prismatic World Tour. Teď svou energickou show, které kromě zpěvaččiných kostýmů dominují jednoduché a lehce zapamatovatelné popěvky jako kdysi lehce kontroverzní píseň I Kissed a Girl, předvádí na koncertní šňůře publiku v Latinské Americe. Snímek zpěvačky, která je považována za mainstreamovou popovou královnu současnosti, je z včerejšího vystoupení na festivalu Rock in Rio v brazilském Rio de Janeiru.

AP - FELIPE DANA

Krejčíř se na útěk připravil

Nejznámější český vězeň v zahraničí se chtěl před říjnovým vynesením už druhého rozsudku dostat z cely všemi prostředky. Jihoafrická vězeňská stráž, která jeho útěk zmařila, u něj totiž našla kromě mobilních telefonů také pistoli, taser nebo pepřový sprej. STRANA 3

Katalánsko se chce trhnout

Po nedělních volbách mají v katalánském parlamentu většinu separatistické strany. Šéf jedné z nich slíbil, že se do dvou let tato autonomní oblast odtrhne od Španělska. Háček je v tom, že separatisty volilo méně lidí než strany stojící proti nezávislosti. STRANA 6

Tajemství modrých očí

V příloze Zdraví se dočtete mimo jiné také o tom, jak správně postupovat při bělení zubů a jakým „osvědčeným“ radám se raději vyhnout. Dozvíte se také, proč nemá vaše dítě stejnou barvu očí jako vy, a jaké choroby hrozí modrookým. STRANY 7-14



Sv. Václav na cestě

Lebka svatého Václava, patrona Čech a Moravy, byla nesena při včerejší Národní svatováclavské pouti ve Staré Boleslavi, kde byl před 1080 lety kníže zavražděn. Na akci na Mariánském náměstí dorazily tisíce lidí. ČTK

Predátoři silnic ucítí nehodu dřív než policie

Lovci nehod sází na stres. BOURAČKA rozhodí více než polovinu řidičů.

Otřes. Zmačkané plechy. A někdy krev. Dopravní nehody bývají hodně stresující. Sanitka je teprve na cestě, ale u vás už stojí „žlutý anděl“ a nabízí, že vše vyřeší, stačí jen jeden podpis. Nervy pracují a vy se upíšete. Právě jste se stali obětí lovců nehod.

Podle aktuálního průzkumu, který zpracovala Linka pomoci řidičům 1224, vyplývá, že 65 procent účastníků nehody bylo vystaveno stresu. V případech doprovázených vážným zraněním bylo ve stresu dokonce 95 procent řidičů. „Stres má vliv na myšlení i chování,“ vysvětluje dopravní psycholog Michal Walter. V takovém stavu pak není člo-



Citát

Polovina řidičů stále neví, že jejich povinné ručení zahrnuje nějaké asistenční služby.

ALEŠ POVŘ, ČKP

věk schopný jednat racionálně a snadno podléhá nátlaku lovců nehod.

„Díky médiím se lidé o podezřelých praktikách už dozvěděli a začínají být opatrnější. Stále se ale dost řidičů nechá

Pozor na predátory

Lovci nehod číhají poblíž nebezpečných míst. Jak se jim ubránit:

- Nejjednodušší je na místě nehody jejich služby odmítnout a obrátit se telefonicky na asistenční služby své pojišťovny.
- Pokud si nepamätujete kontakt na pojišťovnu, volejte linku 1224. Což je číslo, kde si motorista přivolá odtah nepojízdného vozidla či jinou pomoc přímo od své pojišťovny.
- Linka je dostupná 24 hodin denně.

hod mají propracované prakticky. „Jejich vozidla krouží kolem míst, kde bývají často nehody. Jejich dispečink odposlouchává například vysíláčky řidičů kamionů, kteří o nehodách informují,“ varuje Vomáčka. Pokud se někdo objeví u nehody a začne jejím účastníkům něco nabízet, tak by měl řidič zbystřit. „Pokud si motorista přivolá pomoc přes pojišťovnu, tak vždy ví, jaké odtahové vozidlo pro něho přijede, kdy přijede a ve většině případů je i předem kontaktován telefonicky personálem odtahového vozidla,“ radí řidičům Aleš Povr z České kanceláře pojistitelů.

Ža první pololetí letošního roku policie řešila 43 458 dopravních nehod. To bylo zhruba o tři tisíce nehod víc než loni ve stejném období.



MAREK HYR

marek.hyr@metro.cz

INZERCE

LÁZNĚ PODĚBRADY

**KDYŽ RELAX, TAK LÁZNĚ.
KDYŽ LÁZNĚ, TAK PODĚBRADY.**

například

ZÁMECKÝ VÍKEND

(16. 10. – 19. 10. – 3 noci)

polopenze, uhličité koupele, částečná masáž Aloe Vera, bahenní zábal z Mrtvého moře, infrasauna, poukaz do kavárny Modrý salonek

Cena 5.190 Kč za pobyt na osobu v Hotelu Zámeček****

VÍKEND PRO ŽENU A MUŽE

(16. 10. – 18. 10. – 2 noci)

plná penze, uhličité koupele, částečná masáž Aloe Vera (konopná pro muže), solná jeskyně, infrasauna, poukaz do kavárny

Cena 3.190 Kč za pobyt na osobu v Hotelu Libuše*** nebo Zimní lázně***

Navštivte naše webové stránky www.lazne-podebrady.cz nebo zavolejte na telefon **325 606 500** a rezervujte si pobyt dle vašeho výběru. Pokud vám z nabídky nebude svoji skladbou vyhovovat ani jeden z pobytů, připravíme vám pobyt šitý na míru dle vašich představ. Těšíme se na Vás!



LÁZNĚ PODĚBRADY
AKČOVÁ SPOLEČNOST

www.lazne-podebrady.cz



KAŽDÉ ÚTERÝ

POUZE
139 Kč

ZA 12 KOUSKŮ KUŘETE

6 x STRIPS, 4 x HOT WINGS, 2 x PORCE KUŘETE



Nabídka platí každé úterý od 22. 9. do 27. 10. 2015 nebo do vyprodání zásob.

Zprávy krátce

Škoda má chybu u 1,2 milionu aut

Manipulace s emisemi naftových motorů se týkají po celém světě zhruba 1,2 milionu vozů Škoda Auto. Mluvčí společnosti Jozef Baláž uvedl, že firma plánuje svolat dotčená auta do servisů k technické úpravě. Škoda Auto je součástí koncernu Volkswagen, který přiznal, že software instaloval do zhruba 11 milionů aut.

Žaloba na Česko?

Česku podle senátorky a bývalé ústavní soudkyně Elišky Wagnerové hrozí žaloba k Soudnímu dvoru Evropské unie za to, že děti uprchlíků dává do detenčních zařízení. Rekla to v České televizi. Podle ministra vnitra Milana Chovance ale Česko do písmene dodržuje evropské právo. Wagnerová (za zelené) uvedla, že ji zděsily podmínky, v jakých v Česku přebývají uprchlíci. **ČTK**

**Selfičko s miss musí být**

Politik Zdeněk Škromach je proslulý pořizováním svých fotografií s celebritami na vhodných i nevhodných místech. V sobotu si nenechal ujít předání korunky jubilejního patnáctého ročníku Česko-slovenské Miss Roma 2015, kterou získala v Hodoníně finalistka Blanka Bertoková z Bratislavy. **ČTK**

Krejčíř sedí, ale s pistolí

Útěk nejslavnějšího českého vězně z afrického vězení zmařila policie. Měl v cele pistolí i deset mobilů.

Makgale uvedl na Twitteru, že Krejčíř by se z vězení v případě nutnosti i prostřílel: „Zřejmě by mu pomáhali podplacení hlídači a někteří spolupůlčníci. Už na něj prý čekala luxusní vozidla, která ho měla odvézt k čekající helikoptě, jež s ním měla odletět ze země.“

Radovanu Krejčířovi se nechtělo čekat za mřížemi v Pretorii na vyslechnutí svého rozsudku, který má padnout 12. října. Už na konci srpna byl ale soudem v JAR uznán vinným za pokus o vraždu, únos a držení drog.

Jihoafrická média o víkendů informovala, že vězeňská stráž zmařila plány českého zločince.

V jeho cele našla 9mm pistolí, deset mobilních telefonů, pepřový sprej, zařízení fungující jako taser či uniformu vězeňské služby. Mluvčí jihoafrické policie Solomon

Podle Makgaleho se jedná asi o čtvrtý pokus Krejčíře o útěk. Tvrdí, že už loni byli v České republice vysláni muži, kteří se měli pokusit zabít Krejčířovy vyšetřovatele a dostat jej z vězení. Sám Krejčíř se prý kvůli tomu pokusil dojednat si návštěvu u zubáře v určitý čas. „Pokusil se uplatit eskortu, nebyl ale úspěšný,“ dodal mluvčí.

V Česku se nyní chýlí ke konci soud, který se týká pokusu o tunelování společnosti Čepro a pokusu vraždy celníka. Státní zástupkyně v závěrečné řeči navrhla Krejčířovi patnáct let vězení. **IDNES.cz**

INZERCE

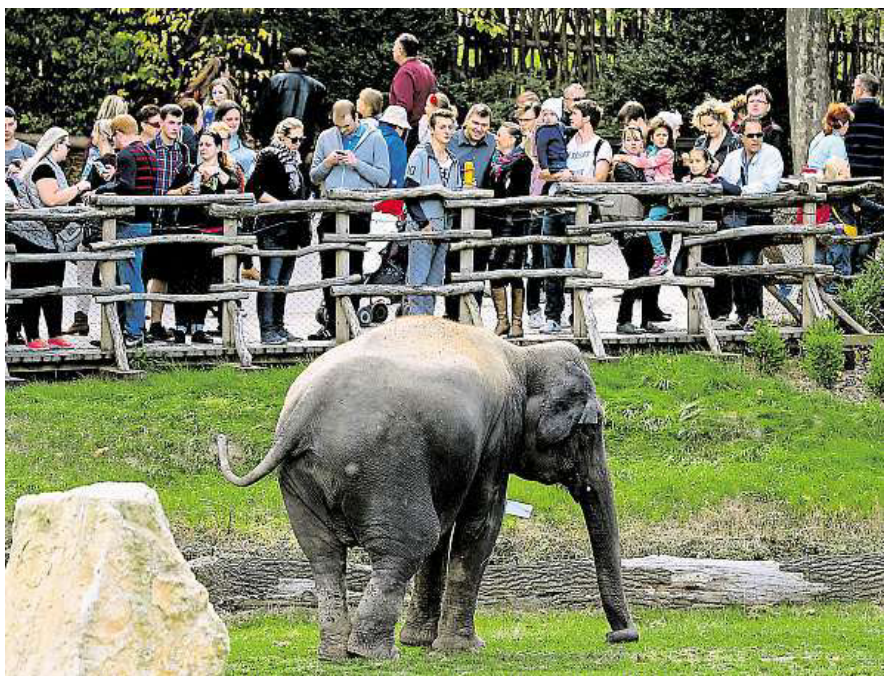
**ELASTIC
BUSINESS
SOLUTIONS™**

O₂ Datové centrum

Okamžitě expandujete

S neomezenou konektivitou v bezpečí datového centra může vaše firma elasticky růst a přitom být vždy spolehlivě online.

Sjednejte si schůzku na www.o2.cz/eb



Pražská zoo včera oslavila 84. výročí

Lidé si včera mohli v pražské zoologické zahradě užít nejen zvířat, ale i doprovodného programu. V pěkném počasí lákal už tradičně zánovní pavilon slonů, tahákem byly také křtiny mláděte hrabáče kapského, které se narodilo na konci července. Za kmotry mu šli modelka Taťána Kuchařová a její partner, hudebník a herec Ondřej Brzobohatý. ČTK

INZERCE

Řecko Kypr

LASTMINUTE Dětská cena od 5 990 Kč
V ceně komplexní cestovní pojištění. Nabízíme svozy až z 88 míst ČR na/z letiště v Praze.

Krétá	Termin	Dny	Ubytování	Strava	Cena (Kč)
Krétá	→ 02.10. - 13.10.	11	ST	BS	7 990
Krétá	→ 30.09. - 10.10.	11	ST	PP	10 990
Krétá	→ 30.09. - 10.10.	11	H3*	ALL	13 990
Okruh celým Řeckem (letadlo/bus)	02.10. - 13.10.	12	H2-3*	PP	11 990
Kypr	→ 05.10. - 15.10.	11	H3*	PP	15 990

Dotované zájezdy nejen pro seniory – ostrov Rhodos a Kypr
V ceně 1 celodenní výlet • komplexní cestovní pojištění • svoz na/z letiště z/do Prahy

Rhodos	→ 02.10. - 09.10.	8	H2+*	PP+	7 990
Rhodos	→ 02.10. - 09.10.	8	H3*	ALL	8 990
Rhodos	→ 02.10. - 09.10.	8	H4*	ALL	12 490
Dítě na přistýlce	→				5 990
Kypr	→ 15.10. - 26.10.	12	H3*	PP+	15 990
Kypr	→ 26.10. - 02.11.	8	H3*	PP+	13 490
Kypr	→ 02.11. - 09.11.	8	H3*	PP+	12 814
Dítě na přistýlce	→				od 8 170

H – hotel, ST – studio PP – polopenze, PP+ – polopenze s nápojem u večere, ALL – all inclusive, BS – bez stravy
Tyto ceny nelze kombinovat s firstminute slevou, ani seniorskou slevou.

VTT – Praha 2, Ječná 10, tel.: 224 920 177, info@vtt.cz, Brno – Josefská 8, tel.: 542 210 736, brno@vtt.cz
zelená linka: 800 100 130 • www.vtt.cz • www.facebook.com/ck.vtt

Nový rekord. Mapa plná rozhleden

Do České knihy rekordů včera byla zapsána mapa, v níž je vyznačeno 507 věží a rozhleden v České republice. Řekl to včera Miroslav Marek z agentury Dobrý den, jež spravuje databázi českých rekordů. „Mapa byla představena k dnešnímu zahájení čtvrtého ročníku Měsíce věží a rozhleden,“ uvedl Marek. Měsíc věží a rozhleden podporuje prodloužení turistické sezony. Probíhá mezi dvěma státními svátky, tedy mezi včerejším svátkem svatého Václava a 28. říjnem. ČTK

Ovoce je tu zadarmo

Tahle potlučená jablka i hrušky vám budou chutnat.

Víte, že v Praze je šestatřicet ovocných sadů, které patří městu a kdokoli si v nich může přijít pro ovoce? Že tu máme pár zaniklých zahrádkářských kolonií, kde si lze bez obav nasbírat na koláč, kompot nebo marmeládu... A že jsou tu další desítky míst, kde rostou ořešáky či lísky.

Třeba u Letenských sadů nebo na Vítkově roste medvědí česnek, na Parukářce mirabelky, v Grébovce najdete zase mišpule, které se sklízí po prvních mrazech, aby jejich trpká chuť zesládla. Pro švestky si můžete zajít na Petřín. Odtamtud vás nikdo holí v ruce nepožene.

Právě taková místa, a nejen v Praze, ale i po celém Česku, objevuje na své mapě web

Více najdete na

WWW.METRO.CZ

Na-ovoce.cz. Stojí za ním parta mladých lidí, jimž není jedno, že mnohdy kvalitnější ovoce, než které kupujeme v krámcích, zůstává bez užitku. „K mapování volně rostoucích stromů nás inspirovala německá organizace Mundraub, která takový projekt provozuje už šest let,“ říká pro deník Metro Katka Kubánková, spoluzakladatelka spolku, který provozuje Na-ovoce.cz.

I sami uživatelé webu se mohou zapojit a do mapy vkládat své tipy. „Dokonce se nám stá-



Katka při sběru NA-OVOCE.CZ

Ovocná slavnost

Na mošt a další dobrotu.

• **Uskuteční se 10. a 11. října** v sadu Na Klíčové ve Vysočanech.

• V zelené oáze obklopené industriální atmosférou ochutnáte **čerstvý mošt**. Vyrobí si ho zde můžete i vy.

• Seznámíte se s tradičními i netradičními způsoby **zpracování ovoce** a proběhne debata o významu městských veřejných ovocných sadů.

vá, že se ozývají lidé s tím, že mají na zahrádce strom, ale plody nestačí zpracovávat,“ říká Katka. Parta také organizuje zajímavé gastroakce. Třeba teď v říjnu ve Vysočanech.



MAREK PEŠKA
marek.peska@metro.cz

Jedna z nejoblíbenějších praček roku 2014

Podle hodnocení uživatelů nezávislého nákupního portálu Heureka.cz patří Indesit IWSC 51051 C ECO mezi nejoblíbenější pračky roku 2014. Tento model s velmi nízkou spotřebou energie a vody potěší peněženku každého majitele.

Úsporu zajišťuje množstevní automatika, která zajistí, že pračka sama rozezná kolik vody pro praní potřebuje. Inteligentní systém pak využije pouze nejnutnější dávku vody nutnou pro perfektní vyprání. Velkým trumfem pračky je možnost výběru z 19 programů praní. Funkce EcoTime je určena pro rychlé vyčištění menšího množství oblečení. Vypere náplň do 3kg lehce znečištěného bavlněného nebo syntetického oděvu o třetinu rychleji a s úsporou vody a energie až 40% oproti standardnímu programu. Volba Energy Saver pro program bavlna, syntetika a jeans umožňuje dosáhnout optimálních výsledků praní s úsporou energie až 70% (ve srovnání s pracím

programem bavlna 30°C). Aktivní majitele potěší tři speciální sportovní programy, které byly vytvořené pro péči o moderní sportovní materiály.

Úzká pračka s předním plněním pojme až 5 kg prádla. S hloubkou 42 cm se vejde i do menších prostorů kuchyní a koupelen. Díky funkci odloženého startu je možné posunout dobu praní až o 24 hodin.

V prodejnách DATART je nyní tato úsporná pračka k dostání za velmi příznivou cenu 5 490 Kč. S výběrem ochotně poradí proškolení prodáváci a zajistí i všechny náležitosti spojené s dopravou a instalací.



Indesit IWSC 51051 C ECO



Nakupujte online na www.DATART.cz

Vybíráte dioptrické brýle? Řekneme vám, jak na to!

Dioptrické brýle již dávno nejsou pouhou pomůckou ke korekci zraku. Naopak, staly se svébytným módním doplňkem a nebývá výjimkou, že jejich nositelé mají hned několik druhů dioptrických brýlí, které kombinují s oblečením, v němž vyrazí ven. Babí léto vybízí k obměně šatníku a naladění na podzimní trendy - a logicky se tak nabízí možnost potěšit své oči novými brýlemi. Jak tedy vybrat ty správné?

Brýle z lékárny nebrat

„V první řadě platí, že je vždy dobré svěřit se do rukou odborníkům a nekupovat již hotové brýle po supermarketech nebo z lékárny, ty totiž mohou vašemu zraku paradoxně i uškodit,“ varuje **Tereza Slavíková** ze společnosti **FOKUS optik**, největší sítě českých optik. Výběr obruby je samozřejmě pocitovou záležitostí, primární je, aby se její nositel cítil dobře. Existuje však několik zásad, které je dobré respektovat.

„Vypadá vždy lépe, pokud tvar brýlí, respektive jejich horní částí kopíruje tvar

obočí, horní hrana rámu by je neměla překrývat. Důležitá je také velikost obruby, obruby jsou totiž podobně číslované jako například boty. Nejpoužívanější velikost je u dam 52/54 a u pánů 56/58,“ popisuje **Tereza Slavíková**. Obruba musí navíc co nejlépe sedět, po nasazení by se její stranice neměly rozjet do stran, ale měly by být v rovině vůči spánkové kosti. Stranice i nosník se dají upravit tak, aby brýle nepadaly, a to i u plastových obrub.

Druhé zdarma, pro vás nebo přátele

Velkou roli při výběru obrub hrají také dioptrie. „Pokud budete mít v brýlích spojkové čočky, tedy ty, co jsou uprostřed nejsilnější, volte spíše menší obrubu, kam se dá objednat i malý průměr skla, a okraje nebudou tak masivní. U rozptylky je to opačně, tato čočka má silné okraje, a je tedy potřeba volit takovou obrubu, která při vyšších dioptriích okraje schová. Nicméně veškeré brýlové čočky, i multifokální, se dají protenčit, a tak i při vyšších dioptriích budete mít v brýlích tenké a lehčí sklo,“ vysvětluje **Tereza Slavíková** z **FOKUS optik**.

Brýle by měly podtrhovat osobnost nositele, mnoho lidí si proto pořizuje brýlí hned několik, od těch méně výrazných pro pracovní příležitosti, až po extravagantnější modely na společenské události. Navíc se vždy hodí, pokud můžete jedny brýle používat jako náhradní, když se vám jiné zničí například při sportu. Proto by vaší pozornosti neměla uniknout **akce 1+1 na kompletní dioptrické nebo sluneční brýle**, kdy ve **FOKUS optik** při koupi dioptrických nebo slunečních brýlí získáte druhé do stejné hodnoty zdarma. A je pak zcela na vás, zda potěšíte sebe nebo uděláte druhými brýlemi radost někomu ze svých blízkých.

Více zjistíte na www.fokusoptik.cz

FOKUS[®]
OPTIK

FOKUS[®]
OPTIK

1+1
AKCE

**KOMPLETNÍ DIOPTRIČKÉ BRÝLE
NEBO SLUNEČNÍ BRÝLE**

**BRÝLE
ZDARMA
PRO VAŠI
RODINU
A PŘÁTELE**

www.fokusoptik.cz

Zdarma jsou vždy kompletní dioptrické či sluneční brýle v nižší nebo stejné hodnotě, jako kompletní dioptrické či sluneční brýle zakoupené. Nevyčerpanou hodnotu dražší kompletní zakázky či slunečních brýlí nelze směnit za peníze ani další zboží. Akci nelze uplatnit na kombinaci slunečních a kompletních dioptrických brýlí. Kompletní dioptrické brýle = obruba + skla. Akce platí ve všech pobočkách FOKUS optik včetně outletu FAOC Štěrboholy, Praha. Slevy se nesčítají. Akce platí od 24. 8. 2015 do odvolání.



Vznikne nový stát v Evropě?

Po nedělních volbách mají většinu v katalánském parlamentu separatistické strany.

Letošní předčasné volby ve španělské autonomní oblasti Katalánska měly být podle tamních separatistických

stran zároveň i jakýmsi referendem o nezávislosti Katalánska na Španělsku. A právě kvůli spojení klasických voleb do regionálního parlamentu s plebiscitem o nezávislosti mohou být výsledky pozitivní jak pro zastánce nezávislosti, tak i pro ty, kteří chtějí, aby Katalánsko i nadále zůstalo součástí Španělska.

Politická uskupení bojující za nezávislost Katalánska sice s přehledem získala v



Zastánci nezávislosti

tamním parlamentu naprosou většinu (72 křesel z 135),

nicméně po součtu hlasů vyšlo najevo, že tyto strany voli-

lo jen 47,8 procenta občanů, naopak 52,2 procenta lidí dalo svůj hlas stranám, které jsou proti nezávislosti.

Separatisté uspořádali referendum o nezávislosti Katalánska již minulý rok, to však ještě před konáním prohlásil španělský ústavní soud za nezákonné, protože podle španělské ústavy by museli o nezávislosti rozhodovat všichni občané Španělska, a nikoliv jen Katalánci. Pokud by Katalánsko vyhlásilo nezávislost jednostranně, ocitlo by se mimo EU i NATO. **NEK**

INZERCE

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

Cestování - nabídka

800 222 210

LAST MINUTE - letecky z Prahy BABÍ LÉTO 2015

destinace	dny	odlet	ubytování	strava	cena
KRÉTA	5	3.10./7.10.	H4*	P	12 990
KRÉTA	5	3.10./10.10.	H4*	A	13 990
KRÉTA	8	4.10./10.10.	H3*	P	14 900
KRÉTA	8	4.10./11.10.	H4*	A	16 500
KRÉTA SENIOR 55+	5	7.10./10.10.	AS	BS	10 300
KRÉTA SENIOR 55+	8	10.10./11.10.	H4*	P	14 900
MALTA	8	3.10.2015	H4*	S	14 490
MALTA SENIOR55+	8	3.10.2015	H4*	P	15 750
MALTA	8	10.10.2015	H3*	S	12 990
MALTA SENIOR55+	8	10.10.2015	H3*	P	13 990

Vlastní doprava - HORY

RAKOUSKO	4	28.10.2015	PE3*	S	3 950
RAKOUSKO	4	7.1.2016	H3*	P	6 610
RAKOUSKO	5	13.1.2016	H3*	P	8 840
ITÁLIE	3	14.12.2015	H2*	P	6 690
ITÁLIE	4	12.1.2016	H3*	P	8 790

Poznávací zájezdy

PETROHRAD	5	28.10.2015	H3*	P	21 990
ARMÉNIE - GRUZIE	8	17.10.2015	H3*/H4*	PP	37 500
THAJSKO	15	14.11.2015	H3*/H4*	P	57 500

Vysvětlivky: PE - penzion, S - studio, AS - apartmán, H - hotel, BS - bez stravy, S - snídaně, P - polopenze, PP - plná penze, A - all inclusive



CK AGL travel
Jungmannova 6, Praha 1
www.AGLtravel.cz

Práce - nabídka

• Brigády v Brně administrativní, balení elektroniky, pomocné práce ve výrobě a úklidy. Týdní výplaty 65-120 Kč/h. NABRIGADU.CZ Tábor 526/46d, Brno.

• Bezpečnostní pracovník/ce - Brno. Poctivá práce za 90 Kč/hod. 800 111 112, nabor@m2c.eu

• Skladník přijme obch. firma z Brna. Požadujeme preciznost, samostatnost, výborný zdravotní stav, řidičák B/VZV. T. 723275182, personal@keraservis.cz

• Stavební firma v Praze přijme pracovníka pro zásobování staveb. Požadujeme praxi ve stavebnictví, manuální zručnost, časovou flexibilitu, fyzickou zdatnost, RP sk. B, ubytování zajistíme. Kontakt tel. 272705474

• Nabídka práce ve Vašem regionu pro muže a ženy. Nabízíme cca 15.000 Kč/měsíčně, pro bližší info nás kontaktujte na 602563903, 724596648

Pekař/Pekařka

Moderní pekárna **Breadway** hledá do svého týmu nové kolegy s praxí v pekárně.

Pokud praxi nemáte, rádi Vás zaučíme.

Nástup možný ihned na HPP i DPP.

Nerovnoměrná prac. doba, mzda od 18 000,-Kč.

Kontakt: Tel: +420 774 719 653 nebo pište na de@breadway.com

Starožitnosti - poptávka

ČÍNSKÉ

MONGOLSKÉ, TIBETSKÉ, JAPONSKÉ, INDIČKÉ OBRAZY i jiné starožitnosti z těchto zemí koupí sběratel
T: 776 358 865

Služby - nabídka

VÝKUP ZLATA!

za nejlepší cenu hotové
nejvýhodnější půjčky na zlato
www.avarrio.cz
Soukenická 8, Praha 1
737 858 585

Intimní

E.M.A. Europe s.r.o., P. O. Box 14, Praha 05, 110 05, tech. zajišťuje Materna, jen pro starší 18let. 15sms/50Kč vč DPH; 1min/90Kč vč DPH. www.ema.biz, www.platmobilem.cz

• Vezmi HO do ruky a rovnou mi zavolej na 844 844 005, 5Kč/min.

• SEXY BOKOVKY! Najdi si milenkou podle svého gusta. Pošli SMS ve tvaru 28FJP a text na 909 15 50

• Rozvod mě dostal na kolena. Chci se zvednout, ale klidně tam ještě chvíli vydržím, pokud to tak máš rád. Zdenka 53. Volej 909 90 99 25 nebo mi napiš SMS na číslo 909 15 40 s kódem 68ERE a tvůj text!

• Sháním GIGOLA na práce všeho druhu :-). Ani v důchodu mě nepřešla chuť na sex! Zajištěná Věra 67. Vytoč 909 801 801 kód HXR33



• Sličná Janička (29). Na vzhledu u chlapů nelpím, v posteli mě ale musíš přesvědčit, že nejsi jeden z mnoha! Vem si mě do svých rukou a udělej mi to jako nikdy předtím. Brnkni mi na 909 80 50 40 nebo mi piš SMS na číslo 909 15 45 s kódem 66XSN a tvůj text!



Havel. Cenu získala Ruska

Mezinárodní Cenu Václava Havla za lidská práva ve Štrasburku získala dlouholetá bojovnice za lidská práva v Rusku Ljudmila Alexejevová. Ta ve svém projevu vyjádřila politování nad tím, že se Kreml podle ní „čím dál více vrací k sovětské praxi“. Alexejevová přitom sama zažila sovětské represe. Kritizovala režim Vladimíra Putina také za zákony a překážky, kterými se snaží bránit v činnosti nevládních organizací. **ČTK**

Zprávy krátce

Tekutá voda na Marsu

NASA získala nové důkazy o tom, že na Marsu je voda v tekutém stavu. Měla by být slaná. To je přitom jedna z hlavních podmínek pro existenci života na rudé planetě. Vědci vycházejí z nových záznamů, podle kterých se voda nachází na svazích solných kopců. Mars je často srovnáván s pouští Atacama v Chile, kde právě díky soli přežívají bakterie. **NEK**

Vybombardovaná svatba, zemřely i děti

Nejméně 38 lidí, většinou žen a dětí, bylo včera zabit při dvou náletech koalicionálních sil pod vedením Saúdské Arábie na svatební hostinu v Jemenu. Mezi mrtvými bylo nejméně osm dětí, na 40 dalších osob utrpělo zranění. Nejmenovaný činitel, kterého citovala agentura AP, označil nálet za „omyl“. **ČTK**

**PŘEDÁVEJ
RADOST DÁL**

Blanka se m...
Otevřít v...
SAMIIONAT SE I...
CIZINCI REZERVUJÍ OSTOŠEST, HOTELY HLÁSÍ TĚMĚŘ

metro
MOJE MĚSTO, MOJE METRO

metro

ZDRAVÍ

KOMERČNÍ PŘÍLOHA

29. září 2015, www.metro.cz

PROFIMEDIA.CZ



Oči

a zuby

Zuby bílé jako ve filmu

Úsměv hollywoodské hvězdy můžete mít i vy. Raději ale zapomeňte na babské recepty. STRANA 9

Ženy mrkají častěji než muži

Pět zajímavostí o lidském oku: potomek nemusí zdědit barvu očí po rodičích a co se říká o modrookých. STRANA 13

Nedostatek slz může vést dokonce až k oslepnutí

Někdo pláče více, někdo méně. Každopádně slzy jsou pro oko nepostradatelné, protože jeho povrch zvlhčují, což je důležité.

Pokud má člověk málo slz nebo jsou nekvalitní, vede to ke zrakovým obtížím, k podráždění oka a zvyšuje se riziko infekce, což v extrémních případech může vést až ke slepotě. Někteří lidé ale nedovedou plakat vůbec.

„Nedostatek slz se vyskytuje například u lidí trpících autoimunitní nemocí zvanou Sjögrenův syndrom, který se častěji vyskytuje u žen. Plakat paradoxně nemohou někteří pacienti s těžkou depresí, což je způsobeno jejich psychickým stavem. Dále se

slzy netvoří při nedostatku vitamínu A nebo vzácněji při nemocích mozku či vrozeném onemocnění vegetativního systému s názvem familiární dysautonomie či Rileyho-Dayův syndrom,“ vysvětluje Pavel Stodůlka, primář oční kliniky Gemini.

Slzy se tvoří v slzné žláze, která je uložena zevně pod horním víčkem. Slzy odtékají z oka slznými kanálky v očních víčkách do nosu. Dále v oku existují malé přídatné žlázy, které produkují slzy neustále a zajišťují potřebnou vlhkost povrchu oka, odplavují nečistoty a chrání oko před infekcí.

„Během pláče dochází k vyplavování slz do oka v nadměrném množství, které nestačí odtékat odvodnými cestami do nosu, a slzy přetékají přes okraj víčka na tvář. Protože částečně odtékají do nosu, při pláči nebo po něm lidé smrkají,“ doplňuje Stodůlka.

Ženy pláčou víc než muži

Oční lékaři z mnichovské univerzity během výzkumu zjistili, že ženy pláčou 64krát do roka, muži maximálně 17krát.

- Liší se i délka – ženy roní slzy šest minut, což je o dvě minuty déle než u mužů.
- Pláč je v 95 procentech spojený s emocemi. Ženy jsou více citově založené, a proto také častěji pláčou.

Suché oko není rozumné podceňovat. Pokud se neléčí, stav se zhorší, což se projeví pocitem písku v očích, což téměř znemožňuje oči otevřít. Pomáhá častější mrkání a užití zvlhčujících očních kapek. Dobrou volbou jsou také umělé slzy. Při potřebě častějšího kapání je vhodnější používat preparáty bez konzervačních látek. **JANA ŠTEFANOVÁ**



Slzy jsou pro oči potřebné, protože je zvlhčují. PROFIMEDIA.CZ



CCBR
CLINICAL RESEARCH

LUPÉNKA / PSORIÁZA

Byla vám diagnostikována lupénka?

Hledáme zájemce o účast v klinickém hodnocení účinků přípravku, který je podáván pacientům se středně závažnou až závažnou formou lupénky (psoriázy).

Klinické hodnocení je určeno pro pacienty starší 18 let, účast v tomto výzkumném hodnocení je dobrovolná a veškerá vyšetření i studovaný lék jsou poskytovány bezplatně.

Cílem je prokázat účinnost použité biologické léčby při léčbě psoriázy.

Máte-li zájem, dozvědět se další informace, kontaktujte prosím v prac. dny mezi 12 až 16 hod:

Zdravotnické zařízení CCBP

Czech Prague s.r.o.,
Vinohradská 174,
Praha 3, 130 00
na telefonu
725 027 328.

Novinka

PREVAPIS JUNIOR

nealergenní propolis E.P.I.D.® kombinovaný s přírodními látkami

- řada 5 přípravků
- 4 formy (sirup, tablety, sáčky, sprej)
- bez lepku, barviv, konzervantů

SÁČKY
pro správnou imunitu

SIRUP
pro správnou imunitu

ÚSTNÍ SPREJ
úleva pro krk

TABLETY
úleva pro krk

SIRUP TUS
balzamický efekt na dýchací cesty

doplňky stravy

**K dostání v lékárnách a na www.samoleceni.cz
www.prevapis.cz, www.inpharm.cz**

Bělení zubů. V ordinaci, nebo raději v klidu doma?

Bílé zuby v dnešní době už nejsou jen vymožeností hollywoodských hvězd, ale patří k moderní péči o chrup. Není to zadarmo, ale vyplatí se investovat.

Bělení zubů je jednou z nejpoptávanějších kosmetických úprav, které zubaři a zubní hygienistky provádějí. Jakmile si do internetového vyhledávače zadáte heslo „bělení zubů“, vyskočí na vás desítky nabídek zázračného úsměvu.

Stomatologické ordinace používají nejnovější přístroje, které dokážou zuby vybělit během krátké chvíle až o několik odstínů. Kromě těchto trendů je pacientům nabízeno také domácí bělení. V drogeriích nebo na internetu jsou k dostání různé sady, někteří se stále řídí i takzvanými babškými radami.

Zastánci přírodních metod se zřejmě nebudou chtít vzdát bělení zubů citronovou šťávou nebo jedlou sodou. Od těchto látek se ale nedá očekávat výrazný efekt, navíc jsou agresivní a mohou poškodit zubní sklovinu, a tím zvýšit citlivost zubů.

Další variantou jsou bělicí sady, které jsou běžně k zakoupení a nejsou příliš finančně náročné. Ani ty ale nedosahují tak výrazných efektů, navíc gelové náklady nebo pásky nepřilnou nikdy přesně k zubům, a látka tak může působit v oblasti dásní, kde není žádoucí.

„Pásky je třeba přilepovat přesně na sklovinu zubu. Proto pokud pásku přilepíte trochu na dásně, riskujete zánět dásně. Často tyto produkty navíc poškozují zubní sklovinu nebo nefungují tak, jak slibují,“ řekl Vadym Sherman, stomatolog kliniky estetické medicíny Mediestetik.

Vedoucí lékař stomatologické kliniky Lazurit Aleksij Bilous je také pro to, aby bělení probíhalo v ordinaci pod dohledem odborníka. „Má to své důvody. V první řadě by se měl posoudit celkový stav a zvážit možné kontraindikace, abychom předešli problémům během a po ošetření a také dosáhli žádoucích výsledků,“ říká Bilous.

V ordinaci trvá zákrok asi hodinu a dokáže změnit barvu zubů až o šest odstínů.

Za bělení v ordinaci zaplatíte od pěti tisíc korun výše, záleží, jaké zdravotnické zařízení si vyberete i jakou metodu používají. Například laserové bělení vychází draž než peroxidové. **JANA ŠTEFANOVÁ**



Úsměv s vybělenými zuby vypadá hned zářivěji.

PROFIMEDIA.CZ

Jak se provádí bělení

Na očištěný povrch zubu nanese odborník v ordinaci bělicí přípravek, který zde ponechá po určitou dobu (20 až 60 minut podle typu).

- Procedura se může opakovat podle potřeby ihned nebo s odkladem. Účinnost některých systémů bělení je zvýšena současnou aplikací modrého světla. Výsledek je patrný ihned po ošetření.

Nehodí se pro každého

Bělení se nedoporučuje dětem do 16 let. Jejich chrup může být nevyzrálý a zubovina pod sklovinou příliš citlivá.

- Není vhodné ani pro těhotné a kojící ženy. Dále pro pacienty s kazy či jinými defekty tvrdých zubních tkání.
- Nedoporučuje se alergikům a problémem mohou být také bílé výplně a korunky.

Keramické fazety

Estetická fazeta je tenoučká vrstva kvalitní keramiky.

- S jejich pomocí lze upravit barvu, tvar a dokonce i mírnou nerovnost zubů, případně vyřešit mezeru mezi zuby.
- Fazeta se vyrábí v laboratoři na základě otisku zubů klienta. „Používá se i při poškození sklovin,“ říká doktor Bilous z kliniky Lazurit.

Lazurit

Stomatologická klinika

K Červenému vrchu 844/2a, 160 00 Praha 6
Mobil: +420 777 209 929 / Tel.: +420 235 350 477 / www.klinikalazurit.cz

PO – PÁ 8:00-12:00, 12:30-18:00

Přijímáme nové pacienty

Najdete nás 3 min. chůze od stanice metra Nádraží Veleslavín



Zářivý úsměv je známkou pevného zdraví. V dnešní době je péče o chrup to, co může přispět ke z kvalitnějšímu Vašemu životu.

Poskytujeme služby záchovné stomatologie, protetickou stomatologii, léčbu kořenových kanálků, stomatochirurgii, implantologii a estetickou stomatologii.

Pro tyto účely využíváme nejmodernější léčebné postupy a přístrojové vybavení.



Proti kazům pomůže léčivý gel

Pomozte zubní pastě. V lékárnách najdete dalšího bojovníka proti zubním kazům.

Podle mezinárodní organizace WHO je nejčastějším onemocněním zubní kaz, který postihuje přes devadesát procent populace. A přitom stačí relativně málo: do pravidelné péče o zuby zařadit léčivý gel s vysokým obsahem aminfluoridů, který je k dostání v lékárnách.

„Abychom tvorbě kazu v jeho počátcích zabránili, musíme dodržovat pravidelnou dentální hygienu. Pokud k pravidelnému čištění zubní pastou s obsahem fluoridu přidáme jednou týdně aplikaci léčivým gelem s vysokou koncentrací aminfluoridů a fluoridu sodného, uděláte pro své zuby maximum.“ radí stomatoložka MUDr. Lenka Landová ze stomatologické praxe se zubní laboratoří PlusDent. Gel je

unikátní svým vysokým obsahem léčivých látek, a proto se na rozdíl od jiných přípravků vydává pouze v lékárnách.

Účinné látky – aminfluoridy – jsou díky své speciální struktuře povrchově aktivní. Proto se v dutině ústní rychle šíří a pokrývají povrch zubů homogenní molekulární vrstvou. Tím je fluorid transportován rovnoměrně do míst, kde je ho potřeba. Aminfluoridy vytvářejí souvislou vrstvu fluoridu vápenatého. Ta funguje jako dlouhodobá zásoba fluoridu a chrání zuby před působením kyselin.

Aplikace gelu

Pro zdravé zuby stačí udělat opravdu málo.

- Aplikace gelu je snadná: stačí na kartáček jednou týdně aplikovat dva centimetry gelu a dvě minuty čistit. Po celé proceduře se doporučuje zbylý gel vypláchnout, ale ústa si nevyplachovat. Léčivý gel mohou používat i děti od šesti let. Je důležité pouze ohlídat, aby jej nepolykaly.



Cištění zubů pastou je klasika. Teď se můžete bránit kazům také novým gelem. PROFIMEDIA.CZ

Účinná léčba počínajícího zubního kazu

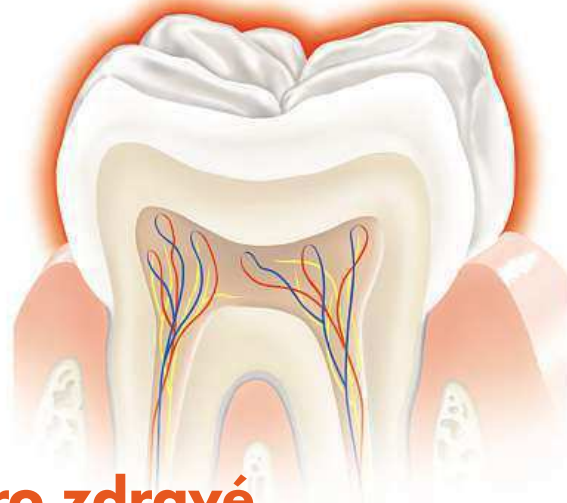


1x týdně

K dostání ve vaší lékárně

Upozornění: elmex gelée je lék k použití v dutině ústní. Obsahuje léčivé látky Aminfluorida mixta a Natrii fluoridum. Čtěte pečlivě příbalovou informaci.

elmex[®] gelée



Pro zdravé a silné zuby

- ✓ Prevenice zubního kazu
- ✓ Léčba počínajícího zubního kazu
- ✓ Ošetření citlivých zubních krčků
- ✓ Pro dospělé a děti od 6 let

www.elmex.cz

Díky rostlinám původem z Asie lépe spíme a máme víc energie

V duchu tradiční medicíny vznikl další přípravek pro zlepšení životní vitality.

Zdraví člověka mohou k horšímu výrazně změnit nejrůznější parazité. Na trhu jsou naštěstí přípravky značky Wurm-Ex, které nám mohou pomoci. Jedná se o aktivně-obranné přírodní doplňky stravy založené na bázi extraktů z rostlin. Právě ty jsou po celém světě velmi ceněny pro své antiparazitární a detoxikační účinky. Extrakty jsou získávány výhradně z rostlin rostoucích v zemích svého původu, jako je Vietnam, Laos a USA.

Za přípravky stojí mezinárodní projekt ClineX, který spojuje poslední poznatky mo-

V Česku napadne škrkavka psí až 700 dětí a dospělých. Parazit může přežít až tři roky v posteli

Doplňek stravy přispívá mimo jiné k normální funkci střevního traktu a k udržení normálního stavu sliznic.

- Wurm-Ex se používá pouze jedna tobolka po dobu deseti dnů dvakrát ročně.
- Tím je docíleno maximální obranyschopnosti našeho těla.
- Celkově přispívá k normální funkci střevního traktu a k udržení normálního stavu sliznic.
- Nezávislý odborný server Anti-

parazitikum.cz provedl testování Wurm-Ex na stovce dobrovolníků.

- Výsledky, které jsou běžně dostupné na internetu, hovoří o celkovém zlepšení životní vitality, z kvalitnější spánku, nárůstu energie a zmírnění alergií.

Věděli jste, že...

- ... každé štěně se narodí s larvami škrkavky psí a že je v Česku je ročně diagnostiková-

no 700 dětí a dospělých napadených tímto parazitem.

- V Česku je šest milionů domácích mazlíčků, kteří se pravidelně odčervují, protože někteří parazité jsou přenosní na člověka.
- Některé larvy škrkavky psí mohou přežít v postelích či pohovkách až tři roky.
- Larvy migrují celým tělem a provrtávají si chodbičky skrz naše orgány a tkáně, které potom nefungují správně.

• Naše tělo mohou napadnout další parazité, například motolice (jaterní nebo plicní). Těch je až osm tisíc druhů. Dospělé motolice měří až tři centimetry a žijí se krví definitivního hostitele.

• Nejznámějšími parazity u nás jsou kromě škrkavky také roupi (přenášejí se nemytými rukama a projevují se svěděním v konečníku), tasemnice (nakazit se můžete nedostatečně tepelně upraveným masem) a lamblie (bičikovce žijící v tenkém střevě, šíří se infikovanou vodou či rukama).

derního výzkumu západní civilizace s komplexní péčí o tělo v duchu tradiční asijské medicíny. Výsledkem jsou unikátní produkty, které získávají velkou oblibu.

Vědcům se na základě klinických studií podařilo v řadě

Wurm-Ex přinést lidem humínové kyseliny, které úspěšně používají v léčbě parazitóz již několik desetiletí veterináři.

Humínové kyseliny dokážou ovlivnit a někdy až zcela přerušit biologický vývoj nežádoucích organismů a mikroor-

ganismů. Jsou přenášeny krví, a jejich účinek je tak patrný v celém těle. Dokážou na sebe nabalovat organické i anorganické látky včetně těžkých kovů, které se následně z těla vyloučí ve formě chelátů.

Kombinace extraktu z ořešá-

ku královského, jehož domovinou je Severní Amerika, a kurkuminu, který je naopak základem čínské medicíny, tak z Wurm-Ex a Wurm-Ex Plasma pro děti činí významné pomocníky v boji proti nežádoucím parazitům.

Wurm-Ex

by clineX

- ✓ Humínové kyseliny
- ✓ Ořešák královský
- ✓ Kurkumin
- ✓ Riboflavin
- ✓ Kyselina pantothenová

**POZOR
NA PARAZITY
V LIDSKÉM TĚLE**

Doplňek stravy **Wurm-Ex přispívá k přirozené obraně těla** před externími agenty, k normální funkci střevního traktu a k udržení normálního stavu sliznic.

Doporučené dávkování: 1 tobolka večer před jídlem po dobu 10 dnů, při tělesné hmotnosti nad 70 kg 2 tobolky. Wurm-Ex Plasma pro děti 5ml/den. Detoxikace a odčervení se doporučuje provádět 2x ročně.

Nežádoucí účinky: Způsobuje úbytek váhy. **Nepřekračujte doporučené denní dávkování.**



Nezávislá studie na www.antiparazitikum.cz

Žádejte ve své lékárně, u svého veterináře či získejte slevu při zadání slevového kódu "AKCE" na WWW.WURM-EX.CZ

Sportujete a nosíte kontaktní čočky? Vyberte si ty správné!

Poradíme, jaké si pořídít čočky. Pro každý sport jsou třeba trochu jiné.

Nenechte se omezovat, sportujte v pohodě bez toho, aniž byste měli s kontaktními čočkami problém.

Dnešní kontaktní čočky jsou maximálně přizpůsobené požadavkům kladeným na jejich pohodlné a bezpečné nošení a na zdraví vašich očí. Oproti klasickým brýlím umožňují přirozené vidění bez efektu zkreslení, tedy zmenšení nebo zvětšení obrazu, a zorné pole bez periferního omezení. Tím se vám při sportování zvyšuje komfort vidění. Nezapomente, že je vhodné mít pár čoček speciálně na sport a zvláště čočky, které nosíte v běžném životě. Jaké tedy vybrat? **MET**

Pozor. Na sport, při kterém se práší (třeba plážový volejbal, tenis), byste měli mít speciální čočky

Pro každý druh sportu se doporučují jiné typy kontaktních čoček.

- **Pokud lyžujete, děláte cyklistiku, maraton, lehkou atletiku či turistiku, jsou vaše oči vystaveny protívětru,** který může způsobit nepříjemný pocit suchých očí. Pro některé sportovní výkony se používají ještě ochranné brýle, jejichž kombinace s čočkami je možná a pro zamezení nadměrného osychání čoček i výhodná.

- **K problémům s osycháním kontaktních čoček dochází i v případě sportování v uzavřených halách,** kde je nedostatek čerstvého vlhkého vzduchu. Také v těchto podmínkách mohou kontaktní čočky oschnout. Ovšem je tu i možnost použít kontaktní čočky vyrobené z moderních silikonhydro-



rogelových materiálů, které méně osychají a zajistí dostatečný přísun kyslíku k rohovce.

- **I u sportů, kde hrozí zvýšená prašnost (jako plážový volejbal, motokros) jsou kontaktní čočky správnou volbou. V prašných podmínkách se může pod čočku dostat cizí tělísko.** Nutné je mít po ruce roztok s pouzdrům, kontaktní čočku vyjmout, očistit a poté je možné vrátit ji zpět na oko. Pozor u sportů, kde není možnost rychlé pomoci (například horolezectví).
- **Náročnější je výběr čoček pro vodní sporty.** Zde je třeba zvážit řadu okolností, posoudit povahu sportu, zkušenosti sportovce s kontaktními čočkami, jeho nároky a předpokládanou dobu použití ve vodě. Nejjednodušší výběr je pro plavce na

kratší tratě, kteří většinou používají krycí plavecké brýle. U nich můžeme zvolit čočky, které používají v běžném životě.

- **Chodíte rádi do sauny? Na rozdíl od brýlí je možné nosit kontaktní čočky i v sauně.** V sauně si čočky udrží teplotu lidského těla, a proto oku nehrozí žádná újma teplem. Další výhodou je, že se nezamlžují. Pro větší pohodlí je možné předem použít vhodné zvlhčovací kapky, které zabrání dehydrataci čoček.
- Kontaktní čočky může nosit téměř každý. Pokud se rozhodnete pro nošení **kontaktních čoček – ať pro sport či běžné nošení, vyhledejte zkušeného kontaktologa,** který vám pomůže vybrat vhodnou čočku právě pro vás, provede její první aplikaci a vysvětlí a naučí vás správné péči o ni.

Kontaktní čočky pro děti

Kvalita života je úzce spjata s kvalitou vidění. Je to přirozené, protože největší objem informací získáváme právě zrakem. Refrakční vady u dětí jsou dnes běžně korigovány brýlemi se všemi jejich klady i zápory. Na trhu je široká nabídka dětských brýlí. Pro řadu aktivit ale nejsou vhodné. Při některých sportech hrozí při rozbití brýlí riziko poranění očí. Pod některé ochranné brýle, například lyžařské, se dioptrické brýle jen těžko vejdu.

Každý člověk s refrakční vadou potřebuje jako základní korekční pomůcku brýle. Jejich nošení může být ale i u dětí doplněno kontaktními čočkami. Kontaktní čočky mají řadu optických výhod. Mezi ně patří například širší periferní vidění, zvláště u vyšších refrakčních vad. Dobře vykorigovaná refrakční vada má velký význam pro správný vývoj binokulárního vidění (vidění oběma očima současně – důležitá podmínka pro prostorové vnímání). Proto jsou kontaktní čočky tak důležité při korekci anizometropie (vyšší rozdíl než cca 3 dioptrie mezi pravým a levým okem). S kvalitou vidění často souvisí také školní výsledky a samozřejmě i sportovní výkonnost. Rozsáhlé studie prokázaly, že kontaktní čočky působí pozitivně také na psychiku dětí. Zvyšují jejich sebedůvěru a sebevědomí. Lépe se zapojují mezi ostatní děti, mohou sportovat bez omezení. Některé děti (ale i dospělí) kvůli vzhledu odmítají nošení brýlí a raději špatně vidí bez nich. Pak jsme po prvním nasazení čoček svědky velkého překvapení, co všechno je možné vidět se správnou korekcí.

Typickou indikací pro aplikaci čoček u malých

dětí je právě anizometropie. U těchto dětí se ovšem učí s čočkami manipulovat rodiče. Vhodný věk pro aplikaci čoček u dětí v mladším školním věku je ta doba, kdy je dítě natolik zralé, že je schopno dodržovat hygienu rukou, má potřebnou zručnost, je schopno čočky si samo nasadit a sejmout a pečovat o ně. Pak je možné čočky doporučit třeba i sedmiletému dítěti. Aplikace čoček je samozřejmě společným rozhodnutím dětí a rodičů, kteří musí na nošení čoček u dětí dohlížet a spolupracovat s kontaktologem (oční lékař nebo optometrista). Dětem do 15 let smí aplikovat čočky oční lékař, optometrista pod odborným dohledem očního lékaře.

U dětí, zvláště v mladším školním věku, jsou upřednostňovány jednodenní čočky, které se po jediném použití zahodí. Tyto čočky jsou považovány za nejbezpečnější a nejvhodnější. Odpadá u nich obava ze špatné péče o čočky. I když právě malé děti se často o své čočky starají lépe než někteří dospělí.

Na sluníčku dítě samozřejmě nosí nedioptrické sluneční brýle spolu s nasazenými kontaktními čočkami. Dnes jsou k dispozici i kontaktní čočky s vysokým UV filtrem. Kombinací takových čoček a slunečních brýlí jsou oči vašich dětí lépe chráněny před škodlivým UV zářením.

Mnozí rodiče mají obavy, zda se jejich děti naučí s čočkami manipulovat. Opět to není otázka věku, ale šikovnosti. Může se samozřejmě stát, že dítě bude muset přijít na zácvič nasazování a sundávání třeba dvakrát. To ale musí i někteří dospělí.



www.cks.cz

Kontaktní čočky mohou korigovat krátkozrakost, dalekozrakost, či astigmatismus. Čočky mohou být jednodenní, s dvoutýdenní nebo měsíční výměnou. Z hlediska hygieny je vhodnější volit čočky s kratším intervalem výměny. Dostatečné zásobování rohovky vzdušným kyslíkem je dáno jak materiálem, tak i designem kontaktní čočky. Proto by výběr čoček a pravidelné kontroly měly vždy proběhnout na odborném pracovišti, zejména u dětí.

Pro úspěšné nošení a prevenci komplikací je zásadně důležité, aby nositel dodržoval hygienu, pečoval o čočky doporučeným způsobem a dodržoval doporučenou dobu používání čoček. Tedy čočky jednodenní je třeba zahazovat opravdu po jediném použití, dvoutýdenní za dva týdny, i kdyby nebyly použity 14x a měsíční po měsíci, i kdyby nebyly použity 30x. Čočky dvoutýdenní nebo měsíční je třeba pečlivě čistit, vždy ukládat do pouzdra do čerstvého roztoku, měnit pravidelně i pouzdra na čočky. Vždy je třeba dodržovat pravidelné kontroly u odborníka. U dětí se doporučují kontroly alespoň jednou za 3 až 6 měsíců, podle věku dítěte. Při nich může zkušený kontaktolog i na zdánlivě klidném oku zjistit nálezy, kvůli kterému by třeba doporučil změnu typu čoček, roztoku nebo režimu nošení. Také dioptrie se mohou měnit podle aktuální potřeby. Aplikace čoček u dětí se neobejde bez úzké spolupráce rodičů s očním lékařem. Úspěšnost aplikace i nošení čoček vysoce závisí na motivaci a spolupráci dítěte.

Česká kontaktologická společnost, o.s., Libocká 2, 162 00 Praha 6

Pět zajímavostí. O lidském oku

Oko se vyvíjí už od prvního měsíce těhotenství

Oko se začíná vyvíjet už během čtvrtého týdne těhotenství. Zdravé miminko sice vidí, ale zrak není ještě úplně vyvinutý. „V prvních šesti měsících se u něj vyvíjí schopnost zaměřit oči na předmět při pohledu do blíзка. Nejvíce je zajímaví předměty, které jsou blízko a pohybují se. Kolem pátého měsíce věku je dítě schopné pozorovat předměty pouze očima, nemusí tedy pohybovat hlavou. V jednom roce je zraková ostrost na úrovni až 30 procent. Vývoj zrakových funkcí končí kolem sedmého roku,“ říká Pavel Stodůlka, přednosta sítě očních klinik Gemini.

Ženy mrkají častěji než muži

Mrkáním se rozprostírá slzný film po povrchu oka. Je prvním optickým rozhraním, omývá i chrání rohovku a spojivku, má antibakteriální efekt. „Mrknutí se opakuje po třech až šesti sekundách. Ženy, jež užívají hormonální antikoncepci, mrkají až o třetinu častěji než muži,“ říká oční lékařka Lucie Adámková.

Barva očí nemusí být dědičná

Většina miminek má stejnou barvu očí – modrou či šedomodrou. Jejich opravdová barva se ukáže asi za půl roku. Neplatí, že dítě musí mít barvu očí po matce nebo po otci. Barvu očí potomka ur-

Oko umí rozeznat na deset milionů barev

Co všechno dokáže?

- Plamen svíčky je v noci možné vidět na vzdálenost až 27 kilometrů.
- Novorozenci vidí jen do vzdálenosti 25 centimetrů a roze-

znávají pouze světlo a tmou. Počet odstínů barev, které je lidské oko schopno rozeznat, se odhaduje až na 10 milionů.

- Zdravé lidské oči dovedou odlišit drobné předměty na vzdálenost asi 80 metrů.



čují také genetické informace vzdálenějších předků.

Modroocí lidé jsou náchylnější k nemocem

Barva očí je určována množstvím pigmentových buněk v duhovce. „Modré oči mají často lidé s nízkým fototypem. Mívají světlou pleť a vlasy, jejich kůže je velmi citlivá na slunce, často a rychle se spálí. U nich je zvýšené riziko vzniku nádorů kůže včetně melanomu,“ říká lékařka Lucie Adámková.

Kýchnutí s otevřenými očima nelze

Kýchání je vůlí neovladatelný reflex. Kýchací reflex zahrnuje kontrakci několika skupin svalů, mimo jiné svalů víček. Existuje hypotéza, že se oči zavírají proto, aby se při kýchání chránily před vymrštěnými choroboplodnými zárodky. „Když kýchne člověk za volantem, ujede při běžné městské rychlosti 14 metrů poslepu,“ varuje přednosta oční kliniky Gemini Pavel Stodůlka. **JANA ŠTEFANOVÁ**

Impuls pro Metro

Budte fit s Petrem Havlíčkem

Mít zdravý imunitní systém znamená žít zdravě.

Znamená to dobře jíst, dostatečně odpočívat, kvalitně spát, naučit se pracovat i s psychickou zátěží a adekvátně se hýbat. To je podmínkou, aby náš organismus a především imunitní systém správně fungovaly.

Když si člověk řekne, že se blíží chřipka, a tak se nape céčkem, aby zlepšil obranyschopnost, to už bývá většinou pozdě. Pokud jsme u vitamínů, minerálních látek a především ochranných látek, tak ty se nacházejí hlavně v ovoci, zelenině, ale třeba i čokoládě či kávě. Je třeba je mít zastoupené v jídelníčku po celý rok.

Poslouchejte každou sobotu v 7.15 a 9.15, neděle v 7.15 a 9.15 na Rádiu Impuls.



Užijte si život bez brýlí

Sleva 8.000,- Kč na laserovou operaci NeoSMILE 3D

Tento kupón předložte na recepci kliniky. Slevu nelze kombinovat s jinými slevami. Akce platí do 31. 10. 2015.



tel.: +420 777 643 020
e-mail: info@duovize.cz

www.duovize.cz

DuoVize
Oční klinika Praha

NeoSMILE 3D - Laserová operace očí s úsměvem

Stále více lidí se chce zbavit závislosti na brýlích. Moderní laserová metoda NeoSMILE 3D představuje nejšetnější způsob odstranění dioptrií. Díky tomu se pacienti téměř okamžitě vrací do aktivního života.

Na rozdíl od předchozích laserových metod se při NeoSMILE 3D používá pouze „studený“ femtosekundový laser. „Pod povrchem rohovky oddělí femtolaser přebytečnou tkáň, která způsobuje neostře vidění. Tu následně chirurg pomocí speciální pinzety z nitra rohovky odstraní. Tím se pacient zbaví dioptrií. Úplně odpadá použití excimerového laseru, který u starších metod přebytečnou rohovkovou tkáň páli.“ říká MUDr. Lucie Valešová, primářka Kliniky DuoVize. A dodává: „Metodu SMILE používáme k odstranění krátkozrakosti téměř

dva roky a naši pacienti jsou nadšení jak průběhem operace, tak i výbornými výsledky.“

Krátká rekonvalescence

Hlavní předností metody NeoSMILE 3D je šetrnost. Mikrořez ve tvaru úsměvu neporuší celistvost rohovky a místo se rychle hojí. Díky tomu se výrazně zkracuje doba rekonvalescence. Již večer po operaci může pacient sledovat televizi. Druhý den po zákroku je možné pracovat, s plaváním je možné začít už týden po zákroku. www.neovize.cz, www.duovize.cz

Jak podpořit mužskou plodnost?



Více informací na
bezplatné lince:
800 100 140.

FERTILAN je významným zdrojem L-argininu, L-karnitinu, mateří kašičky, maca extraktu, vitamínu C, kořene ženšenu, vitamínu E, koenzymu Q10, zinku, manganu, mědi, vitamínu B₆, B₁₂, kyseliny listové a selenu. Obsažený selen přispívá k normální spermatogenezi (tvorbě mužských pohlavních buněk-spermií). Spermatogeneze je ovlivňována také pohlavními hormony, zejména testosteronem. K udržení jeho normální hladiny přispívá zinek. Zinek také přispívá k normální plodnosti a reprodukci.



FERTILAN je doplněk stravy s vhodným složením, který udržuje tvorbu spermií a plodnost u mužů.

FERTILAN je k dostání v lékárnách nebo na www.vegall.cz

Základem úspěšné plastické operace je rychlé hojení

Po operaci pacienty nejvíce trápí otoky a bolest. Proto je důležité rychlé hojení.

V čem jsou plastické operace jiné než ostatní operace? Zatímco k chirurgovi, gynekologovi, urologovi, ortopedovi a dalším lékařským odborníkům přichází pacient se zdravotním problémem a operace ho má tohoto problému zbavit, plastického chirurga navštívuje v podstatě zdravý člověk. Přeje si jen vypadat lépe, jde tedy hlavně o kosmetický efekt. Proto je také – vedle nároku na zručnost plastického chirurga – ještě větší důraz než u ostatních operací kladen i na rychlý a bezproblémový průběh hojení pooperační rány.

Hojení rány je složitý proces

Ať už jde o operace nosu či krku, odsávání tuku (liposukce), modelaci či zvětšování prsů nebo operaci očních víček a ušních boltců, to, co pacienta po zákroku nejvíce trápí, jsou otok, zánět a bolest. Rychlost a výsledný efekt hojení do značné míry závisí na rozsahu samotné rány, jsou ale podmíněny také individuálně.

Proč se někomu rány hojí déle?

Mezi nejčastější příčiny poruchy hojení rány patří zhoršené prokrvení tkání – poruchy takzvané mikrocirkulace. To způsobuje nedostatečné zásobení tkání živinami a kyslíkem, ale také zhoršené odplavování odpadních produktů zánětu. Mohou za to především cévní choroby (ateroskleróza, chronická žilní nedostatečnost), ale také nedostatečná funkce lymfatic-



Komplikace mohou způsobit cévní choroby.

PROFIMEDIA.CZ

kého systému. Rány se všeobecně hůře hojí s přibývajícím věkem. Zvláště intenzivně trápí tento problém nemocné cukrovkou, nevyhýbá se ale ani mladším lidem v produktivním věku. Neblahou úlohu hraje také špatná životospráva a stres.

Pooperační rány obvykle doprovázejí otoky, krevní výrony a podlitiny, které zpo-

malují hojení a jsou také jednou z příčin bolesti. Závažnou komplikací rány bývají různé infekce, které se do ní mohou dostat. Pak je zpravidla nezbytné nasadit antibiotika. Každá rána se hojí jizvou. Pro výsledný kosmetický efekt plastické operace je velmi důležité, aby tato pooperační jizva byla co možná nejmenší.

Je možné hojení urychlit?

Hojení a jeho rychlost je individuální, přesto lze tento přirozený proces vhodnými prostředky podpořit. Po provedení plastické operace se osvědčují různé kompresivní návleky, které působí na další možné krvácení, brání rozvoji otoků a omezují bolestivost. Všeobecně je kompresivní bandáž nezbytnou součástí moderní estetiky chirurgie. Důležité je také dbát na dobrou životosprávu, být v psychické pohodě a zejména v prvních týdnech po operaci se vyhýbat zvýšené fyzické námaze. V poslední době se v rámci této komplexní péče stále víc osvědčuje takzvaná systémová enzymoterapie – podávání enzymových léků (třeba Wobenzym), které působí proti zánětu, omezují vznik otoků a krevních podlitin, zlepšují činnost lymfatického systému a přispívají k tvorbě malé jizvy.

Po plastické operaci chce být každá v pořádku co nejdříve



Lék Wobenzym®

**urychluje hojení a vstřebávání otoků,
pomáhá zajistit tvorbu menší jizvy**

Lék Wobenzym obsahuje unikátní směs enzymů, jejíž účinnost je ověřena rozsáhlým vědeckým výzkumem, řadou kontrolovaných klinických studií a více než 40 letou léčebnou praxí. V ČR si zákazníci každý rok koupí kolem 200.000 balení tohoto léku, mnozí z nich opakovaně. Také to potvrzuje, že Wobenzym pomáhá.



Informujte se u svého lékaře.
Více na www.wobenzym.cz

Wobenzym - originální tradiční enzymový lék z přírodních zdrojů k vnitřnímu užití. Čtěte pečlivě příbalovou informaci.
www.wobenzym.cz / konzultace s lékařem na tel.: 800 160 000 / MUCOS PHARMA CZ, s.r.o., Uhřetěveská 448, 252 43 Průhonice

Sudoku

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

Napište svou bublinu



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

FOTO: 2x AP

Počasí

DNES Min. 12 Max. 16	ZÍTRA Min. 11 Max. 15	ČTVRTEK Min. 12 Max. 16	PÁTEK Min. 14 Max. 18
---------------------------------------	--	--	--

Stupeň zátěže pro dnešek: bio 1

Mírná zátěž. Stupeň zátěže umožňuje běžný denní režim bez omezení, pouze s přihlédnutím k aktuálnímu zdravotnímu stavu.
Teplotní rekord: 27,1 °C
Rok výskytu: 1869

Kvíz

- První televizní debata v historii prezidentských voleb v USA byla mezi J. F. Kennedym a:
 - Nixonem
 - Trumanem
 - Bushem
- Jan Železný vyhrál jako první oštěpař v historii potřeť v řadě olympijské hry v roce:
 - 2004
 - 2000
 - 1996
- Okula vznikla roku 1946. Z Vídne do Nýrska přestěhovali tuto výrobu brýlové optiky bratři:
 - Eksteinovi
 - Maiselovi
 - Steinerovi
- První sovětská jaderná ponorka byla spuštěna na vodu v roce 1957, měla označení:
 - A-1
 - H-2
 - K-3
- Mezinárodní den neslyšících se slaví z rozhodnutí Mezinárodní federace neslyšících od roku:
 - 1958
 - 1978
 - 1998

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



Napadá vás vtipný popisek?

ČT1

- 12:30 Sama doma
- 14:00 Soudkyňe Amy II. Seriál (USA, 2000-2001)
- 14:45 To je vražda, napsala
- 15:35 Vraždy na severu
- 16:20 Dům pro celou rodinu
- 16:45 Cestománie
- 17:15 AZ-kvíz
- 17:40 Černé ovce
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 Míň je víc
- 18:55 Události za okamžik a počasí
- 19:00 Události
- 19:50 Branky, body, vteřiny



- 20:00 Nemocnice na kraji města po dvaceti letech (9/13) Seriál (ČR, 2003). Blázej se zapojuje do privatizačního projektu nemocnice, Alžběta dává výpověď, Eliška Králová se vdává... Osudy hrdinů legendárního seriálu pokračují. Hrají: J. Ahrhám, A. Čunderlíková, E. Balzerová, T. Töpfer, B. Hrzánová a další
- 21:00 Tajemství rodu Aleny Zábýbnícké
- 21:55 Hercule Poirot
- 22:50 Poklad byzantského kupce Krimikomédie (ČR, 1966)
- 00:25 Otec Brown
- 01:15 Příběhy odjinud
- 01:20 Zajímavosti z regionů

ČT2

- 13:15 Letecké katastrofy
- 14:05 Nejvýznamnější operace 2. světové války (5/12)
- 15:05 2000 let britské historie: Lidská síla (2/7)
- 15:50 Zbraně 2. světové války
- 16:40 Vesmír
- 17:25 Vodní obří (1/4)
- 18:15 Bedekr II
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Kanárské ostrovy bez kanárů?
- 19:20 Kanadská soda
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



- 20:00 Velká vlastenecká válka: Obrana Sevastopolu Osud tohoto města v letech 1941-1942 je spojen s nejdramatičtějšími bojovými operacemi v Černomoří
- 20:55 Výstřely v Miami Tajemství životního vzestupu i tragické smrti legendárního chicagského starosty A. Černáka
- 21:55 Akumulátor 1 Komédie (ČR, 1994)
- 23:40 Ztracený ráj (5/8)
- 00:25 Laťm - Obřezané
- 01:00 Pološero - Hra se smrtí
- 01:30 Potomci Přemyslovců aneb tradice zavazuje...
- 02:25 Všichni jsme oniomaniaci
- 02:45 Příběhy železné opony
- 03:00 O mlynářích a cyklistech

NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:30 Tescoma s chutí
- 12:40 Doktorka z Dixie IV (5)
- 13:40 Odložené případy III (9)
- 14:40 Dr. House VI (9)
- 15:35 Ordinace v růžové zahradě 2 (369)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Kriminálka Las Vegas (17)
- 18:25 Ulice (2882)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



- 20:20 Ordinace v růžové zahradě 2 (597) Seriál (ČR, 2015). Ředitel Hejduk svádí Zdena. A neďá pokoj, dokud nedosáhne svého. Hrají: Z. Adamovská, P. Rychlý, J. Čenský, D. Morávková, P. Kikinčuk a další
- 21:35 Víkend
- 22:45 Zákon a pořádek: Útvar pro zvláštní oběti XIV (20)
- 23:30 Černá listina (8)
- 00:30 Kriminálka Las Vegas (17)
- 01:20 Dr. House VI (9)
- 02:05 Novashopping
- 02:40 Ačko
- 03:20 Kolotoč
- 03:50 Ordinace v růžové zahradě 2 (369)

PRIMA

- 12:25 Hawaii 5-0 IV (13)
- 13:25 Komisař Rex VIII (13)
- Krimiseriál (N/Rak., 2003)
- 14:35 Policejní bažant V (3)
- Noční zápas. Krimiseriál (Kan., 2013)
- 15:30 Loď snů (14)
- Samoa. Romantický seriál (N, 2006-2012)
- 17:30 Odpolední zprávy
- 17:50 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimi zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 TOP STAR



- 20:15 Cesty domů III (347) Rodinný seriál (ČR, 2015). Domov je tam, kde na nás čeká láska. Salák profesně selhal a bude za to pykat. Vendy najde Šimona v posteli s Emou. Pomsta pana P. dožene Cyrila na operační sál. Hrají: A. Švehlík, M. Plánková, J. Štěpnička, J. Janěková a další
- 21:35 Očima Josefa Klímy
- 22:20 Ano, šéfe!
- 23:35 Show Leoše Mareše
- 00:35 Kriminálka Stuttgart V (14)
- 01:35 Spravedlnost v krvi III (19)
- 02:35 Takoví normální Američané (13)
- 03:35 To je vražda, napsala VIII (7)
- 04:20 Hawaii 5-0 IV (13)

PRIMA COOL

- 12:20 Simpsonovi VI (16-22)
- 15:45 Teorie velkého třesku II (12)
- Labilita robozabijáka. Sitcom (USA, 2009)
- 16:15 Futurama III (11)
- Tucet sirotků. Anim. seriál (USA, 2000)
- 16:45 Bořiči mýtů V (7)
- 17:50 Grimm II (1)
- Zlé těsaky. Fantasy seriál (USA, 2012)
- 18:50 Simpsonovi VI (18-20)
- Anim. seriál (USA, 1994-1995)



- 20:15 Top Gear XXI (7) Nejslavnější motoristický magazín světa, který pravidelně sleduje tři sta milionů diváků. Vizually působivé představení vozů je doprovázeno odlehčeným komentářem, který zaujme nejen technické nadšence
- 21:45 Teorie velkého třesku II (13)
- Sitcom (USA, 2009)
- 22:15 Partička
- 23:05 Shorty
- 23:40 Dostaň ho tam Komédie (USA, 2010)
- 01:45 Partička
- 02:40 Telefonní budka Thriller (USA, 2002)
- 03:50 Misfits: Zmetci V (6)
- Sci-fi seriál (VB, 2013)
- 04:40 Autosalon

ÓČKO

- 06:00 Dotykáč
- 06:05 Ranní fresh
- 07:00 Dotykáč
- 07:05 Ranní fresh
- 09:00 Zpátečka
- 10:00 Óčko hity
- 11:00 Dotykáč
- 11:05 Óčko hity
- 12:00 Óčko news
- 12:05 Óčko hity
- 13:30 Dotykáč
- 13:35 Óčko hity
- 14:00 Óčko news
- 14:05 Óčko hity
- 15:00 Dotykáč



- 15:05 Óčko hity Klipy nonstop
- 15:30 Óčko news
- Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neuteče
- 15:35 Mixxxer show Klipy na přání, soutěže, chat s hosty
- 17:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neuteče
- Óčko hity
- 17:05 Óčko hity
- 19:00 Óčko news
- Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neuteče
- 00:05 Moje desítka
- 00:00 CZ & SK
- 21:00 Simply the best
- 21:45 Filmshot
- 22:00 Óčko flirt Proud klipů se vzkazy diváků Óčka

Sloupek

TEREZA BOUČKOVÁ

SCENÁŘISTKA A SPISOVATELKA



NA DOVOLENÉ

Kdo čte moje sloupky úplně nejpravdělněji, ví, že jsem už dávno čuchla k druhu dovolené v Chorvatsku s příhodným názvem kololod. Jezdím na ni na jaře i na podzim, protože jsem „supruga“, tedy manželka vášnivého cyklisty a pro jaro a podzimní týden také amatérského „vodiče“, tedy průvodce kololodního běhu.

Je zajímavé sledovat, jací lidé s námi jedou a kdo bude první, komu se něco rozbije. Vyhrála supruga, přestala jí brzdit zadní brzda, ale ihned ji trumfnil jistý Mírek, jemuž vletla na hrubém makadamu přehazovačka do drátů, a kdyby s sebou jistá Žaneta neměla zrovna ten kus zničené přehazovačky a na lodi nebyly náhradní dráty na vypletení kola, měl by po ježdění.

Další byl jistý Petr s prasklým ráfkem, jenž mu jako na běžícím pásu prořezával jednu náhradní duši za druhou, dokud

nezařadovával páska na koberce...

Je taky zajímavé sledovat, kdo se první zraní. Tentokrát vyhrála jistá mírně korpulentní Lenka, která skákala do moře šipky z horní paluby, jenže je nedotočila. Druhý den večer šli supruga, vodič a Lenka delegaci za kuchařem Markem požádat o dva co největší sáčky s ledem na obklady, a když chtěl vědět, proč chceme hned dva, Lenka poodhalila výstřih, kde se to tak strašlivě tmavofialově dmulo, až se Marko pokřížoval.

Na kololodi byla i parta cyklistů (ano, kola měli) ze severu Čech. Divili jsme se, že někdo může jezdit na orachovici, peřinkovac a rum, dokud jsme nezjistili, že je na loď s koly čas-to přivázel nákladáček. Nebylo divu. Říkali si Pípa, Ventil a Sosák...

Dopisy a vzkazy

O Radeckém bez emocí

Habsburská monarchie nebyla žádným zlem, a to ani pro Čechy. Byla nezbytnou součástí evropské mocenské rovnováhy zajišťující mír, jak uznal i Palacký. Za svou účast v bojích proti Napoleonoovi si Radecký zaslouží vděk. Co se Itálie týče, nezvítězil nad italským národem, ale nad armádou sardinského krále Karla Alberta, který chtěl nepokojem využít k vlastním mocenským cílům. Radecký jej porazil v zájmu vnitřními problémy zmítané habsburské monarchie, čímž se zasloužil o stabilizaci jednoho z hlavních pilířů Evropy. Proč by nemohl mít sochu na Malostranském náměstí? A je tak těžké si uvědomit, že v mnoha případech bojovali habsburští vojáci za Čechy? Ve Vídni na náměstí Hrdinů je sousoší, Marie Terezie obklopená svými vojevůdci. Kolik z nás už napadlo položit k němu věnec s díky za to, že české země nebyly rozděleny mezi německé státy?

KAROLÍNA KALECKÁ

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

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

Výrok dne



„Vstup Ruska do syrské války není v plánu.“

VLADIMIR PUTIN, RUSKÝ PREZIDENT

Rusko se podle šéfa Kremlo nehodlá zapojovat do operací na území žádného cizího státu. Vztahy se syrským prezidentem Bašárem Asadem však chce Rusko zintenzivnit.

Slovo dne

ZINTENZIVNIT

(Ze Výroku dne na této straně)

Učinit větším, usilovnějším, účinnějším.

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



Cítát

Na kololodi byla i parta cyklistů (ano, kola měli) ze severu Čech.

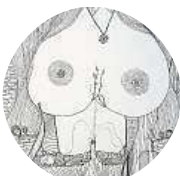
Řešení sudoku

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

Anketa Volali jste při autonehodě „anděly“?



Ondřej Mlynařík
Naštěstí jsem neměl takovou nehodu, abych je musel volat.



Tomáš Kubák
Nevolal jsem je, a přesto přijeli.



Filip Majtnr
Spíš než anděly jsem volal všechny svaté.

Komiks



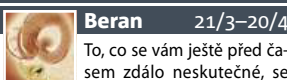
INZERCE

HOROSKOP

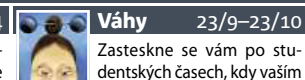
PODZIMNÍ ÚTLUM. Jste souzeni únavou? Nic se vám nedaří a vše vám padá z ruky? Přivolejte si na pomoc svého anděla!

Volejte **906 70 22 33** nebo pište SMS na číslo **904 30 50** s kódem **81LDG** a svým přáním!

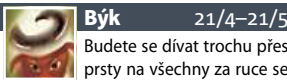
astroložka Anžela

**Beran** 21/3–20/4

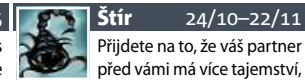
To, co se vám ještě před časem zdálo neskutečné, se pomalu stává skutečností a vy zjistíte, jaké je to být zaláskovaní.

**Váhy** 23/9–23/10

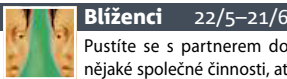
Zasteskne se vám po studentských časech, kdy vaším jediným problémem bylo, jak protějšek pozvete, kde si dáte sraz a co na sebe.

**Býk** 21/4–21/5

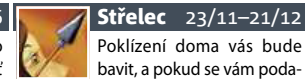
Budete se dívat trochu přes prsty na všechny za ruce se vodící zamilované dvojice, protože vy své city naopak na odív dávejte neradi.

**Štír** 24/10–22/11

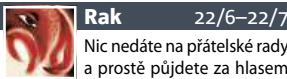
Přijdete na to, že váš partner před vámi má více tajemství, než byste si vůbec dovedli představit. Což vás poněkud znejistí.

**Blíženci** 22/5–21/6

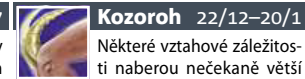
Pustíte se s partnerem do nějaké společné činnosti, ať už to bude učení se jazykům, nebo zápis na taneční lekce, pobavíte se.

**Střelec** 23/11–21/12

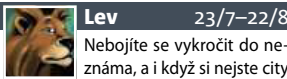
Poklizení doma vás bude bavit, a pokud se vám podaří ho ještě nějak vhodně spojit s milostným vrkáním, budete spokojeni.

**Rak** 22/6–22/7

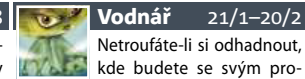
Nic nedáte na přátelské rady a prostě půjdete za hlasem svého srdce. V tomto ohledu žádného tlumočnicka vskutku nepotřebujete.

**Kozoroh** 22/12–20/1

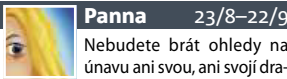
Některé vztahové záležitosti naberou nečekaně větší spád a vy se budete muset narychlo vypořádat s celou várkou emocí.

**Lev** 23/7–22/8

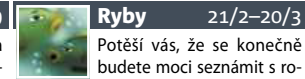
Nebojte se vykročit do neznáma, a i když si nejste city svého protějšku jisti, necháte za něj i za vás mluvit řeč těla.

**Vodňář** 21/1–20/2

Netroufáte-li si odhadnout, kde budete se svým protějškem za deset let, natož zítra, pak je nejvyšší čas si ujasnit svoje city.

**Panna** 23/8–22/9

Nebudete brát ohledy na únavu ani svou, ani svojí druhé polovičky a naplánujete akci, kterou jste odkládali už dlouho.

**Ryby** 21/2–20/3

Potěší vás, že se konečně budete moci seznámit s rodninou svého drahého a blíže poznat jeho kořeny. Oplatte mu pozvání.

VAŠE BUDOUCNOST!

Budte na ni připraveni!

Napište astroložce SMS ve tvaru **33NUL** a své datum narození na číslo **904 30 50**

Tuto službu poskytuje: E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, technicky zajišťuje Materna, 1SMS/50Kč vč. DPH, 1min/70Kč vč. DPH, www.ema.biz, www.platmobilem.cz

Platíte postaru, nebo šetříte každou platbou?

Hotovost, chytré aplikace, debetní nebo kreditní karta? Možností plateb přibývá a rozhodně se vyplatí se v nich orientovat. Ušetříte čas i peníze.

Češi milují karty, ale mají dva problémy

V České republice je 11 milionů platebních karet, tedy o pár tisícovek víc než obyvatel. Podle oficiálních statistik vydavatelů karet jsou Češi dokonce evropskými rekordmany v placení bezkontaktní kartou.

I přes evropské prvenství u nás ale stále (trochu paradoxně) vede platba hotovostí. Podle průzkumu společnosti Home Credit by se jí chtěl úplně vzdát jen jeden z deseti Čechů.

„Přitom jediný skutečný důvod, který drží bankovky při životě, je nostalgie a síla zvyku. Je v nás zkrátka pořád zakořeněná představa, že musíme mít v peněžence alespoň pár drobných,“ komentuje výsledky průzkumu analytik Home Creditu Michal Kozub.

Zarážející je ještě jeden fakt. Podle dalšího průzkumu Home Creditu téměř polovina dotázaných ne-

zná rozdíly mezi debetní a kreditní kartou. Češi se tak připravují o značné úspory, jelikož při chytrém používání kreditní karty šetří s každou platbou.

Rozhodně proto neuškodí, když připomeneme pár základních faktů:

Znáť rozdíly se vyplatí

- debetní karta patří k bankovnímu účtu a při placení s ní využíváte své vlastní peníze.
- kreditní karta funguje jako předschválená půjčka. Kdykoli s ní platíte, čerpáte peníze věřitele. Pokud je splatíte do konce bezúročného období, neplatíte žádný úrok.

S kreditní kartou se navíc pojí množství slev a výhod. Kdykoli například zaplatíte s Premia kartou od společnosti Home Credit, dostanete minimálně 1% z ceny nákupu zpět na účet. Pokud s ní budete nakupovat u partnerů v síti Premia, může to být až 20%.

Procenta se na účtu přemění v prémiové koruny. Za každých 100 nasbíraných prémiových korun vám Home Credit pošle poštou poukázku na 100 Kč, kterou můžete opět použít na nákup. Každý měsíc na vás navíc čekají speciální akce.

Za nákup v obchodě zaplatíte i fitness náramkem

Jsou pohodlné a rychlé. Díky tomu mají bezkontaktní platby zákazníci rádi. U pokladny přitom k terminálu nemusí přiložit jen plastovou kartu. Moderní technologie nabízí i nové způsoby placení.

Za nákup tak zaplatíte klidně i mobilním telefonem, samolepkou nebo i fitness náramkem. Připravili jsme pro vás přehled nových technologií, které v budoucnu možná nahradí platební karty.

1) Bezkontaktní nálepka

Bezkontaktní nálepka vypadá jako zmenšenina platební karty. Má obvykle 4x3 centimetry a jednoduše ji nalepíte třeba zezadu



na mobil. Platíte s ní stejně jako s bezkontaktní kartou. V České republice ji už několik bank nabízí.

2) NFC platby telefonem

K uskutečnění platby potřebujete speciální telefon, který tuto technologii podporuje. V dnešní době jich začíná být čím dál tím více. Kartu nahrajete do telefonu, nainstalujete speciální program, do kterého při platbách zadáváte PIN. Banka vám telefon propojí s kartou a vše je hotovo. „Pak už stačí jen přijít k terminálu podporujícímu bezkontaktní platby a zamávat před ním mobilním telefonem stejně jako platební kartou,“ popisuje technologii Michal Kozub. Platbu přes NFC ale zatím podporuje jen málo bank.

3) Apple Pay, Google Wallet, PayPal

Daleko populárnější než předchozí způsob jsou platby přes Apple Pay nebo konkurenční Google Wallet či PayPal. K jejich používání také potřebujete telefon nebo tablet s NFC. „Stačí vám stáhnout si aplikaci, do ní zadat číslo karty a už platíte přiložením mobilního telefonu nebo tabletu k terminálu podporujícímu danou službu. V případě Apple Pay navíc každou platbu potvrzujete otiskem prstu přes Touch ID. Služby zatím fungují jen ve Spojených státech amerických a Apple Pay i ve Velké Británii, předpokládá se ale, že brzy dorazí i do České republiky,“ vysvětluje Kozub.

4) Fitness náramky a chytré hodinky

NFC technologii využívá k placení také fitness náramek Jawbone Up 4 nebo hodinky Apple Watch. Přes aplikaci stačí tato zařízení jen spárovat s vaší kartou. Pak už jen kliknete na tlačítka na zařízeních a zaplatíte přiložením náramku nebo hodinek k terminálu podporujícímu bezkontaktní platby. Tato technologie v České republice také ještě není, nicméně nabízí pohled na to, jak zákazníci nejspíše zaplatí v budoucnosti,“ uzavírá Kozub.

Ačkoli tyto technologie vypadají lákavě, zatím své karty z peněženky nevyhazujte. Ještě chvíli potrvá, než nám obchodníci umožní platit s nimi všude.



Why are you looking so glum?

Before you read

Match the words in the table to their definitions.

- a. bonus
 - b. compromise
 - c. dump
 - d. glum
 - e. nosy
 - f. prospects
 - g. squeeze
 - h. weird
1. probability of success
 2. something extra that is given or paid
 3. inquisitive
 4. apply pressure in order to extract more juice, etc.
 5. strange, unnatural
 6. agree by making mutual concessions
 7. dirty, unpleasant place
 8. gloomy, unhappy



The IT department would like Harry to come in for a chat sometime...

PROFIMEDIA.CZ

Big City Small World. Join a group of young people from around the world sharing their lives over a cup of coffee in a London café.

You can listen to this episode while you read by typing <http://po.st/xxtWVC> into your browser or by scanning the QR code at the bottom of the page.

Johnny: Hi
Harry: Hi
Harry: Could we get two cappuccinos please?
Tony: Ok... sit down and I'll bring them over to you.
Harry: Cheers...
Johnny: So, listen, I had a word with the IT department about that job that I'd mentioned, and they'd like you to come in for a chat sometime...
Harry: A "chat"?
Johnny: Well, yeah, you know, not really a formal interview, just... well... like, a chat, so they can get to know you, and see what you're like, and stuff...
Harry: But there's no real job on offer...
Johnny: Well, no, perhaps not as yet, not exactly...
Harry: Hmmm, I'm not sure.
Johnny: Go on! What have

After reading

Choose the correct word or phrase in each sentence.

- Harry is going to have an **in-formal** / a **formal** interview.
- Johnny thinks his company is a **good** / **bad** place to work.
- Harry accuses Olivia of wanting to know **nothing** / **everything** about other people.
- Olivia is sure that Harry **won't** / **will** get the job.
- Sarah is very **sad** / **tired**.
- Sarah has met some **inte-resting** / **strange** people.

you got to lose?
Harry: I guess you're right...
Johnny: And it's a good company to work for... lots of prospects... great bonuses! And you get to work with me!
Harry: OK, when can I come in?
Olivia: Hi
All: Hi!
Johnny: Tomorrow I guess...
Olivia: Tomorrow what? What are you two planning in secret?
Harry: Olivia, you are so nosy! You always have to know everything about everyone else...
Olivia: Just natural curiosi-

Lesson No. 5



ty...
Johnny: Harry's coming to work with me!
Olivia: That's great!
Harry: Hang on, hang on... it's not definite yet...
Olivia: I'm sure you'll get the job! Well done!
Harry: Slow down, will you!
Olivia: That means you'll be too busy to do my website for me...
Harry: I'm sure I can squeeze you in...
Olivia: I wouldn't want to overwork you!
Harry: We'll see, eh?
Olivia: OK, but don't lose any sleep over it.
All: Hi Sarah!
Johnny: How's the flat-hunting going?
Sarah: Ooooooppphhhh... I'm exhausted. I've been going round the city all day, looking at flats.
Olivia: And no success?
Sarah: No success at all.
Harry: What's the problem?
Sarah: They're all too small, or too dark, or too far away, or too expensive, or there are weird flatmates...
Harry: You'll have to compromise at some point...
Sarah: Yeah, I guess so, but I don't want to live in a complete dump, and it seems

Activity 3

Fill the text with a phrasal verb in each gap. Use the correct form of the verbs, and prepositions.

- bring
 - come
 - get
 - hang
 - sit
 - slow
 - work
- down (x2)
 - for
 - in
 - on
 - over
 - to

that I can't afford much more.
Fadi: Hello all!
All: Hi Fadi!
Harry: How's it going mate?
Fadi: I'm fine here, but why are you lot all looking so glum?
Olivia: Sarah still can't find a place to live.
Harry: Olivia's fed up because I can't do her website for her!
Johnny: Harry's not enthusiastic about working with

- I was sitting in the café waiting. Annie (1) at 3 o'clock. She (2) next to me and the waiter (3) the menu. We ordered two coffees. Annie was happy. "I've started (4) another company", she said. "I'm finally (5) do what I have always wanted to do." She was talking very fast. " (6) a minute!" I said. "You're going too fast, (7) and tell me what's happened!"

me!
Fadi: Great... Well, I'll just have to try and solve all your problems, then, won't I?
CHRIS ROSE

Answers

- Before you read**
 1. f; 2. a; 3. e; 4. g; 5. h; 6. b; 7. c; 8. d
- After reading**
 1. an informal; 2. good; 3. everything; 4. will; 5. tired; 6. strange

- Activity 3**
 1. came in; 2. sat down; 3. brought over; 4. working for; 5. getting to; 6. hang on; 7. slow down



Derby v Edenu ovládla Slavia

Šlágr 8. kola fotbalové Synot ligy vyšel lépe Slavii, která porazila Spartu 1:0. Na čelo se dotáhla také Plzeň.



Fotbalisté Slavie se radují z gólu v derby se Spartou. ČTK

Zajímavý program načala už páteční předehrávka v Jablonci, kde vyhrála Mladá Boleslav 2:1. Ze sobotního menu šesti zápasů vyčouhal souboj druhého týmu se třetím.

Do Plzně totiž zamířil Liberec a chtěl utnout vítěznou sérii Západočechům pod trenérem Karlem Krejčím. Jenže na vedoucí gól hostujícího Shaly odpověděl Ďuriš a Mahmutović, a tak se Viktoria radovala z výhry 2:1. „Musím pochválit kluky, ukázali obrovský charakter a dokázali to otočit,“ řekl po utkání domácí kouč Krejčí. Plzeň se tak bodově dotáhla na Spartu.

Ta navíc o den později neovládla derby na půdě Slavie. Jedinou branku duelu vstřelil v nastavení prvního poločasu Jaromír Zmrhal. „Doposud je to asi ten nejvzácnější gól v kariéře, prostě trefit se proti Spartě za Slavii,“ usmíval se střelec vítězné branky. Slavia připravila svému rivalovi první porážku v sezoně a poskočila na čtvrtou pozici. Tre-

nér Dušan Uhrin ale krotí euforii: „Vždyť jsme nic nevyhráli, jen pár zápasů.“

V osmém kole na sebe upozornil i Tomáš Pilík, který Příbrami k výhře 4:1 nad Jihlavou pomohl hattrickem. Slovácko porazilo Bohemians 1:0, stejně jako Teplice Ostravu. Brno vyhrálo 2:1 na Dukle a Olomouc se rozešla se Zlímem smírně 1:1. PAVEL URBAN

Sagan. Věčně druhý se dočkal prvenství na MS

Mistrem světa v silničním závodu se v neděli stal v americkém Richmondu slovenský cyklista Peter Sagan. „Jsem strašně šťastný, je to neuvěřitelný pocit. Je to pro mě asi největší vítězství,“ řekl spurtér stáje Tinkoff-Saxo, který letos na Tour de France dojel pětikrát druhý. Nejvýše ze sedmi Čechů skončil na 41. místě Karel Hník těsně před Zdeňkem Štybarem, na kterého jel celý český tým. ČTK



Peter Sagan AP

Allertová. Pouť až do finále

Česká tenistka Denisa Allertová došla na turnaji v čínském Kuang-čou až do finále. Tam ale prohrála s čtvrtou nasazenou Jelenou Jankovičovou ze Srbska 2:6, 0:6. „Byl to úžasný týden. Jsem šťastná, že jsem tu dokázala porazit tolik skvělých hráček a zahrála si poprvé ve finále. Jelena ale byla až příliš dobrá,“ řekla Allertová. Ta se v žebříčku posunula o sedmáct míst na 57. příčku. Petra Kvitová je čtvrtá před Lucíí Šafářovou. ČTK

Zprávy krátce

Messi bude až dva měsíce mimo

Fotbalista Lionel Messi si poranil v zápase španělské ligy s Las Palmas (2:1) koleno a může Barceloně chybět až dva měsíce. Argentinec odehrál v sobotu pár minut, než si v levém kolenně natrhl postranní vaz.

Hamilton vyhrál

Brit Lewis Hamilton obhájil v neděli prvenství ve Velké ceně Japonska formule 1 a upevnil si vedení v mistrovství světa.

Ztráta pro judo

V pátek tragicky zahynul český reprezentant v judu Alexandr Jurečka. Čtyřicetiletý olympionik zemřel při hloubkovém potápění v Itálii, když mu zřejmě selhala technika.

Bank pokračuje

Lyžař Ondřej Bank se vrátil ze soustředění v Chile připravený pokračovat v kariéře. V Jižní Americe trénoval hlavně sjezd a super-G. A to jsou disciplíny, na které se v příští zimě chce soustředit. ČTK

mediální skupina mafra



Pro posílení našeho úspěšného týmu hledáme:
kolegu / kolegyni na pozici

Výrobní dispečer

Vášim hlavním úkolem bude: kontrola podkladů pro plánování výroby zakázek, zadávání dat pro výrobu zakázek do SW.

Místo výkonu práce: Olomouc

Očekáváme: SŠ polygrafického směru s maturitou, znalost práce na PC, ochotu pracovat s novým SW, technické myšlení, pečlivost, důslednost, samostatnost. Zkušenost s plánováním výroby výhodou.

Nabízíme: zázemí stabilní společnosti, práci v moderním polygrafickém pracovišti, 5 týdnu dovolené, příspěvek na závodní stravování, volnočasové aktivity a další zaměstnanecké benefity.

Kontaktní osoba: Anna Nejedlá
tel.č. 583 803 112, 734 517 182
e-mail: anna.nejedla@mafra.cz

Pokud vás naše nabídka oslovila, zašlete nám svůj strukturovaný životopis s průvodním dopisem na adresu:

MAFRA, a. s., personální útvar, Karla Engliše 519/11, 150 00 Praha 5 - Smíchov. Název pozice, o kterou se ucházíte, uveďte prosím do předmětu e-mailu, popř. na obálku dopisu.

DNES
LIDOVÉ NOVINY
metro
IDNES.cz
lidovky.cz
metra.cz
óčko
mafraprint

INZERCE

EVROPSKÁ LIGA ZNOVU NA LETNÉ!

AC SPARTA PRAHA vs. APOEL FC

1. 10. 2015, 19:00

BUDETE U TOHO?
VSTUPENKY V ZÁKAZNICKÉM CENTRU,
NA POKLADNĚ 1 LETENSKÉHO STADIONU
NEBO NA WWW.TICKETPORTAL.CZ.

1 000 Kč na vaše nákupy



více na www.alza.cz

Svoboda při žehlení

Tefal

Tefal Freemove 70 upgrade FV9970E0

- + Bezdrátová žehlička bez nemotorných kabelů
- + Stejně výsledky žehlení jako výkonné žehličky se šňůrou
- + Variabilní výstup páry 0–35 g/min, pamí ráz až 180 g/min
- + Velmi kluzná samočisticí deska s paladiem
- + Dvojitý systém proti odkapávání vody



ZDARMA
žehlicí prkno
Tefal

2 999,-

objednací kód: TEFZN001

Novinka pro perfektní sušení gorenje

Gorenje D 7564

- + Kondenzační sušička s tepelným čerpadlem
- + Obousměrné proudění vzduchu TwinAir zrychluje sušení až o 20 min
- + Účinné a energeticky nenáročné sušení
- + Displej zobrazuje zbývající čas do konce programu
- + Akustický signál, senzor vlhkosti, náplň až 7 kg



A+

~~12 700,-~~

11 390,-

objednací kód: FAP3300a

Každý senior by ho bral

ALIGATOR®

Aligator A420 Senior Black

- + Skvěle ovladatelný tlačítkový telefon
- + Výrazné znaky a číslice na barevném displeji
- + SOS tlačítko + lokátor, hlasité zvonění
- + Možnost mluvicích tlačítek
- + Svítílka, rádio, dlouhá výdrž baterie



~~1 006,-~~

799,-

objednací kód: RT110j6a1

Chrání vaši pokožku

PHILIPS

Philips AquaTouch S5620/12

- + Bezdrátový holič strojek pro suché i mokré holení
- + Zaoblený profil hlav speciálně navržen k ochraně pokožky
- + Režim Turbo pro holení hustých vousů
- + 50 minut bezdrátového použití / 1 h nabíjení
- + V příslušenství přesný zastříhovač SmartClick



NOVINKA

3 299,-

objednací kód: EAT1136d

Pro milovníky kávy

NESPRESSO

NESPRESSO DeLonghi Lattissima Touch Silver

- + Špičkový espresso kávovar s tlakem 19 bar
- + Nová verze s ještě snazším ovládáním
- + Nahřátí kávovaru trvá pouze 25 sekund!
- + Integrovaná nádrž na mléko
- + Možnost nastavení poměru kávy a mléka

DÁRKY
*



8 990,-

objednací kód: EAN3345f

*Kupte si nový kávovar Lattissima Touch a získáte poukaz 800 Kč na nákup kávy a další dárky. Akce platí do 1. 11. 2015 nebo do vyprodání zásob.

Velký displej za pár korun

HUAWEI

HUAWEI Y600 White Dual SIM

- + Smartphone s 5" displejem (854 × 480)
- + Fotoaparát 5 Mpx + přední webkamera
- + Dvojjádrový procesor, 512 MB RAM
- + Slot na microSD karty až 32 GB
- + GPS, Dual SIM, baterie 2 100 mAh
- + Google Android 4.2 Jelly Bean



2 490,-

objednací kódy:

HU1520a2e ○ HU1520a2d ●

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 29. 9. 2015 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na www.alza.cz/reklama. Aktuální ceny najdete vždy na www.alza.cz. Dárky jsou dodávány pouze do vyčerpání zásob.

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

alza.cz