

# ODRAZTE SE OD DNA A ŽIJTE NAPLNO!



## Doplňek stravy **Enzycol DNA\***

Vhodný při zvýšené hladině kyseliny močové<sup>1,2</sup>.  
Unikátní složení podporuje její lepší vylučování z těla<sup>2</sup>.  
Díky přidanému zinku\* napomáhá k normální syntéze DNA.

<sup>1</sup>kyselá višň, <sup>2</sup>celer



# ČESKÝ MEJDAN S IMPULSEM

Zpívá celé Česko



16. 12. 2017

**KAREL GOTT • NO NAME**  
**LUCIE BÍLÁ • SLZA**

MIRO ŽBIRKA • MICHAL DAVID • EWA FARNA • MANDRAGE  
PETR KOLÁŘ • ILONA CSÁKOVÁ • DASHA  
JAN KALOUSEK • LENNY

O<sub>2</sub> arena



# „NEUMÍM STÁT JEN NA JEDNOM MÍSTĚ“

SLOVENSKÁ ZPĚVAČKA JANA KIRSCHNER VYDÁVÁ DESKU ŽIVÁ STRANA 2



# metro

Středa, 29. listopadu 2017

Č. 225, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Zina

Největší deník v ČR

# Silvestr. Nový trend je oslavit ho na horách

**Novoroční radovánky.** Mimo domov za ně Češi utratí sedm milionů korun. **Hory.** Téměř všechny hotely, chaty a chalupy jsou obsazené. **Zvyk je železná košile.** Většinou se vracíme na známá místa pobytu STRANA 3



## 40 slavíků. Dvojnásobná platinová deska pro Karla Gotta

Zpěvák Karel Gott převzal dvojnásobnou Platinovou desku Supraphonu za prodej loňského alba s názvem 40 slavíků. Kompilace obsahuje hity z období 1963 až 2016, v nichž Gott uspěl v anketě Český, dříve Zlatý slavík. Platinovou desku obdržel i hudební publicista Miloš Skalka (uprostřed), který se podílel na bookletu i obsahu dvojalba. Platinová deska se uděluje za milionový obrát při jejím prodeji. V kolekci na dvou CD jsou také dvě nové písně Země vstává a Perfektní den, první skladby natočené po Gottově onkologické léčbě. „Vzhledem k tomu, že jsme si dovolili trochu předvídat, tak na dvojbalbu 40 slavíků najdou posluchači rovnou dvaatřicet skladeb,“ poukázala ředitelka vydavatelství Supraphon Iva Milerová (vlevo) na sobotní Gottovo již 42. vítězství v anketě Český slavík.

ČTK - MICHAL KAMARYT

## Zvykli jsme si žít na dluh

Více než čtvrtina malých a středních podnikatelů a firem používá pro své podnikání cizí zdroje financování. Na dluh žije také hodně lidí v soukromí. STRANA 2

## Útočit chtěl na Nový rok. Chytili ho

Australská policie zatkla muže, který plánoval střelbu do davu při oslavách Nového roku na náměstí v Melbourne. Zadrženy si před soudem vyslechl obvinění z přípravy teroristického útoku. Hrozí mu doživotí. STRANA 5

## Odměna za medaili. Až dorazí dopis

S dodatečnými bronzovými olympijskými medailemi za štafetu z her v Soči 2014 se české biatlonistky mohou těšit i na finanční odměnu. Po potvrzení od MOV si kvarteto Puskarčíková, Koukalová, Vítková a Landová rozdělí 900 tisíc korun. STRANA 13



9 771 21 178 1002 1 17 2 2 5



# Každý druhý nesplácí své dluhy záměrně

**Celkový dluh obyvatel Česka činil po třech čtvrtletích letošního roku 2,1 bilionu korun.**

Více než čtvrtina malých a středních podnikatelů a firem používá pro své podnikání cizí zdroje financování. Jedná se o různé druhy půjček a úvěrů. Celá řada odvětví by bez cizích zdrojů nebyla schopná existovat, vyplývá z analýzy ČSOB.

Problém ale je, že na dluh žije také velké procento běžných lidí v soukromí. Podle průzkumu platební morálky pro společnost EOS KSI neplatí téměř pětina českých spotřebitelů za služby či zboží včas. Opozditým zákazníkům trvá účty v prodlení vyrovnat průměrně 14 dní. Češi své jed-

nání nejčastěji odůvodňují aktuálními finančními problémy (dvě třetiny dotázaných) či špatnou pamětí (40 procent). Stále více zákazníků své závazky ale neplatí záměrně. Úmysl neplatit a výmluvy české firmy zaznamenávají u každého druhého dlužníka. Oproti loňsku přibýlo takovýchto spotřebitelů v Evropě o téměř 90 procent.

„Se zákazníky, kteří se tímto způsobem vyhýbají odpovědnosti za dluhy, se setkáváme stále častěji,“ říká Vladimír Vachel, jednatel inkasní agentury EOS KSI, a dodává: „Jedenáct procent firem přiznává, že nemá standardizovaný proces vymáhání dluhů. Firmy by nezaplacené účty neměly podceňovat. Čím později je s klienty řeší, tím menší šance na zaplacení mají.“

Celkový dluh Čechů dosáhl nového rekordu. Na konci třetího čtvrtletí letošního roku šlo téměř o 2,1 bilionu

**Velká část platu na dluh**

## 135

Před dvaceti lety dlužil každý Čech průměrně deset tisíc korun, nyní je to 135 tisíc. Z částky, kterou jsme v roce 1997 za rok vydělali, činil dluh osm procent. Dnes je to ale již 40 procent. Nějakou půjčku má podle průzkumu CVVM až 47 procent Čechů.

**Srovnání s Evropou**

Dvě třetiny Čechů nejsou schopné platit včas, jelikož v době splatnosti nemají dostatek potřebných financí.

- Podobně jsou na tom Slováci (68 procent). Se závažným nedostatkem financí v Česku bojuje 47 procent dlužníků. Nadměrné dluhy nejvíce zatěžují obyvatelé Ruska a Belgie (62 procent).

korun. Vyplývá to z údajů bankovního a nebankovního registru klientů informací. Hlavním důvodem, proč dluhy rostou, jsou hypotéky, respektive vyšší ceny nemovitostí. Na dlouhodobém dluhu se největší měrou podíleli Pražané (309 miliard korun). „Vysoký objem dluhu u Pražanů je dán specifickou situací na pražském realitním trhu a také tím, že ceny nemovitostí jsou zde výrazně vyšší než

ve zbytku republiky,“ vysvětluje Lenka Novotná, výkonná ředitelka Bankovního registru klientů informací.

Průměrná částka dlouhodobého dluhu připadajícího na jednoho klienta v Praze činí 2,6 milionu korun, tedy o milion korun více, než je celostátní průměr. Praha má také nejvyšší podíl dlouhodobého dluhu na jednoho obyvatele, konkrétně 241 tisíc korun. **PAVEL URBAN**

## Nový film

Herečky **Barbora Poláková** (na snímku) a **Pavla Štorková** při včerejším setkání s novináři v Praze, kde tvůrci představili film režiséra **Miroslava Krobota** *Kvarteto*. Po příběhu z vesnické komunity se rozhodli pro intimní příběh z města a téma hledání štěstí, ke kterému se lidé snaží dospět různými cestami. Film bude mít premiéru zítra.

ČTK

# Neumím stát na jednom místě, říká Jana Kirschner

Slovenská zpěvačka **Jana Kirschner**, která s rodinou žije v Londýně, vydala nedávno novou desku *Živá*. Je to dvouhodinová nálož písniček posbíraných během uplynulých tří turné. Jana už definitivně přešla od mladické neucesanosti a popu ke složitým životním tématům, s nadhledem a krásnou lehkostí.

**Na hudební scéně už jste přes 20 let, ale teprve teď vydáváte první živou nahrávku. Kdy vás poprvé napadlo, že by bylo dobré něco takového vydat?**

Každý interpret by měl mít v portfoliu takové album. Je však důležité k němu dospět. Být připraven na to, že váš hlas nebude vždy stoprocentní a dokonalý. Takový je život. Protože *Živá* je nahrávka z vícero turné a koncertů, o to více je možné, že se kvalitou jednotlivých nahrávek bude lišit. Nešlo nám však o žádnou vyleštěnou dokonalou live nahrávku, ale spíše o dokument, který přináší jakýsi průřez mou tvorbou a kromě těch posledních písní z *Moruše* nabídne i písně



V roce 1996 v necelých sedmnácti letech se účastnila soutěže *Miss Slovensko*.

VIKTOR CICKO

ze starších alb, jako je *Modrá* či *Na čiernom koni*, které navzdory časovému rozdílu působí přirozeně.

**Jak na uplynulá turné, která se promítla na nové desce, vzpomínáte?**

S humorem. S odstupem času se vše zdá jednodušší

a hlavně se člověk na vše dokáže podívat z jiného úhlu pohledu. Takže se dokáže zasmát i tomu, pokud něco nevyšlo, jak jste chtěli. Miluju hudbu, a tak život na turné i přes logistiku se dvěma dětmi je pro mě přirozený stav. Jsem cestovatel. Nemám ráda stát na jednom místě. Navíc

moji muzikanti byli vždy jako moje druhá rodina.

**Pro fanoušky jste připravila i rozsáhlý booklet, něco jako muzikantský deník. Co v něm najdete?**

Autorské poznámky, stage plány, kritiky, komentáře dalších muzikantů a zejména

spousta fotografií. Připravilo ho *Studio Najbrt*.

**Co máte v plánu teď? Chystáte podobně rozsáhlý projekt, nebo spíše něco komornějšího?**

Už v těchto dnech dávám dohromady plán na další dva roky a potom, jak skončí prosincový koncertní kolotoč, se pustíme do nových věcí. A také se rýsuje pár zajímavých spoluprací i tady v Česku, filmová hudba a spousta jiných projektů. Takže se určitě nenudím. Nejdůležitější je však nyní pro mě nové album. Protože chci zase věci posunout dál.

**V jednom rozhovoru jste zmínila, že byste ráda někdy napsala knížku pro děti, láká vás psaní? Chystáte něco?**

No, zatím píšu pouze hudbu ke slovenskému televiznímu seriálu pro děti *Tresky plesky*. A to mě opravdu baví. Je to skvělá spolupráce s mladým animátorem a snad se to podaří dostat i k vám do Česka! **PETR HOLEČEK**

# Silvestr na horách je už vyprodaný

**Sedm milionů korun. Tolik utratí Češi za silvestrovské radovánky mimo svůj domov.**

Hory a lázně. Tam nejčastěji Češi vyrazí slavit silvestra, když nejsou doma. Zájem Čechů trávit silvestr na horách meziročně vzrostl o osm procent. Téměř všechna tuzemská horská střediska ale hlásí plno. Trendem posledních let je trávit silvestr v lázních. A ty ještě volno mají. I lázeňské hotely se ale rychle zaplňují. Kdo tak chce oslavit příchod nového roku v lázních, měl by si s rezervací hotelu pospíšet. „Místo, kde strávit konec roku, vybírají Češi už od září, poptávka ale vyvrcholí až v polovině prosince. Meziročně stoupá zájem o sil-

vestrovské pobyty v lázních zhruba o 16 procent. Mezi oblíbené destinace patří Lednice, Luhačovice, Mariánské Lázně, Špindlerův Mlýn nebo Poděbrady. V těchto městech už má většina hotelů pokoje obsazené,“ popsal Richard Šipoš z portálu Spa.cz, který se specializuje na prodej lázeňských a relaxačních pobytů.

Češi při oslavách silvestra s výběrem pobytu příliš neexperimentují, většina lidí se vrací na stejná místa. „Hosté našeho hotelu jsou zvyklí si silvestrovský pobyt rezervovat už s ročním předstihem. Do volného prodeje tedy většinou jde několik pokojů, které nabízíme na sklonku léta, a začátek podzimu bývá obdobím, kdy už je kapacita hotelu plně obsazena,“ potvrdil Josef Michálek, ředitel wellness hotelu Pohoda v Luhačovicích. Naopak volné kapacity ještě hlásí Lázně Libverda, Janské Lázně nebo Teplice

nad Bečvou. Pobytové portály fungují dobře v období, kdy je větší poptávka po ubytování, v duchu last minute. „Zákazníci tu najdou několik destinací na jednom místě a nemusejí ověřovat volnou kapacitu jednotlivých hotelů. V současné chvíli máme v nabídce stále ještě kolem 90 silvestrovských pobytů,“ doplnil Richard Šipoš. **MET**

## Nový rok mimo domov

### 5

Češi za silvestrovský pobyt utratí v průměru 5540 korun. Devět z deseti Čechů, kteří plánují silvestrovské oslavy strávit mimo domov, neopustí Česko. Nejvíce je zajímavě obsah samotného silvestrovského večera. Až na druhém místě je zbytek obsahu pobytového balíčku, tedy procedury a volnočasové aktivity.



## Tak přece. Fiala byl zvolen

Poslanci včera zvolili předsedu ODS Petra Fialu pátým místopředsedou Poslanecké sněmovny. Obdržel 116 hlasů ze 183. V předchozích kolech minulý týden Fiala neuspěl, což posléze vyvolalo kritiku ze stran sdružených v Demokratickém bloku. Předseda poslanců ANO Jaroslav Faltýnek už před včerejší volbou Fialu podpořil a předsvědčil o tom i svůj klub, i když uvedl, že zástupci ostatních kandidátů na místopředsedy přišli za hnutím ANO a požádali o podporu ve volbě. Jako „libání prstenu“ to nevnímal. Výraz „libání prstenu“ se objevil minulý týden, kdy jej použil předseda poslanců ODS Zbyněk Stanjura, který takto okomentoval Fialovo nezvolení. „Nepolíbil jsem prsten, takže jsme tu funkci nedostali,“ prohlásil minulý týden Stanjura. **ČTK**

## Bojové drony. Armáda chce nové zbraně

Česká armáda po roce 2020 zakoupí dron s bojovými schopnostmi. Nyní používá několik druhů průzkumných bezpilotních prostředků. Vojsko by

mělo do roku 2025 do dronů investovat miliardu korun, řekl na tiskové konferenci po veřejné části velitelského shromáždění české armády

náčelník generálního štábu Josef Bečvář. V roce 2019 armáda také zakoupí nové drony ScanEagle, stát budou kolem 200 milionů korun. Na gene-

rálním štábu se také má zvýšit ochrana kyberprostoru. Podle Bečváře se v příštím roce zvýší české zapojení v Afghánistánu a Iráku.

Pokud záměr odsouhlasí Poslanecká sněmovna, na míších by mohlo být až 650 českých vojáků oproti současným asi 400. **ČTK**



## Zvládne vyrobit sníh až do 20 stupňů

Ostravský lyžařský areál Skalka bude používat unikátní technologii na výrobu sněhu. V provozu může být už při teplotách nižších než 20 stupňů Celsia. Celý proces probíhá bez použití chemie a při výrobě sněhu se používá jen čistá pitná voda. Zařízení vyrábí malé ledové vločky, které neobsahují zbytkovou vlhkost a mají teplotu minus pět stupňů Celsia. „Vzhledem k této teplotě takovýto sníh sám sebe ochlazuje a taje velmi pomalu. I proto jej můžeme vyrábět i při teplotách okolo 20 stupňů,“ uvedla Zuzana Holášová, zástupkyně společnosti, která technologii dodala. Na včerejším snímku servisní technik Martin Měrka ukazuje sníh vyrobený pomocí nového zařízení. **ČTK**

## Zprávy krátce

### Janoušek. Proč nenastoupil do vězení?

Fakt, že se lobbista Roman Janoušek nevrátil ve stanoveném termínu do věznice, bude řešit Krajský soud v Brně. Včera se na tom dohodl s pražským městským soudem, u nějž Janoušek podal žádost o upuštění od zbytku trestu. **ČTK**

### Vlakem na Mikuláše

České dráhy připravily pro rodiny s dětmi tradiční Mikulášské jízdy, které se uskuteční v sobotu a v neděli. Po oba dny bude také po Praze a okolí jezdit vlak plný her a traktů, takzvaný Cyklohraček. Centrem Mikulášských jízd se stane nádraží Praha-Smíchov. Parní vlak bude vždy vyjždět z tohoto nádraží a projede po-

stupně několik tras a také k hradu Karlštejn. Více na [www.cd.cz/zazitky](http://www.cd.cz/zazitky).

### Upozornění

Vážení čtenáři, kvůli zkrácené uzávěrce tohoto vydání dnes v deníku Metro nemusíte najít aktuální události z pozdějších hodin. Děkujeme za pochopení. **METRO**

### Policisté skolili 101 divočáků

Policejní odstřelovači uložili v oblasti náklady africkým morem prasat na Zlínsku už 101 divočáků. Do jejich odstřelu se zapojili před šesti týdny. Ve vysoce rizikové oblasti náklady, která je lemovaná ohradníky, se podle odhadů stále pohybuje ještě několik desítek kusů černé zvěře. Policisté budou v odstřelu prasat na Zlínsku pokračovat, jejich zásah je předběžně naplánován na konec ledna příštího roku. **ČTK**

# Lékárna představuje své favority



## Zapomínáte? Neztrácejte hlavu

**Paměť je jedna z hlavních funkcí našeho mozku, kterou je potřeba stále trénovat, abychom ji udržovali ve skvělé kondici. Co však dělat v situaci, kdy už neslouží jako dřív?**

Pak je nejvyšší čas navštívit svou lékárnu a koupit unikátní přípravek **GinkgoMax® + LECITIN** z prémiové řady **Da Vinci Academia**. Tento doplněk stravy je jedinečný díky svému složení, které kombinuje účinné látky z Ginkgo biloby a lecitinu, díky němuž podpoříte mentální výkonnost a soustředění. Ginkgo biloba navíc napomáhá s nárůstem věku udržovat paměť, snižovat její ztrátu a působit na myšlenkovou koncentraci. Lecitin s Ginkgo bilobou působí synergicky a mnohem účinněji, než kdyby působily obě látky odděleně.



**GinkgoMax® + LECITIN je unikátní kombinací dvou nejučinnějších látek na podporu vaší paměti.**

## PROBLÉMY S MENOPAUZOU? ZAMÍTNUTO!

**PODRÁŽDĚNOST, NERVOZITA, NEKLID, POCENÍ, ŘÍDNUTÍ KOSTÍ, NÁVALY HORKA, DEPRESE, INKONTINENCE, NÁRŮST HMOTNOSTI A ZTRÁTA CHUTI NA SEX...**

**NEBOJTE, MENOPAUZOU MŮŽETE PROJÍT V POHODĚ, ANIŽ BYSTE JI VLASTNĚ ZAZNAMENALA.**

Pomůže vám v tom doplněk stravy **Elli MenoOsteo FORTE**, který nabízí komplex důležitých látek pro ženy v menopauze i po ní. Díky extraktu z jetele lučního pomáhá udržovat klidný a pohodlný přechod. Extrakt ze šištic chmele otáčivého zase napomáhá ženám vyrovnat se s návaly horka, pocením, neklidem či podrážděností. Přípravek obsahuje vitaminy D3 a K2 a také vápník, který je potřebný pro zdraví kostí.

## Vincenz Priessnitz zná recept na bolesti kloubů



**Namáhavá práce, nesprávné držení těla, ale i nevhodně zvolený pohyb se na vašem každodenním fungování negativně podepisují. Dopřejte si zaručenou úlevu a regeneraci a vaše tělo již nebude déle strádat.**

Prožijte zimu bez starostí o své namožené klouby díky přípravku **Priessnitz® Kloubní mazání De Luxe**. Ihned při první aplikaci pocítíte okamžitou úlevu, a to díky významnému obsahu boswellie, kafru,

rozmarýnu a Transmitteru. Právě Transmitter znásobuje sílu těchto látek a prodlužuje jejich účinnost. Příjemný chladivý efekt pak zajišťuje přítomnost mentolu.

## Gurmar DIAMizin

**Jedním z největších strašáků dneška jsou potíže s nedostatkem inzulínu v těle, což obvykle bývá zapříčiněno obezitou, nezdravým životním stylem, nedostatkem pohybu a dědičností. Hledáte-li způsob, jak vyrovnat kolísající hladinu cukru v krvi, vsadte na účinný přípravek.**

Vyzkoušejte **Gurmar DIAMizin** – zabiják cukru<sup>1</sup>, ověřený doplněk stravy, který stabilizuje a udržuje hladinu cukru v krvi a omezuje chuť na sladké. Přípravek obsahuje extrakt z rostliny **Gymnema Sylvestre**, jehož účinné látky, kyseliny gymnemové přispívají k optimální hladině glukózy v krvi

a snižují chuť na sladkosti, čímž napomáhají redukci nadváhy.

**Vyzkoušejte i vy Gurmar DIAMizin, nejužívanější, volně prodejný přípravek pro udržení normální hladiny cukru v krvi.**

**ZABIJÁK CUKRU!**



<sup>1</sup>gurmar = Gymnema Sylvestre



# Zneužívala Finanční správa zajišťovací příkazy?

**Ke konci září jich bylo 1215 za 1,38 miliardy.** Vláda bude řešit, jestli jich není zbytečně moc.

O zajišťovacích příkazech se nedávno hodně mluvilo, a to v souvislosti s případem firmy FAU. Na tu si po sporech s firmou patřící Agrofertu „zakleklí z Finanční správy“ – jak to řekl tehdejší ministr financí Andrej Babiš. Spekuluje se totiž, že právě Babiš coby ministr financí zadával práci svému podřízenému úřadu, aby FAU znepřijemnil podnikání. Jak? Obviněním z toho, že FAU neplatila daně a vydáním zajišťovacích příkazů. Ty v podstatě firmu „znehyní“, má zablokované peníze, nemůže v podstatě

fungovat dál. Právě zajišťovacími příkazy a jejich možným zneužíváním Finanční správa se bude dnes zabývat vláda. Na stole má analýzu ministerstva financí k této věci.

Finanční správa podle informací ke konci září vydala 1215 zajišťovacích příkazů na 1,38 miliardy korun. Loni to bylo 1561 zajišťovacích příkazů na 3,3 miliardy korun, o rok dříve 1605 příkazů na 3,6 miliardy korun. Na jednu firmu může správa vydat více zajišťovacích příkazů, vyplývá z materiálu. V letošním roce se tak příkazy týkají 271 firem, za celý loňský rok to bylo 309 firem. Celkem Finanční správa eviduje zhruba 514 tisíc plátců DPH.

V posledních měsících se problematika příkazů dotkla například právě opavské společnosti FAU. Finanční správa čelila podezření, že firmu chtěla účelově zlikvidovat

a že jednala na pokyn exministra financí Babiše. Ten to popřel, stejně jako generální správou se bude dnes zabývat vláda. Na stole má analýzu ministerstva financí k této věci.

Finanční správa na počátku listopadu oznámila, že bude při vydání zajišťovacího příkazu u fungujících firem nabízet alternativní zajištění majetku, jako je zástavní právo, ručení třetí osoby nebo finanční záruky. Vyдалa k tomu i novou metodiku,

uvádí materiál. Vedle toho ministerstvo financí navrhuje změnu legislativy. Úřad například uvažuje o obdobném mechanismu, který existuje v insolvenčním řízení. Firmy by si mohly zvolit jako alternativu řádně jmenovaného správce s odbornými znalostmi. Jeho schválení by pak po nezbytně nutnou dobu podléhalo všechny operace týkající se zmenšení majetku firmy. Ministerstvo také uvádí, že se

nikdy neodklonilo od pravidel na prolomení daňové mlčenlivosti, ze kterého byl úřad také v posledních měsících obviněn.

Analýza, kterou bude dnes vláda projednávat, dále uvádí, že výměně informací mezi ministerstvem a Finanční nebo Celní správou nebrání daňová mlčenlivost, ta totiž platí jen navenek, a nikoli uvnitř soustavy správců daně. **ČTK, MAP**

## Co je zajišťovací příkaz?

Jedná se o jeden z nástrojů Finanční správy proti neplátcům daní.

- Úředníci mohou předpokládanou daň vybrat dopředu, a zdržet tak peníze nebo majetek, dokud firma neuhradí částku uvedenou v příkazu. Finanční správa v poslední době čelila kritice, že příkazy zneužívá.

## Firmy proti úředníkům

Celníci neměli na zavedení zajišťovacích příkazů proti firmě FAU právo, rozhodl v září soud v Ostravě.

- Celní úřad podle soudu neměl důvod pro tak masivní zajištění. Finanční správa firmu FAU podezřívá z vědomého zapojení do karuselového podvodu. Celníci podali proti rozhodnutí kasační stížnost

k Nejvyššímu správnímu soudu. Kvůli příkazům se dostala do insolvence i velká tiskárna Europrint.

- Podle informací bylo k polovině srpna podáno kvůli zajišťovacím příkazům 186 žalob, správní soudy rozhodly v 74 případech a čtvrtina rozhodnutí Finanční správy byla zrušena.

INZERCE

## Splněný sen z dětství

**Vždycky jsem toužil jet na cestu kolem světa.**

Před čtyřiceti lety, kdy jsem na to měl čas, nebyly peníze ani možnost volně cestovat. Svůj cestovatelský sen si tak konečně splním až v důchodu.



Filip (68), Jičín

Už jako malý jsem hltal nejprve mayovky a potom i cestopisy Hanzelky a Zikmunda. S kamarády jsme si v bahně hráli na domorodé kmény a pořádali výpravy do „džungle“. Chuť poznávat vzdálené kouty světa mě nikdy neopustila, ale práce a rodina měly přednost.

### Volání dále

„Co teď budeš dělat? Vždyť se budeš v důchodu akorát nudit,“ dobírali si mě bývalí kolegové při odchodu do penze. „Vypravím se na cestu kolem světa,“ odpověděl jsem bez zaváhání. Vnoučata už se těší, až jim budu vyprávět dobrodružné zážitky, tak se mi bude moje četba z mládí hodit...

### Spokojené stáří

Všem, kteří se nechtějí vzdávat svých snů, nabízí NN Penzijní společnost spoření na stáří s trojicí výhod:

- **Státní příspěvek 2 760 Kč ročně** při měsíčním příspěvku od 1 000 Kč
- **Příspěvek zaměstnavatele** bez zdanění a odvodů až **do 50 000 Kč ročně**
- **Roční odpočet z daní 24 000 Kč** při měsíčním příspěvku 3 000 Kč

Více na [www.nn.cz](http://www.nn.cz)



## Uvnitř vejce se nachází sauna

Umělecké duo Bigert and Bergstrom ze Švédska navrhlo nevěšední saunu, která svým designem zaujme hned na první pohled. Sauna čerpá svou energii ze slunce, a tak se v ní turisté dostatečně prohřejí i v chladné oblasti švédského města Kiruna, kde se nachází. Kiruna leží za polárním kruhem. Nedaleko odsud se dobývá železná ruda. Místní tak mohou o budoucnosti svého města debatovat právě tady v designově pojaté sauně.

PROFIMEDIA.CZ



# Každý den je štědrý na Alza.cz

více na [www.alza.cz/vánoce](http://www.alza.cz/vánoce)



## Myje, suší, vysává



### Bissell CrossWave

Multifunkční vysavač 3 v 1  
Vysává, myje a suší v jednom kroku  
Na tvrdé povrchy i koberce  
Led osvětlení, vyjímatelný kartáč



~~9 499,-~~  
**8 999,-**

obj. kód: BISVY003

## Vysaje dům i auto

### Rowenta

### Rowenta RO3969 Compact Power Home&Car

Kompaktní sáčkový vysavač  
Objem sáčku 3 l, účinná sací hubice  
Speciální filtr, který zachytí až 99,98 % prachu  
Ideální i pro úklid automobilů



~~3 299,-~~  
**1 999,-**

obj. kód: ROWVS023

## Celý svět u vás doma

### hama®

### Hama DIR3100M DAB + internetové rádio

Internetové rádio s WiFi streamingem  
Příjem více než 20 000 radiostanic a 10 000 podcastů  
Velký barevný displej, kabelové a USB připojení  
Ovládání pomocí mobilního zařízení



~~4 999,-~~  
**4 699,-**

obj. kód: WY272a2

## Když se vám nechce vysávat

### neato robotics®

### Neato Botvac D5 Connected

Robotický vysavač s WiFi připojením  
Na jedno nabití uklidí až 130 m<sup>2</sup>  
Boční kartáček na prach a nečistoty  
Ovládání přes mobilní aplikaci



**18 990,-**

obj. kód: NEAVR004

# Všechny dárky vyřešíte na [alza.cz](http://alza.cz)

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

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 29. 11. 2017 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na [www.alza.cz/reklama](http://www.alza.cz/reklama). Aktuální ceny najdete vždy na [www.alza.cz](http://www.alza.cz). Dárky jsou dodávány pouze do vyčerpání zásob.

**Sudoku**

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

**Napište svou bublinu**



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



**Počasí**

<b>DNES</b>  Min. 1 Max. 5	<b>ZÍTRA</b>  Min. 0 Max. 4	<b>PÁTEK</b>  Min. 0 Max. 4	<b>SOBOTA</b>  Min. -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:** 14,0 °C  
**Rok výskytu:** 1836

**Kvíz**

- Po zinscenovaném soudním procesu s Rudolfem Slánským bylo roku 1952 popraveno:  
**a) 5 lidí**  
**b) 8 lidí**  
**c) 11 lidí**
- Proslavil se mimo jiné jako režisér filmů *Vetřelec*, *Gladiátor*, či *Černý jeztráb* sestřelen:  
**a) R. Scott**  
**b) S. Spielberg**  
**c) G. Lucas**
- Český král, vévoda Fridrich Falcký, přezdívaný zimní král, se narodil v roce:  
**a) 1496**  
**b) 1596**  
**c) 1696**
- Sv. Saturnin je nejenom patronem proti bolestem hlavy, ale také proti soužení s:  
**a) krtky**  
**b) vlky**  
**c) mravenci**
- Španělský návrhář Manolo Blahnik, který má po otci české kořeny, letos slaví:  
**a) 65 let**  
**b) 75 let**  
**c) 85 let**

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

**ČT1**

- 12:30 Sama doma
- 14:00 Jezevec  
TV film (ČR, 1976)
- 14:40 Šance
- 15:55 To je vražda, napsala VII  
Rodinné šperky
- 16:45 Cestování
- 17:15 AZ-kvíz
- 17:40 Černé ovce
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 Kde domov můj?
- 18:55 Události za okamžik a počasí
- 19:00 Události
- 19:50 Branky, body, vteřiny



- 20:00 **Vraždy v kruhu**  
TV seriál (ČR, 2016). Školní rok končí pro septimány tragicky. Všichni měli zavražděnou třídní učitelku rádi. Opravdu? Hrají: I. Trojan, R. Krajčo, H. Vagnerová, M. Němec, J. Štrébl, A. Petřeková

- 21:20 2 plus 1 s Miroslavem Donutlím  
Cyklus povídek (ČR)
- 22:19 Výsledky losování šťastných 10
- 22:20 Šťastné údolí II (6/6)
- 23:10 Columbo
- 00:25 AZ-kvíz
- 00:50 Máte slovo s M. Jilkovou
- 01:55 Na stopě
- 02:15 Dobré ráno
- 04:50 Kluci v akci
- 05:30 Události v regionech

**ČT2**

- 13:05 Folklorika
- 13:35 Tisíc let české myslivosti
- 14:00 Evropa dnes
- 14:30 Život Muhammada (3/3)
- 15:30 Klíč
- 16:00 Český žurnál
- 17:05 Sto divů světa (10/13)
- 18:00 Příběhy 20. století
- 18:25 GEN – Galerie elity národa
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Na pomoc životu – rakovina v rodině
- 19:15 Islandská peříčka
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



- 20:00 **Kamera na cestách: Benátky, ostrovní klenot**  
Romantické dostaveníčko na pobřeží Jaderského moře

- 21:00 **Útěky na Kostariku (1/3)**
- 21:55 **Jak se fotí Praha**
- 22:25 **Vládnoucí bratrančí ve válce (1/2)**
- 23:25 **Souvěslostí Jana Pokorného**
- 00:25 **Dům z karet II (9/13)**  
Seriál (USA, 2014)
- 01:15 **Válečné projekty třetí říše**
- 02:00 **Stopy, fakta, tajemství**
- 02:30 **Chcete je?**
- 02:35 **Z očí do očí**
- 03:05 **Nás venkov**
- 03:20 **Tři životy trnky**
- 03:50 **Postní meditace**
- 04:10 **Žijeme s vírou**

**NOVA**

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:25 Krok za krokem II (10)
- 12:50 Ordinance v růžové zahradě 2 (95)
- 14:00 Mentalista II (1)
- 15:00 Mentalista II (2)
- 15:55 Kriminálka Miami VIII
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Co na to Češi
- 18:25 Ulice (3353)
- 19:30 Seriál (ČR, 2017)
- Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



- 20:20 **Mise nový domov**  
Tereza Pergnerová a Tomáš Mareš pomáhají rodinám v těžkých životních situacích. Změní osud Michala, který právě přišel o otce a jeho dům se zahradou jsou obrazem beznaděje?

- 21:40 **Okresní přebor (13)**  
Komedijní seriál (ČR, 2010)
- 22:15 **Okresní přebor (14)**
- 22:50 **Námořní vyšetřovací služba: New Orleans II (12)**
- 23:45 **Vražedná čísla V (16)**
- 00:35 **Mentalista II (1, 2)**
- 02:05 **Kriminálka Miami VIII**
- 02:45 **Krok za krokem II (9)**
- 03:20 **Černá listina II (2)**
- 04:00 **Ordinance v růžové zahradě 2 (95)**

**PRIMA**

- 12:15 Polední zprávy
- 12:30 Jake a Tlustoch (22)  
Asi budu muset změnit pláň
- 13:30 **Policie Hamburg IX (3)**  
Mimo kontrolu
- 14:30 **Komisař Rex VII (10, 11)**  
Krimiseriál (N/Rak., 2002)
- 16:35 **Odpolední zprávy**
- 16:50 **Policie v akci**
- 17:50 **Prostřeno!**
- 18:55 **Zprávy FTV Prima**
- 19:25 **Krimi zprávy**
- 19:40 **Divošky**
- 19:55 **TOP STAR**



- 20:15 **Modrý kód (58)**  
Seriál (ČR, 2017). Jste na urgentním příjmu. Začíná boj o život. Na urgentu nemocnice Rubava zachraňují životy mladým lidem, které jejich koníček mohl připravit o život. Hrají: S. Laurinová, M. Němec, R. Zach, I. Chmela a další

- 21:35 **Show Jana Krause**
- 22:45 **Já, Kajínke**
- 23:55 **Policie v akci**
- 00:55 **Komisař Rex VII (10)**  
Krimiseriál (N/Rak., 2002)
- 01:55 **Komisař Rex VII (11)**  
Krimiseriál (N/Rak., 2002)
- 02:55 **Rosamundo Pilcherová: Sen jednoho léta**  
Romantický film (N, 2004)
- 04:25 **Policie Hamburg IX (3)**  
Krimiseriál (N, 2015)

**PRIMA COOL**

- 12:20 **Futura II (12)**
- 12:50 **Simpsonovi XX (3-6)**
- 14:50 **Teorie velkého třesku IV (12)**  
Využití kalhot do autobusu. Sitcom (USA, 2011)
- 15:20 **Teorie velkého třesku IV (13)**  
Obstrukce v autě lásky. Sitcom (USA, 2011)
- 15:50 **Futura II (13)**
- 16:10 **Hvězdná brána III (4)**
- 17:10 **Top Gear II**
- 18:20 **Simpsonovi XX (7, 8)**
- 19:20 **Simpsonovi XX (9, 10)**



- 20:15 **Námořní vyšetřovací služba L. A. VIII (4)**  
Krimiseriál (USA, 2016). Hrají: Ch. O'Donnell, LL Cool J, D. Ruahová a další

- 21:25 **Teorie velkého třesku IV (14)**  
Sitcom (USA, 2011)
- 21:50 **Teorie velkého třesku IV (15)**  
Sitcom (USA, 2011)
- 22:20 **Partička**
- 00:05 **Partička**
- 00:50 **Alias II (16)**  
Seriál (USA, 2002)
- 01:45 **Agresivní virus (3)**
- 02:45 **Applikace**
- 03:10 **Alias II (16)**
- 03:55 **Applikace**

**ÓČKO**

- 06:00 Ranní fresh
- 09:00 Zpátečka
- 10:00 **Óčko hity**
- 12:00 **Óčko news**
- 12:05 **Óčko hity**
- 13:00 **Óčko trendy**
- 14:00 **Óčko news**  
Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neuteče
- 14:05 **Óčko trendy**
- 15:00 **Óčko news**  
Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neuteče
- 15:05 **Mixxer show**



- 17:00 **Óčko news**  
Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neuteče

- 17:05 **Óčko trendy**  
Aktuální klipy
- 18:00 **Smash!**
- 18:05 **Óčko trendy**  
Aktuální klipy
- 19:00 **Óčko news**  
Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neuteče
- 19:05 **Óčko trendy**  
Top 10 klipů podle diváka Óčka
- 20:00 **Óčko hity**  
Klipy nonstop
- 21:00 **ČZ & SK**  
České a slovenské klipy
- 22:00 **Óčko flirt**  
Proud klipů se vzkyazy diváků Óčka

# Adventní kalendář

## Získej dárek každý den

více na [www.alza.cz/vanoce](http://www.alza.cz/vanoce)



### Pro žehlení na cestách

## PRINCESS®

-23 %

**Princess 01.332846.01.001**  
Cestovní napařovač oděvů  
Nahřátí za necelých 40 s  
Vertikální i horizontální napařování  
Adaptér pro použití běžné láhve na vodu



~~1299,-~~  
**999,-**

obj. kód: PRIPG001

### Foto náčiní všude s sebou

## VANGUARD

-48 %

**Vanguard fotobatoch VEO 42 černý**  
Praktický batoh na foťák a příslušenství  
Pojme několik objektivů i notebook  
Navržen pro snadný přístup k fotoaparátu  
Ergonomicky tvarovaná záda



~~2 490,-~~  
**1 290,-**

obj. kód: OW222b

### Na výživné smoothie

## concept

spotřebiče pro skutečný život

**Concept SM-3050 Fresh&Nutri smoothie mixér**  
Domácí smoothie mixér 1 500 W  
6 programů, jednoduché ovládání  
Tritanová nádoba 2 l  
Možnost nastavení doby mixování



**5 999,-**

obj. kód: SPTsc1897

### Na těsto i ovoce

## BOSCH

-23 %

**Bosch MUM 55761**  
Dynamický planetární pohon  
900W motor, 7 možností nastavení rychlosti  
Míchací mísa 3,9 l, mixér 1,25 l  
Systém EasyArm Lift, bohaté příslušenství



~~9 490,-~~  
**7 299,-**

obj. kód: EAV3145a

### Koš, který má styl

## KIS

**KIS Koš na prádlo Chic Hamper Laundry bag**  
Stylové koše na prádlo  
Objem 45 a 60 l  
Pevný plast  
Jednoduchá údržba



**od 349,-**

obj. kód: KIS0039

# Všechny dárky vyřešíte na [alza.cz](http://alza.cz)

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

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 29. 11. 2017 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na [www.alza.cz/reklama](http://www.alza.cz/reklama). Aktuální ceny najdete vždy na [www.alza.cz](http://www.alza.cz). Dárky jsou dodávány pouze do vyčerpání zásob.

Sloupek

MARTIN  
DANEŠ

KAVÁRENSKÝ POVALEČ



# KŘIDÝLKO, NEBO GOULASH

Kdykoli mi nějaký Francouz vypráví o své návštěvě Prahy, hýří superlativy: Krásné město, jedno z nejhezčích v Evropě! Uším Pražáka jeho slova lahodí – až do chvíle, kdy se zachmuří a dodá: Bohužel jídlo tam není nic moc. Když jsem nedávno přicestoval do Prahy v roli tlumočnicka skupiny francouzských učňů, znělo mi tenhle refrén v uších, i rozhodl jsem se věnovat gastronomické osvětě. Den po přeletu jsem svých

Citát

**Francouzům budou určitě chutnat špagety carbonara.**

17 svěřenců přivedl na oběd do jedné z pražských restaurací. Číšníkům nápad, že „Francouzům budou určitě chutnat špagety carbonara“, jsem zamítl a objednal 17 svíčkových na smetaně. Za chvíli jsem pozoroval, jak chlapi koupou maso v omáčce tak dlouho, až jim na talíři zbudou tři suché knedlíky. Vysvětlil jsem jim, že knedlík sám o sobě žádnou chuť nemá, proč by místo masa měli do omáčky namáčet knedlík. V dalších dnech si mí Francouzi pochutnali na: guláši, vepřových výpečcích se zelím, hovézím na česneku se špenátem, několika druhích knedlíků a zemiabě! Zapíjeli to pivem z půllitru. Krátce před návratem si v kantýně učiliště na Zeleném pruhu, kde ve všední den obědvali, měli vybrat mezi třemi jidly: špagetami, jakousi čínou a krutím gulášem s knedlíkem. Všichni do jednoho zvolili guláš; jen jeden se jídla skoro nedotkl, po ostatních ale zbyly jen nablýskané talíře. Tak jsem přišel na to, že nechut Francouzů vůči české kuchyni není žádná fatalita, pokud to člověk od počátku vezme pevně do ruky.

www.martindanes.com

Dopisy a vzkazy

## Spojte se!

Jen těžko se bude opakovat příznivější doba pro opětné sloučení našich levicových stran ČSSD a KSČM. Obě jsou oslabené, mají obdobné preference a tak jako tak je čekají velké změny. Spojením se posílí a aktivizuje členská základna, vzroste význam společného parlamentního klubu a tím i celého levicového elektorátu. Zlepší se i materiální základna sjednocené strany. ČSSD už nebude muset křečovitě hledat kadry do vedoucích funkcí a KSČM se elegantně zbaví názvu, se kterým se velká část společnosti nesmířila. Cílem komunistů je stejné socialismus.

MILAN TOMÁŠEK, PRAHA 8

## Co ostatní dveře?

Jak pomoci přetížené předvánoční pražské MHD? Co třeba malá kampaň pro osvětlu, jak vystupovat a nastupovat do tramvají? Většina cestujících používá k výstupu a nástupu jen 1. a 2. dveře soupravy. Uvedené chování neskutečně zdržuje provoz a dokáže prodloužit jízdní dobu spoje až o pět minut.

ZBYNĚK ŠTÍBR

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

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

Výrok dne



**„Jednota je vždy produktem rozmanitosti.“**

PAPEŽ FRANTIŠEK

hlava katolické církve se v největším barmském městě Rangúnu zúčastnila mezináboženského setkání a šla se s vlivným, ale současně kontroverzním buddhistickým vůdcem.

Slovo dne

## KANTÝNA

(Ze sloupku Martina Daneše na této straně)

Menší prodejna potravin a nápojů na pracovišti nebo v kasárnách; jídelna, stravovna, výčep

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



INZERCE

# HOROSKOP

na středu 29. 11.

**Finanční TERNO!**  
Nechcete rozbít prasátka? Rozbijte Bank!  
Kdy, kde a jak? Zná odpovědi!

Numerolog **Béda**

Zavolejte mi na **906 70 30 35** nebo mi napište SMS na číslo **904 30 55** s kódem **57VAJ** a ptejte se!

	<b>Beran</b> 21/3–20/4		<b>Váhy</b> 23/9–23/10
	<b>Býk</b> 21/4–21/5		<b>Štír</b> 24/10–22/11
	<b>Blíženci</b> 22/5–21/6		<b>Střelec</b> 23/11–21/12
	<b>Rak</b> 22/6–22/7		<b>Kozoroh</b> 22/12–20/1
	<b>Lev</b> 23/7–22/8		<b>Vodňář</b> 21/1–20/2
	<b>Panna</b> 23/8–22/9		<b>Ryby</b> 21/2–20/3

**Beran** 21/3–20/4  
Pokud vás dnes přepadnou nějaké pochyby ohledně partnerovy věrnosti, zůstaňte v klidu. Dokud nemáte důkazy, nic neřešte.

**Váhy** 23/9–23/10  
Partner vás dnes požádá o pomoc v určité věci. Projevte ochotu a uvědomte si, kolik toho dělá on pro vás. Udělejte mu radost.

**Býk** 21/4–21/5  
Nesmíte se stále bát, že váš vztah nedopadne dobře. Takovými myšlenkami si rozhodně nepřivážete. Ode dneška myslíte pozitivně!

**Štír** 24/10–22/11  
Láska nemusí mít jen podobu románců z červené knihovny. Dnes si to připomeňte. Nestěžujte si partnerovi na deficit romantiky.

**Blíženci** 22/5–21/6  
Už nějaký ten den nejste ve své kůži a projevuje se to v častých nedorozuměních s protějškem. Vysvětlete mu, jak se cítíte.

**Střelec** 23/11–21/12  
Nezadané osoby budou v tyto dny zajímat jedinci, kteří jsou intelektuálně na výši. Dnes budete chtít někoho takového oslovit.

**Rak** 22/6–22/7  
V partnerském vztahu si dnes ujasněte, co je pro vás důležité. Zbavte se tím mnoha starostí a všechno se dost zjednoduší.

**Kozoroh** 22/12–20/1  
Některým z vás se nedaří přes veškerou snahu najít partnera. Může to být příliš vysokými nároky. Popřemýšlejte dnes nad tím.

**Lev** 23/7–22/8  
Ve středu se vám potvrdí, že vztah není jen o sexuálním jiskření. Pokud má vydržet, musí v něm být i velká blízkost srdcí.

**Vodňář** 21/1–20/2  
Nejspíš dnes bouchnete rukou do stolu a řeknete, co jste už dlouho měli na jazyku. Váš protějšek se nebude stačit divit.

**Panna** 23/8–22/9  
Budte rádi, že máte tak tolerantního a laskavého partnera. Vaše dnešní únava pro něj bude impulzem k láskyplné péči a něze.

**Ryby** 21/2–20/3  
Samí víte, jak bolí zklamání, které vám připraví milovaného člověka. Dnes se nad sebou zamyslete. Nechystáte něco takového?

Řešení sudoku

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

Anketa

Půjdete na rozsvícení vánočního stromu v Praze?

Vojtech  
Hu

Jestli tam dojdu.  
Cestou cíná moc  
stánků se svařákem.

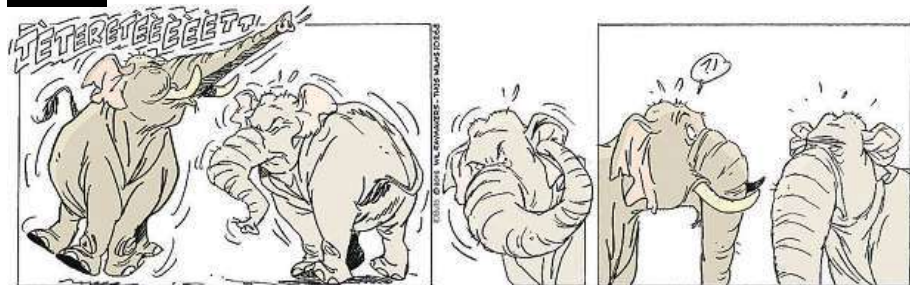
Ondra  
Schild

Počkám si na všední  
den, třeba v úterý  
večer to bude fajn.

Hana Haňule  
Hofová

Určitě ne, jinde  
stromčeky taky jsou  
a taky svítí.

Komiks



## Vánoční láska

Potká vás? Taroty odpoví!

Pište SMS ve tvaru **15TUB**  
a svou otázku na číslo **904 30 46**

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

# Když se řekne mouka...

... nejspíše se vám vybaví základní surovina pro křehké a nadýchané moučníky. Ale víte vlastně, jak poznat její kvalitu a kde se o ní dozvědět další důležité věci? Web [akademiekvality.cz](http://akademiekvality.cz) vám poradí.

## Jak poznám kvalitní mouku?

Mouka by měla mít vyrovnanou barvu a granulaci. Když k ní přičichnete, neměli byste cítit žádné další pachy. Odstín mouky se liší podle toho, z jakého druhu obilí je vyrobená. Mouky pšeničné mají bílou barvu s nažloutlým odstínem. Tmavé jsou o něco tmavší a jejich odstín je žlutošedý. Mouky celozrnné mají hnědavý nebo načervenalý odstín, žitné jsou pro změnu šedobílé se zelenomodrým odstínem.

## Moučné trendy

Středoevropskou raritou je výroba žitného chleba a kynutých knedlíků. Typická je též příprava moučníků z třených a šlehaných těst. K tomu jsou třeba hrubé a polohrubé mouky. V současné době jsou světovým trendem velmi jemné hladké světlé mouky. Technologické výhody takové mouky je možné využít pouze moderní technologií přípravy těsta a kvasů. Nelze ji tedy používat např. při vaření a jiném kuchyňském zpracování. Také už umíme vyrobit deglutenizovanou pšeničnou mouku. Nové jsou i výrobky s vysokým obsahem rozpustné vlákniny – glukanu.



Více o kvalitních potravinách naleznete na webu [akademiekvality.cz](http://akademiekvality.cz)



## Význam mouky ve výživě

Někteří lidé z důvodu alergie na lepek obsažený v některých obilnách výrobcích nemohou takové potraviny konzumovat. Tato komodita však slouží jako zdroj jednoduše dostupné energie ve formě škrobu, který je velmi snadno a rychle stravitelný. Velká část obilovin je navíc pěstována pro krmné účely. Bez nich bychom tedy neměli produkty živočišné výroby, jako jsou maso, mléko či vejce.

## Mouka a lepek

Nejrozšířenější obilovinou využívanou na potravinářské produkty je pšenice. Jedinečné vlastnosti jí zaručuje lepek. Ten je ale terčem kritiky, protože někomu způsobuje zdravotní problémy. Mlýnský a pekárenský průmysl proto inovoval některé výrobky do bezpečných alternativ.



## Co všechno musí být na obalu mouky?

Na obalu nebo etiketě musí být uveden název skupiny a podskupiny výrobku, které jsou definovány ve vyhlášce pro mlýnské obilné výrobky, těstoviny, pekařské výrobky a cukrářské výrobky a těsta, ve znění pozdějších předpisů. Dále složení, hmotnost, výživové hodnoty, doporučené podmínky skladování, název výrobce, datum min. doby trvanlivosti výrobku a také alergenní složky.

# STŘIHNĚTE SI 3x ŠKODU FABIA

## A TISÍCE DALŠÍCH SKVĚLÝCH CEN

Naše kvalita vyhrává! Nakupujte potraviny označené logy kvality, loga vystřihujte a nalepujte na herní karty. Poznáváte kvalitní potraviny a soutěžte s chutí o tři Škody Fabia a sto tisíc cen až do 14. 1. 2018. Herní karty ke stažení a více informací na [akademiekvality.cz](http://akademiekvality.cz)!

[akademiekvality.cz](http://akademiekvality.cz)

## mBank. Jak vybrat půjčku

S manželem uvažujeme o tom, že bychom si rádi zrekonstruovali celý byt, což je pro nás finančně náročné. Půjček je velká řada, kterou si vybrat? **Sárka**

Rekonstrukci bytu můžete snadno pořídit pomocí půjčky, respektive spotřebitelského úvěru. V současné době je například náš produkt mPůjčka Plus jedním z nejvýhodnějších spotřebitelských úvěrů na bankovním trhu. mBank nyní garantuje nejnižší nabídku mezi půjčkami. Roční procentní sazbu nákladů (RPSN) půjčky snižuje oproti konkurenční nabídce ještě o 0,2 %.

**Martin Podolák, ředitel úvěrového portfolia mBank**

# Hotely. Praha očima turisty

V prvním měsíci příštího roku, konkrétně 26. ledna 2018, se otevřou pro místní obyvatele na jednu noc dveře mnoha hotelů v Praze. Tento den a večer otevírají hoteliéři již podruhé své hotely pro obyvatele čtvrti, ve kterých podnikají.

Smyslem akce je poděkovat místním obyvatelům za vstřícnost k turistům, nabídnout jim nový zážitek v jejich městě, ale také zdůraznit, jak cestovní ruch přispívá ke zlepšování jejich životní úrovně. Hosté budou mít možnost nahlédnout do zákulisí hotelů, setkat se se zajímavými lidmi nebo jen strávit romantickou noc ve svém městě. Poodhalit pokličku hotelového provozu a objevit, co vše hoteliéři dělají pro životní prostředí, udržitelnost života ve svých městech a šíření dobrého jména daných destinací.

Organizátorem projektu Noc hotelů je Asociace hotelů a restaurací České republiky (AHR ČR) ve spolupráci s Magistrátem hlavního města Prahy. V Praze asociace spolupracuje s agenturou Prague City Tourism, Správou Pražského hradu, Národní galerií a Muzeem hlavního města Prahy, kteří se do projektu zapojují nabídkou zlevněných vstupů na vybrané památky.

**Rezervace si mohou zájemci udělat na webových stránkách [www.Nochotelu.cz](http://www.Nochotelu.cz).**

Akci zpestří zajímavý doprovodný program v každém hotelu, připraveny budou také speciality šéfa kuchyně. Hosté ale mohou také využít tuto akci pro romantický pobyt, aniž by se společenských aktivit účastnili. Noc hotelů bude možno zakoupit i jako dárkový voucher pro své blízké. Zájemci si mohou rezervovat dvojlůžkový pokoj za sym-

bolické ceny 777 Kč, 999 Kč nebo 1111 Kč pro dvě osoby včetně snídaně, DPH a všech poplatků.

„Jsme rádi, že se akce po minulém ročníku rozšířila na další města a stane se jistě do budoucna stejnou tradicí jako například Noc muzeí, kostelů apod. Věříme, že tato akce bude příležitostí objevit a zažít něco nového pro všechny naše hosty. Zároveň bychom chtěli nechat hosty nahlédnout pod pokličku našich hotelů, protože hoteliéři se nestarají pouze o svou obsazenost, ale každý z našich kolegů se snaží dělat také něco navíc, pro své okolí, životní prostředí a pro potřebné. Není také tajemstvím, že cestovní ruch zároveň generuje mnoho pracovních a obchodních příležitostí pro obyvatele města,“ uvedl k akci Václav Stárek, prezident AHR ČR.

NOC HOTELŮ

n g



INZERCE

**NUANCE**  
LA MAGIE DE FRANCE

## ZAČÍNÁ ZLATÁ ÉRA VAŠÍ KRÁSY

### ZLATÁ MASKA NUANCE

Vysoká koncentrace účinných látek v nejjednodušších rostlinných extraktech

- Okamžitý zpevňující účinek
- Sametově hebká, vláčná a rozzářená pleť
- Zlatá barva díky přírodnímu výtažku z jantaru

**NOVINKA**

Exkluzivně v lékárnách **Dr.Max\***

84 % žen by doporučilo ZLATOU MASKU NUANCE kamarádce.\*  
\*Výsledek spotřebitelského testu na vzorku 102 žen.



# Odměny budou, až do Česka dorazí oficiální dopis od MOV

**Devět set tisíc korun si rozdělí bronzová ženská biatlonová štafeta ze Soči.**

S dodatečnými bronzovými olympijskými medailemi za štafetu z her v Soči 2014 se české biatlonistky mohou těšit i na finanční odměnu. Až Český olympijský výbor (ČOV) obdrží oficiální dopis od Mezinárodního olympijského výboru (MOV), vyplatí zpětně přemii dle tehdejších pravidel.

Eva Puskarčíková, Gabriela Koukalová, Veronika Vítková a Jitka Landová si rozdělí 900 tisíc. Česky získají dodatečně bronzové medaile ze štafety, neboť původně druhé Rusky byly diskvalifikovány kvůli dopingy Jany Romanovové a Olgvy Viluchinové.

„Je to dobrá zpráva. Biatlonistky medaile pravděpodobně dostanou, ale pro Český olympijský výbor to ještě není oficiální. Musíme po-

čkat nejprve na oficiální dopis od MOV a potom samozřejmě na medaile, neboť je musejí vrátit Norky. A ty to určitě neudělají, dokud nebudou mít ty stříbrné od Rusek. Takže to zřejmě potrvá,“ uvedl sportovní ředitel ČOV Martin Doktor.

Šéftrenér biatlonistů Ondřej Rybář pochybuje, že sportovci, kteří už mají doma medaile, je vrátí. „Asi budou muset vyrobit další nové medaile a poslat je sem závodníkům,“ řekl Rybář Radiožurnálu ve švédském Östersundu, kde v neděli smíšenou štafetou začala nová sezona Světového poháru.

Olympijský výbor letos už dodatečně udělil bronzové medaile zápasníkovi Marku Švecovi za hry v Pekingu 2008 a oštěpaři Vítězslavu Veselému z olympiády v Londýně 2012. Také oni dostali dodatečnou finanční odměnu od Českého olympijského výboru. „Možná bychom do budoucna měli v rozpočtech na odměny počítat s vyššími částkami kvůli těmto důvodům,“ dodal Doktor s úsměvem. **ČTK**



Jitka Landová při olympijské štafetě v Soči v roce 2014 MAPRA

## Medaili radši vyhodí

Bývalá biatlonistka Jana Romanovová neohdla po diskvalifikaci ruské štafety vrátit stříbrnou medaili z olympijských her v Soči.

„Pokud se nedočkáme spravedlivého řešení, raději vyhodím tu medaili na smetišť, než abych jí vrátila Mezinárodnímu olympijskému výboru,“ řekla 34letá Ruska, která již ukončila kariéru.

„Tu medaili jim nikdy nevrátím. MOV rozhodl bez důkazů. Prošla jsem množstvím dopingových kontrol, které prováděla Světová antidopingová agentura i Ruská antidopingová agentura,“ uvedla Romanovová, pro kterou bylo štafetové stříbro ze Soči jediným medailovým úspěchem z velkých světových akcí v kariéře.

Ruská biatlonová unie už uvedla, že za svými závodníky stojí a bude jejich čest hájit na všech možných frontách. Včetně arbitráže.

## USK. Jedou na horkou půdu do Maďarska

Basketbalistky ZVVZ USK Praha se od 18.00 v Evropské lize utkají s dosud největším překvapením soutěže Šoproni. Maďarský celek je nečekaně na druhém místě skupiny A. České mistryně potřebují na palubovce soupeřek zvítězit, aby se na Šoproň dotáhly. V opačném případě na ni budou ztrácet už dvě výhry. **ČTK**

## Bárta. Německý tým vymění za nejlepší stáj ČR

Po odchodu z elitního německého týmu Bora-Hansgrohe bude pětinašobný český mistr v cyklistické časovce Jan Bárta jezdit za nejlepší domácí stáj Elkov Author. Smlouvu s kontinentálním týmem podepsal brzy třiatřicetiletý účastník všech tří Grand Tours až do olympijského roku 2020. Kyjovský rodák jezdil za německý tým od jeho založení v roce 2010. **ČTK**

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

### Práce - nabídka

• Přejmeme paní na úklid adm. budovy na ul. Vídeňská (u ústř. hřbitova). Prac. úvazek PO a ČT od 7:00h do 9:00 h. T: 604785750

### KADERNÍCI. Obáváte se EET? S Kadeřnictvím 100 CZK nemusíte. Platíte vysoké náklady za materiál a pronájem? U nás nebudete.

Vydělávejte díky Platformě Kadeřnictví 100 CZK bez starostí, v éase, který vám bude vyhovovat. Budeme respektovat vaše osobní i pracovní závazky. Příspěvky na zdravotní a sociální pojištění. Volejte 772 000 100 linka 101 nebo 602 756 417. Mail: L.FISEROVA@100CZK.CZ [www.100czk.cz](http://www.100czk.cz)

### Starožitnosti

• Koupím starý nábytek z chrom. trubek, dřevěný i dýhovaný, obrazy, hodiny, šavle, i celé pozůstatosti, 777886860, nabytek.kuri@seznam.cz

### Intimní

E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, tech. zajišťuje Materna, jen pro starší 18let, 1sms/50Kč vč DPH; 1min/90Kč vč DPH, [www.emabz.cz](http://www.emabz.cz), [www.platmobilem.cz](http://www.platmobilem.cz)



• **SEXY MAMINY.** Vyber si podle fotky. Sačí poslat SMS ve tvaru 36HXC a text na 909 15 50  
• Mladá vdova Lenka 34. Probuď ve mně ztracenou touhu... Zavolej na 909 90 99 25 nebo mi napiš SMS na 909 15 40 s kódem 17LPX a tvůj text!

**SEX BEZ CITŮ**  
Monika 28.  
Tel: 909 801 801 kód AAD49



• Zbavím tě ostychu a potěším tě nejen na duši. Zn:Všechny ročníky! **Zažij sexuální uragán s Magdou 58.** Zavolej mi na 909 80 50 40 nebo mi rovnou napiš SMS na číslo 909 15 45 s kódem 93SBS a tvůj text!

**TOMÁŠ ŘEPKA**  
DĚKUJU

## Řepka vydává své Děkuju

Bývalý fotbalový obránce reprezentace a Sparty Praha Tomáš Řepka vydává tento týden knihu s názvem Děkuju. Napsal ji ve spolupráci s novinářkou Janou Ciglerovou. Podle něj se v ní nevyhýbá žádným tématům. **ALBATROS**



# vlasové hnojivo

Husté složení,  
hustý výsledek



**STOP**  
nadměrnému vypadávání vlasů<sup>1,2,3</sup>

**STOP**  
pomalému růstu vlasů<sup>1,3</sup>

**STOP**  
lámavým a třepivým vlasům<sup>1,3</sup>

doplněk stravy s křemíkem, 1zinkem, <sup>2</sup>vitaminem B5, <sup>3</sup>biotinem a MSM

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