

Black Friday



a **alza.cz**

Více na www.alza.cz/black-friday



GENERÁLNÍ
PARTNER



mastercard.

Nákupy Ona Dnes

17.—23.
5. 2021

WWW.NAKUPYONADNES.CZ

**SLEVOVÉ
KUPONY**
NAJDETE

12. 5.
ŽENA A ŽIVOT

17. 5.
MF DNES

20. 5.
MAGAZÍN
DNES+TV

Plat'te kartou
Mastercard v mobilu.
Rychle, bezpečně,
bezkontaktně.



CHARITATIVNÍ
PARTNER



PORADATEL

Nákupy
OnaDnes

KDO SI ZAHRAJE NA MS? ROZHODNE SE V PRAZE

NA ZÁPASY ČESKÝCH HOKEJOVÝCH HER BUDE MOCT TISÍC LIDÍ STRANA 9

metro



Úterý, 4. května 2021

Č. 84, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Květoslav

[mojemetro](#) | [denikmetro](#)



Když půjdete po ulici sami, tak bez roušky

Rozvolňování. Od pondělí 10. května budou moci kromě obchodů otevřít řemeslné služby, lanovky nebo cestovky. **Testy.** Ve firmách i během června. **Očkování.** Jeho tempo je pomalejší, než vláda slibovala STRANA 2



Velký návrat lidí do muzeí. Rozestupy i přísná hygienická opatření

Po několika měsících mají lidé od včerejška možnost individuálně navštívit muzea. Souvisí to s rozvolněním epidemických opatření. Návštěva expozic bude možná za dodržování přísných hygienických podmínek, omezen bude také počet návštěvníků. Na snímku je pobočka Muzea a galerie Orlických hor v Sypce, kde návštěvníky přivítala stálá interaktivní expozice věnovaná zaniklým řemeslům a místní přírodě.

ČTK



Tempo očkování trochu drhne

Přednost dostanou vysokoškolští pedagogové, ale je v tom problém.

Od včera se mohou na očkování přednostně registrovat akademičtí pracovníci. Kódy určené pro ně budou platné do poloviny června. Podle předsedy České konference rektorů Petra Skleničky je ale problém v tom, že jsou upřednostněni pouze pedagogové.

„Někdo chtěl použít hezké slovo, použil akademičtí pracovníci, ale neuvědomil si, že to má specifické konotace. Akademičtí pracovníci jsou pouze pedagogové, když to zjednoduším,“ poznamenal Sklenička. Do částečného kon-

taktu s jinými lidmi například z kolejí však přicházejí také jiní pracovníci VŠ. Na základních a středních školách naproti tomu dostali vakcínu i nepedagogičtí pracovníci.

Očkování zatím jde pomaleji, než se plánovalo. Exministr zdravotnictví Jan Blatný prohlásoval, že v dubnu se dostane tempo vakcinace nad sto tisíc podaných dávek denně. Dosavadním maximem je 77 181 dávek z posledního dubnového čtvrtka. V pracovní dny obvykle dostalo některou dávku očkování kolem 60 tisíc lidí, o víkendech kolem 20 tisíc. Zlepšení by mohlo nastat po otevření dalších větších očkovacích center (viz box). Obě dávky vakcíny dostalo již přes milion lidí, aspoň první dávku necelých 2,2 milionu zájemců. **MET**



V centru v Ústí vakcínu může dostat až 1800 lidí denně. **ČTK**

Až sedm tisíc lidí denně

V hale O2 Universum v pražské Libni včera začalo fungovat velkokapacitní očkovací centrum. Výhledově by mělo být schopné naočkovat sedm tisíc lidí denně. Ústřední vojenská nemocnice, která zajišťuje provoz centra, v prvních dnech plánuje podat vakcínu dvěma tisícům zájemců.

- Další nové očkovací centrum je v Ústí nad Labem, kde však nahradilo stávající očkovací místo, které bylo v nemocnici. Nově je možné přicházet pro vakcínu do bývalého univerzitního areálu. V Ústeckém kraji lze jít i do dalších tří center – v Litoměřicích, Mostě a Rumburku.

Nejenom malé prodejny, ale i řada provozovatelů služeb otevře v nejbližší pondělí. Firmy budou zaměstnance testovat až do začátku prázdnin

Rozvolňování protikoronavirových opatření v Česku pokračuje. A to od pondělí 10. května.

- Vláda kromě maloobchodu uvolní i opravy obuvi, autobazary, autosalony, fotografické služby, provoz lanovek, stělnice, ale také provoz solárií. Fun-

govat budou znovu smět také hodinářství, zlatnictví, truhlářství, služby péče o dítě do tří let věku v denním režimu, pobočky budou moci otevřít cestovní kanceláře a agentury.

- Otevrou se i školy v dalších krajích. Kvůli horší situaci

vláda ještě ve čtvrtek zváží postup ve Zlínském a Jihočeském kraji a na Vysočině.

- Ochranu úst a nosu venku bude nutné nosit jen tam, kde dochází ke shlukování lidí a není možné dodržet dvoumetrový rozstup, řekl ministr

zdravotnictví Petr Arenberger. **Ve střediscích volného času a základních uměleckých školách** se mohou ode dneška setkávat vevnitř skupiny tří dětí, venku dvaceti.

- Testování ve firmách bude pokračovat i celý červen. Zaměst-

nanci budou muset podstupovat testy dál jednou týdně. Povinné testování pokračuje i na úřadech, u neziskových organizací a u živnostníků.

- Do lázní budou moci jako samoplátcí přijíždět na zdravotní pobyty také lidé po očkování.



Zlobí se

Ministr kultury Lubomír Zaorálek (na snímku) kritizuje návrh na uvolňování covidových opatření v kultuře, který dostal od ministerstva zdravotnictví. Oblast podle něj diskriminuje proti ostatním odvětvím i tím, že vyžaduje od diváků nákladnější PCR testy. Šéf zdravotnictví Petr Arenberger věří v dohodu. **MAFRA**

Krátce

Vyrazte na hrady

Ode dneška mohou lidé začít navštěvovat hrady a zámky ve správě státu. Národní památkový ústav přidá k zahradám a parkům, které jsou otevřeny od 12. dubna, především hradní areály, které si lidé mohou prohlížet bez průvodce.

Snadnější cesty

Naočkování, kteří cestují do ČR ze států se středním a vysokým rizikem, nebudou muset absolvovat po příjezdu negativní test na koronavirus. Na Twitteru to oznámil ministr zahraničí Jakub Kulhánek. **ČTK**

Vteřinový protest

Kuriózní zásah si včera odpoledne připsali středočeští záchranáři, kteří vyjžděli do Mladé Boleslavi. Ekologická aktivistka si tam přilepila ruku na silnici vteřinovým lepidlem a blokovala tak jeden jízdní pruh v ulici U Stadionu. **IDNES.cz**



Na střední školy se hlásí 84 tisíc uchazečů

Ve středních školách včera začalo období přijímacích zkoušek. Na čtyřleté obory se konal první termín jednotných přijímacích testů, které ale letos kvůli epidemii covidu-19 mohly školy nahradit školními přijímacími zkouškami. V případě, že škola nemá převis zájemců, mohla uchazeče přijmout i bez zkoušek. Jednotné přijímací testy zůstaly povinné jen na víceletých gymnáziích, kde budou zítra a ve čtvrtek. Kvůli koronaviru uchazeči museli před zkouškou předložit negativní test na covid-19, ne starší než sedm dní. Výjimku mají očkování nebo ti, co prodělali onemocnění v posledních 90 dnech. Při zkouškách jsou povinné roušky, školy musí zajistit dezinfekci a větrání. Podle informací Cermatu se letos k jednotným přijímačkám přihlásilo asi 84 tisíc uchazečů, asi o 10 tisíc méně než loni, kdy byly tyto zkoušky povinné. Snímek je ze SPŠ elektrotechniky a informatiky v Ostravě. **ČTK**

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, palác koruna, Praha 1

Seznámení

- Je mi 45 let jsem bez dětí a bydlím v Brně. Poslouchám hezkou hudbu, čtu pěkné knihy a hlavně jezdím k moři a mám rád wellness. Rád bych poznal svobodnou nebo rozvedenou ženu z Brna ve věku 37 až 48 let. Napiš mi nebo zavolej na tel: 605980380. Teším se na hezkou schůzku. Ivo.

Zálohované obaly od pití? Ne, Česko se dál drží kontejnerů

Na Slovensku budou plastové nápojové obaly od následujícího roku vykupovat. Co kus, to dvanáct eurocentů. U nás je zatím systém vratných lahví v nedohlednu.

Nezmačkáte, neslisujete, vložíte do automatu. Za vrácenou petku vám přístroj vytiskne potvrzení, tím pak zaplatíte u pokladny. Způsob, který zatím funguje v desíctce evropských států, další se k němu připojí. Česko se křehčovitě drží bezplatného vyřazování do sběrných kontejnerů, o němž tvrdí, že je nejdokonalejší na světě. Přitom někteří výrobci se nápojům v plastových vratných obalech nebrání, někteří je už dokonce mají.

Supervratný obal? Sud!

„Patnáct procent naší produkce míří do vratných obalů,“ říká Jannis Samaras, majitel Kofoly. Část populárního nápoje, který vznikl v šedesátých letech minulého století v Československu jako alternativa západních colových nápojů, se stáčí do menších

skleněných lahví. Protože se kofola čepuje i v restauracích, plní ji výrobce také do sudů. „A sudy, to je v podstatě nekonečné využívání jednoho obalu,“ komentuje koloběh takového obalu Samaras.

Návrat na zkoušku: zpět šlo skoro 80 procent

Pilotní projekt vratných PET lahví na minerálky spustili přesně před rokem společně výrobce Mattoni a on-line distributor potravin Košík.cz. Teď zkušenosti vyhodnocují. Funguje to tak, že si zákazník může z nabídky vybrat nápoje karlovarských minerálek ve vratném nebo nevratném obalu. To se týká třeba i nově prodávaných minerálek v plechovce, ty jsou výhradně vratné. Pokud zákazník koupí zálohovanou lahev a neslísuje ji, kurýr Košíku ji od něho při další návštěvě vybere a na účet připiše zpět tři koruny za kus. „Téměř osmdesát procent všech zakoupených nápojů od tohoto výrobce bylo právě ve vratných lahvích,“ komentuje úspěšnost projektu Tomáš Jeřábek, generální ředitel Košíku.

Aby šlo petku vracet, musí být jako vratná nejen deklarovaná, ale i vyrobená. Protože nelze míchat jiné druhy plastů nebo jejich barvy. „Problém byl také v tom, že jsme museli najít v Evropě zpracovatele těchto použitých lah-

Žluté mýty

30

Statistiky sběrných společností vykazují téměř 70procentní „recyklaci“ plastových obalů. Doopravdy se ze žlutých kontejnerů využije pro následnou výrobu nových věcí odhadem jen třicet procent odložených lahví a dalších obalů.

40

Do žlutých kontejnerů míří asi čtyřicet nejruznějších druhů plastů, většina se na další recyklaci využít nedá.



Zatím nevratné METRO

V Evropě za tři koruny

V roce 2030 bude povinný podíl recyklátu v nápojových plastových obalech 30 %.

- Průměrná výše zálohy za aluminiou plechovku či PET lahev je v Evropě kolem tří korun.
- Před rokem 1989 byla záloha na lahev (pivo, víno, mléko, nealko) 1 koruna.
- Pokud by se stanovila cena lahve podle poměru ceny piva desítky v roce 1980 (1,70 koruny) a záloha na lahev, mohla by teď záloha být kolem šesti až 10 korun.

ví, protože v Česku se tím zatím nikdo nezabývá,“ popisuje „porodní“ problémy Antonio Pasquale, majitel Mattoni 1873.

V kotlích a na skládkách

Výrobce minerálek se příští rok dostane do zajímavé pozice. Zatímco u sousedů na Slovensku se na zavedení nového systému Mattoni dokonce podílí – petky se budou vybírat bez ohledu na barvu, tloušťku materiálu či výrobce – Česko dělá mrtvého brouka. Ministerstvo životního prostředí, Svaz měst a obcí a společnost EKO-KOM, která zajišťuje kontejnery po ce-

lém Česku, jsou však proti. „Česko má jeden z nejlépe fungujících systémů na třídění obalů,“ argumentuje resort životního prostředí.

Jenže už neuvádí, že jen část petek se použije dál. Ovšem ne na opětovnou výrobu nápojových obalů, ale na dřív, ze kterých vznikají například fleecové bundy, případně slouží po dalším zpracování alespoň zčásti jako palivo v cementárnách. Jinak míří PET lahve na skládky. Výrobci tak plní své nápoje do petek, které jsou vyrobeny z nových surovin, a recyklace obalů se tak nápojových obalů vůbec netýká.

Otočí se možná i třicetkrát

I když při zpracování vratných petek vznikají nějaké ztráty, do oběhu se při výrobě nových vrací kolem osmdesáti procent původního materiálu. „Bez ztráty kvality se podle našeho odhadu mohou vratné plastové lahve otočit v celém recyklačním cyklu až desetkrát,“ říká ředitel Košíku Jeřábek.

Antonio Pasquale z Mattoni 1873 odhaduje koloběh optimističtěji, pokud se bude vracet všechno a nepoškozené a také se zlepši technologie. „Může to být až třicetkrát, kdy bude lahev obíhat,“ věří Pasquale. **PAVEL HRABICA**

INZERCE



C. BECHSTEIN
Pianocentrum Praha

AKČNÍ CENA!!!

CASIO
PX S1000
~~17.850 Kč~~
14.990 Kč

- černá / bílá / červená
- červené provedení k dostání nyní pouze v C. Bechstein Pianocentrum Praha!

Pianocentrum Praha

+420 702 120 059
paha@bechstein-europe.com
www.facebook.com/PianocentrumPraha
www.bechstein.com/centren/praha



DOPRAVA ZDARMA!

Covid vám odhalí z očí



Zhává novinka zatím vychází na velké peníze. PROFIMEDIA.CZ

Němečtí vědci propojili chytrý telefon s detekcí zánětu spojivek.

Speciální aplikaci, která ze snímků očí dokáže rozpoznat, zda jste nakaženi koronavirem, vyvinula mnichovská společnost Semic RF s pomocí amerických kolegů.

Test netrvá déle než tři minuty a podle vývojářů aktuálně vykazuje 95procentní úspěšnost. „Aplikace Semic EyeScan umí z fotografie rozpoznat takzvaný syndrom růžového oka, tedy zánět spojivek. Ten je jedním z příznaků nemoci covid-19,“ uvádějí mnichovští vývojáři.

Namísto nekomfortního výtěru nosní sliznice tak postačí v aplikaci vyfotit obě oči, fotografie odeslat a vyčkat na vyhodnocení. „Výsledek lze následně uložit v podobě QR kódu přímo do smartphonu testovaného člověka,“ přibližuje Wolfgang Gruber, výkonný ředitel Semic RF. „Správný odstín záně-

tu doprovázejícího nemoc covid-19 se podařilo izolovat z více než dvou milionů různých odstínů růžové,“ doplňuje.

Aplikace, kterou společnost otestovala na více než 70 tisících lidí, v současnosti zvládne za jednu sekundu zpracovat až milion fotografií. Její kapacitu lze podle Grubera ještě navýšit. To znamená, že tento alternativní způsob testování na covid by mohl najít uplatnění třeba na sportovních zápasech či koncertech.

Nyní aplikace Semic EyeScan prochází běžným schvalovacím kolečkem u amerických úřadů a Gruber věří, že do konce května by ji mohla společnost v USA i nasadit. Cílovou skupinou jsou však výhradně společnosti a komerční uživatelé. Tomu odpovídá i měsíční poplatek: Semic RF si hodlá účtovat 480 eur, což v přepočtu činí bezmála 12,5 tisíce korun. Vyloučené nicméně není ani pozdější rozšíření mezi jednotlivce, o výši poplatku se však v tomto případě společnost nezmínila. **IDNES.cz**

Dobré zprávy. Ve Vídni i Aténách

Koronavirová situace se zlepšuje po celé Evropě. Vybrali jsme nejzajímavější „rozvolňovací“ novinky ve čtveřici zemí.

Slovensko

Nově platí, že při cestě do zaměstnání již značná část obyvatel nepotřebuje potvrzení o negativním výsledku testu na koronavirus. Test je nadále až na výjimky potřebný pro lidi, kteří navštíví různé kulturní akce, jejichž konání ve většině okresů nově povolil úřad hlavního hygienika. Například v interiérech ale může počet návštěvníků dosáhnout maximálně 150 lidí, nanejvýš ovšem polovinu kapacity provozu.

Řecko

Lidé opět mohou usednout na zahrádky restaurací a kaváren, ovšem musí dodržovat poměrně striktní pravidla. Jedním z nich je zákaz reprodukování hudby, aby se hosté vzájemně dobře slyšeli a nemuseli se k sobě přibližovat. **ČTK**

Zákazníci jsou dále povinni pouze sedět u stolů, které by měly být v bezpečné vzdálenosti od sebe. Obsluha se musí jednou týdně samotestovat a nosit roušky. Podniky mají také nařízeno zavírat před jedenáctou večer, aby mohl být dodržen zákaz vycházení.

Rakousko

Metropole Vídeň ukončila koronavirovou uzávěru, která platila od začátku dubna. Otevřít mohou obchody a vybrané služby, restaurace zůstanou prozatím uzavřeny. Lockdown končí také v přílehlých Dolních Rakouších, zatímco Burgenland opatření uvolnil již před týdnem.

Francie

V zemi končí omezení cest mezi jednotlivými regiony. V druhé půli května má následovat otevření kulturních institucí a obchodů. Začátkem června přijdou na řadu vnitřní prostory restaurací a sportovišť. **ČTK**



Neznala kompromis

Věděli jste, že přídomek „Železná Lady“ přířkl Margaret Thatcherové (1925–2013) sovětský list Krasnaja zvezda? Faktem je, že britská premiérka byla nemilosrdně řízná hned od nástupu dne 4. května 1979. Velkou Británii, jež byla v 70. letech ochromená vlnami stávek a požadavky odborů, postavila během 11 let v úřadu na nohy. Cena za úspěch byla bolestivá. Tři miliony nezaměstnaných, uzávěry těžkého průmyslu a masivní privatizace stále budí velké kontroverze. **HAL**

Krátce

Hrdí hoši končí

V Kanadě ukončila činnost krajně pravicová skupina Proud Boys – Hrdí hoši. Její odnož působí rovněž ve Spojených státech, kde byla zapletena do lednových nepokojů v sídle Kongresu.

Zátah na darknet

Německá policie a prokuratura úspěšně zasáhly proti serveru Boystown, jedné z největších platfo-

rem s dětskou pornografií na světě. Měla statisíce členů a působila na takzvaném darknetu, nevezřejné části internetu.

Školkou povinné jsou nevinné

Děti ve školkách nejsou přenašeči koronaviru, naopak vychovatelé jsou nakaženi častěji. Vyplývá to z výsledků studie univerzity v bavorském Würzburgu. **ČTK**

Číslo dne

80

Velšský zpěvák Tom Jones se stal nejstarším mužem, který se kdy dostal na vrchol britského žebříčku alb. Požehnané 80letý hudebník dosáhl rekordu s deskou Surrounded By Time a překonal tak předchozího držitele, amerického písničkáře Boba Dylana. Ten loni na jaře ve svých 79 letech opanoval britskou hitparádu s albem Rough And Rowdy Ways.



Vítejte zpět

Po půl roce pobytu na Mezinárodní vesmírné stanici ISS se pomocí lodi Crew Dragon Resilience společnosti SpaceX vrátila na Zemi čtyřčlenná americko-japonská posádka. Američtí astronauti Michael Hopkins, Victor Glover (na snímku vlevo) a Shannon Walkerová a japonský astronaut Soiči Noguči byli účastníky historicky první plnohodnotné mise vesmírného plavidla vlastněného soukromou společností. Loď bezpečně přistála ve vodách Mexického zálivu u břehů USA, což dokládá snímek vpravo. **AP**



Sudoku

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

Luštěnka

M	P	A	L	A	
	1				
J	Ě	V	Š	A	L
		2			
V	Í	Č	K	A	S
				3	
K	O	L	A	Ž	R
		4			
V	N	Á	T	R	Í
					5

Přeházejte písmena a vyjdou vám slova. Ta doplňte do prázdného řádku pod písmeny.

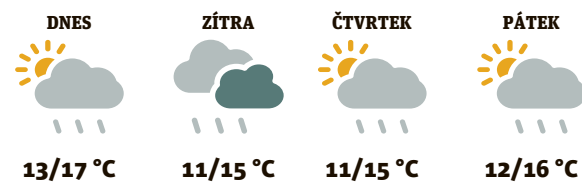
1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Napište svou bublinu



„Naše včelka Mája na počátku mája.“
ZDENĚK STEHNO
Facebook

Počasí



Teplotní rekordy: ↓ -0,3 °C (1864) ↑ 28,8 °C (1977) Bio: ❤️❤️❤️



NAPADÁ VÁS VTIPNÝ POPISEK?
Napište bublinu a reagujte na sloupek na: www.facebook.com/denikmetro

TV tipy

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>16.40 Cestománie</p> <p>17.15 AZ-kviz</p> <p>17.40 Černé ovce</p> <p>18.00 Události v regionech</p> <p>18.25 Kde domov můj?</p> <p>19.00 Události</p> <p>19.56 Branky, body, vteřiny</p> <p>20.10 Strážmistr Topinka (1/13)</p> <p>21.00 Černí baroni (5/11)</p> <p>21.55 Marta a Věra (7, 8/8)</p> <p>22.55 Komici na jedničku</p> <p>23.55 Kriminální</p> <p>00.55 AZ-kviz</p> <p>01.25 Zajímavosti z regionů</p> <p>01.50 Na stopě</p> <p>02.15 Dobré ráno</p> <p>04.45 Móda s Terezou Vu</p> <p>05.15 Černé ovce</p> <p>05.30 Události v regionech</p>	<p>16.00 Království divočiny: Bělokur horský</p> <p>16.30 Psi – úžasná zvířecí rodina</p> <p>17.20 Burgundsko, srdce Francie</p> <p>18.15 Českem nejen za sportem (2/8)</p> <p>18.50 Vesnice Bohnice</p> <p>19.00 Cyklotoulky</p> <p>19.15 Cesty víry</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Stealth: Neviditelná letadla</p> <p>21.00 Den vítězství v Evropě</p> <p>21.50 Provinciální městečko E</p> <p>23.20 Grantchester III (5/6)</p> <p>00.05 McMaife (8/8)</p> <p>01.05 Střední Evropa je svobodná</p>	<p>15.55 Dr. House V (9)</p> <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.30 Co na to Češi</p> <p>18.30 Ulice (4047)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Anatomie života (17)</p> <p>Nalezec. Seriál (ČR, 2021)</p> <p>21.30 Míse nový domov</p> <p>22.40 Víkend</p> <p>23.40 Dr. House V (8)</p> <p>00.30 Dr. House V (9)</p> <p>01.20 Castle na zabítí VIII (9)</p> <p>02.00 Míse nový domov</p> <p>03.05 Co na to Češi</p> <p>03.45 Ordinance v růžové zahrádě 2 (937)</p> <p>04.45 Novashopping</p>	<p>15.55 Policie v akci</p> <p>16.55 Krimí zprávy</p> <p>17.15 LIKE HOUSE</p> <p>17.50 Prostřeno!</p> <p>18.55 HLAVNÍ ZPRÁVY</p> <p>19.40 Krimí zprávy</p> <p>19.55 SHOWTIME</p> <p>20.15 Slunečná (102)</p> <p>Tajemství. Seriál (ČR, 2020)</p> <p>21.35 7 pádů Honzy Dědka</p> <p>22.50 Rozpal to, šéfe!</p> <p>23.35 LIKE HOUSE</p> <p>00.10 Policie v akci</p> <p>01.05 Námořní vyšetřovací služba XIII (12)</p> <p>02.00 Policie Hamburk (15)</p> <p>03.00 Policie Hamburk (16)</p> <p>04.00 Prostřeno!</p> <p>05.35 Pohoda u krbu</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 Zpátečka</p> <p>10.00 Óčko hity</p> <p>13.30 Óčko trendy</p> <p>14.30 FORMUJ SE S MOTTUČI</p> <p>14.35 Óčko trendy</p> <p>15.00 Mixxxer Live</p> <p>17.00 Óčko hity</p> <p>17.30 Smartmania</p> <p>17.35 Óčko hity</p> <p>18.00 Top 5</p> <p>18.30 Óčko hity</p> <p>19.00 Moje desítka</p> <p>19.50 Óčko hity</p> <p>21.00 CZ & SK</p> <p>22.00 Naked Attraction</p> <p>22.30 Óčko flirt</p> <p>1.00 Tattoo Fixers</p> <p>1.30 Óčko flirt</p>

JAKUB KOHÁK

OBDIVOVATEL



Sloupek

PADEDÉ A PADE

Už jako malý chlapec jsem pohybově vynikal. Bavily mě sporty, běhání a vůbec hýbání se obecně. K tomu jsem měl hudební sluch a smysl pro rytmus, takže je logické, že moji maminku na okamžik napadlo, že bych byl výborný baleták.

Tatínek to samozřejmě okamžitě zarazil, ba co víc, jako odvetu za takové maminkino pomýšlení mě přihlásil do boxerského oddílu TJ Praga, kam jsem rok a půl docházel k legendárnímu trenérovi Rudolfu Obidovi. Tak tedy skončil můj osobní „Billy Elliot“ příběh, ale jak se říká, co se má stát, stane se. Rohovník se ze mne nestal, třebaže trenér ve mně viděl grandiózní boxerský talent, ovšem baletní svět se mi před pár dny přiblížil takřka na dosah. Tedy – abyste rozuměli – nebudu se ve věku, kdy už žádný baletní mistr dávno netančí, pokoušet

o novou kariéru! To se bát nemusíte! Jde o to, že v rámci natáčení filmu Lásky na špičkách musí naše herecká skupina absolvovat několik tanečních tréninků, aby se později na natáčení neztrácel čas s nácvikem.

Citát

Nadrtili jsme se několik sestav, které vypadají zároveň parádně i komicky.

A tak jsem již dvakrát se svými hereckými kolegy navštívil Tap Academy, kde pod vedením tanečního lektora pronikáme do tajů baletu, ladných pohybů a estetiky. Nadrtili jsme se několik sestav, které vypadají zároveň parádně i komicky. Já jako filmař samozřejmě vím, že naše tancování bude ve výsledném filmu prostrháváno dalšími záběry na diváky a jiné herce, a že tam z toho nezůstane skoro nic, ale i tak tu lopotu podstupují a remcám jen malinkato. Uvědomuji si totiž, že máme velké štěstí. Můžeme se protáhnout, zablblnout si a zaskotatit... Kolikrát se nám to v životě ještě poštěstí? A tak vděčně navlékám legíny, kotníky zatepluji pletenými návleky a slibuji si, že to padedé se, než mi bude pade, naučím na výbornou.

Anketa

f Jak předcházíte únavě?



Jaroslava Pitařová
Spím pravidelně jako miminko a sportuji jako dospělák.

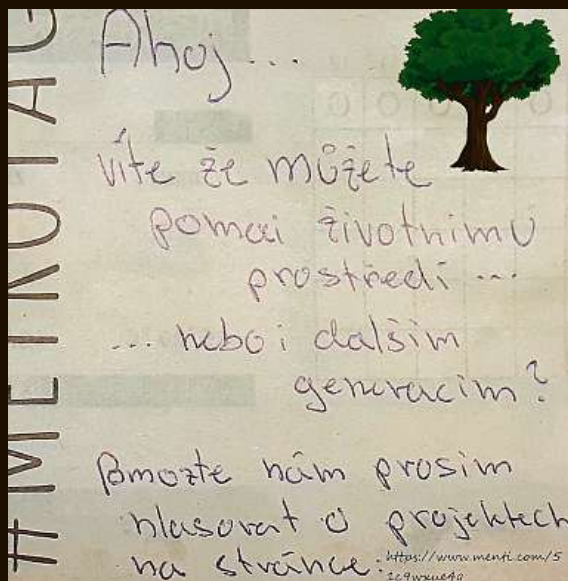


Vladimír Cekota
Houbařením v horách, ale zatím nerostou.



Marcela Sochová
Kvalitním spánkem a poté vydatnou ranní sprchou.

@mojemetro



Vojta Vrtílek je student gymnázia a na srdci má prima věc. „Zajímá mě volba lidí mezi třemi projekty pro pomoc přírodě. Jde o znalosti ohledně výsadby národních stromů či vystavení naučné stezky,“ píše Vojta. Pomůžete mu, když vyplíte a vyplníte odkaz na stránce www.menti.com/51c9wxe4q.

#METROTAG

Tohle je místo na váš vzkaz! Do žlutého rámečku napište přání, výzvu, básničku nebo něco namalujte. Výtvar vyfotíte a sdělíte s hashtagem #METROTAG na svém Instagramu. Vzkaz lze poslat i jako zprávu přes Facebook nebo e-mailem na mms@metro.cz. Váš výtvar dáme do novin!

Dopisy a vzkazy

Můj povzdech nad moderním Mozartem

V poslední době uvedlo Národní divadlo Praha na ČT Art dvě klasické opery v novém, moderním nastudování. Diváci a posluchači, kteří uvedené opery viděli v minulosti, a mohou tedy porovnávat, mohli být z této moderní rezie zděšení. Hudba a výborné pěvecké výkony byly jedinou záchranou inscenací, které jinak byly urážkou autorů Giuseppe Verdiho a Wolfganga A. Mozarta. Jednoznačně negativní hodnocení hudebních kritiků a komentáře posluchačů by měly být varováním pro vedení Národního divadla, že cesta k inovaci klasických děl vede k jejich znehodnocení. Opery, které jsou uváděny na světových scénách několik století, si takové „moderní“ pojetí nezaslouží.

JIŘÍ SOBIŠEK

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

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

Řešení sudoku

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

Řešení luštěnky

ALKAN

Komiks

Stripoff..... Jakozen

Náš mistr se na pozici vládního poradce dlouho neohřál.



Přeci jen je to jiný styl práce, jiné tempo, jiná pravidla a priority...



Když jsme se ho ptali, jaké si z toho můžeme vzít poučení, dlouze se zamyslel,...



... a pak nám doporučil, abychom důsledněji používali tu alternativní meditační polohu z podzimu.



honza-smolik.com

Chirurgžka: Měla jsem i štěstí



MUDr. Olga Pokorná

ARCHIV O. P.

Ženy v oboru chirurgie byly ještě před 25 lety nejenom u nás výjimkou. Situace se ale mění a počet žen lékařek, které se věnují tomuto fyzicky a časově náročnému oboru vzrůstá. Jednou z těch, které se prosadily v oboru, který býval dříve výhradně doménou mužů, je i chirurgžka brněnského Centra kardiovaskulární a transplantační chirurgie MUDr. Olga Pokorná.

Jaká byla vaše první transplantace a kolik jste jich už zvládla?

Svou první transplantaci srdce jsem absolvovala před šesti lety, a příjemcem byl 17letý kluk. Cítila jsem se skvěle. To je těžké popsat.

Transplantaci srdce považují za nejkrásnější a nejmagičtější operaci vůbec. První transplantaci ledviny si už nepamatuji, bylo jich hodně. Do hlavy se mi vryla zejména trojtransplantace, tedy srdce, játra a ledvina v jedné době. Byli jsme druzí na světě, kterým pacient přežil. Pak si také velmi dobře pamatuji transplantaci asi pětiletého chlapečka. Prodělal spoustu komplikací, ale vše zvládl a já ho dnes potkávám na kontrolách. Jeho osud je velmi pohnutý a tento příběh by sám vydal za román.

Je těžké obstát v konkurenci mužů chirurgů?

V roce 1995 bylo neobvyklé, aby si žena zvolila jako obor chirurgii nebo dokonce kardiochirurgii. Každý se na mě tenkrát díval jako na bílou vránu. Pamatuji si, že když jsem jednou odebírala játra v IKEM, přišel se na mě podívat jeden z jeho lékařů. Mám spousty docela vtipných historek, kdy třeba jeden z transplantačních koordinátorů v Ostravě považoval za odebírajícího chirurga řidiče sanitky, protože ho prostě nenapadlo, že by mohla přijet odebírat orgány žena. Obecně musím přiznat, že jsem se sice snažila, ale měla

jsem i štěstí. Teď už je to jiné. Z výuky vím, že je na fakultě stále větší zastoupení žen a samozřejmě začínají nastupovat na chirurgické obory. Myslím, že to není otázka pohlaví, ale povahy. Skloubit to s rodinou je samozřejmě trochu složitější, ale jde to.

Co je nejnáročnější na této práci?

Každá operace je náročná. Není normální řezat do něčeho a mít z toho ještě dobrý pocit. A řezat někomu do srdce je o to specifičtější. Ale dobrý pocit po každé dobře provedené operaci je odměnou. Vždycky říkám medikům: „Někdo skáče padákem, my operujeme srdce.“ Je to tak, jak říká můj primár: „V kardiochirurgii nelze dělat kompromisy.“ A já s tím naprosto souhlasím. Musíme odvést co nejlepší práci v co nejkratším čase. Nelze mít srdce zastavené nekonečně dlouho.

Proč je tak málo žen v tomto oboru?

Myslím, že teď už žen bude přibývat. Situace se pomalu mění a i sem začíná pronikat ženský element. Jen bych jim radila nepřipravovat se kvůli tomuto oboru o rodinu a děti. Zvládnout se to dá. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

Vizitka

Je první ženou, která u nás transplantovala srdce.

- Olga Pokorná pochází z lékařské rodiny, tatínek byl chirurg, matka pediatrička, o čtyři roky starší bratr je rentgenolog. Po lékařské fakultě nastoupila na II. chirurgickou kliniku ve FN u sv. Anny v Brně, kde během studia sbírala zkušenosti a učila se základy chirurgie. Tam byla přijata do pracovního poměru v roce 1995.

- V roce 1996 se dostala na dvouměsíční stáž do Miami Vaar Institute od Baptiste Hospital na Floridě, kde poprvé viděla operaci srdce. Ale v té době bylo nemyslitelné uvažovat o tom, že by jako žena takový obor mohla dělat.
- Po narození dětí se začala specializovat na cévní chirurgii a zároveň učila

na lékařské fakultě. V Centru kardiovaskulární a transplantační chirurgie začala pracovat v lednu 2005.

- Byla druhou ženou v ČR, která začala dělat kardiochirurgii.
- Kardiochirurgii vyučuje i na lékařské fakultě.
- Je členkou celostátní komise pro vrozené srdeční vady v dospělosti.

Sportujte. Ale nepřepalte svoje tempo

Hezké jarní počasí láká ven a s ním přibývá i pohybu. Což je výborná zpráva, protože sportování venku je to nejlepší, co pro své tělo můžete udělat.

Podle Světové zdravotnické organizace bychom se měli hýbat zhruba pětkrát týdně třicet minut. Pro začátek tato doba bohatě stačí, svaly si musí na pohyb zvyknout. Začněte chůzí, ta je pro tělo nejpřirozenější. Pokud se vám nepodaří ujit v rychlejším tempu celých 30 minut najednou, rozdělte si je do tří desetiminutových bloků a čas si hlídejte, vyhnete se tak nepříjemnému dojezdu bez energie.

Pokud půjdete například na kolo nebo na in-line brusle, nezapomeňte i na přípravu – protáhnout se, ztuhlé svaly rozhýbat a zahřát. Pokud to neuděláte, můžete si přivodit svalové bolesti i poranění kloubů. „Strečink je důležitý, především pokud začnete se sportem po dlouhé zimě. Zejména tento rok je to přímo nutnost – byly celou zimu zavřené posilovny,

a mnoho lidí tak sport zanedbávalo. Na základě toho mají více povolené svaly. Před sportem je důležité se zahřát, například rychlou chůzí, protažením všech končetin či během na místě. Dobrou volbou je i švihadlo. Po sportu se pak několik minut protáhněte,“ doporučuje osobní trenér Radek Laci.

I když sportujete, měli byste myslet na to, že hrozba nakažení covidem je stále všude kolem nás. A při pohybu je možnost nakazit se možná ještě o něco vyšší. Při pohybu se totiž z těla rychleji dostávají virové kapénky. Chránit bychom se měli nejen kvůli virům a dalším bacilům, ale také kvůli smogu ve městech.

„Ideální volbou jsou látkové nákrčníky, ve kterých se na rozdíl od roušek lépe dýchá, především při sportu. Jejich výhodou je, že pokud nosíte při sportu brýle, máte-li nákrčník, nezamlží se vám. Vybírejte takové materiály, které jsou pratelné a jsou vyrobeny z kombinace účinného filtru a baktericidního/virucidního materiálu, který

likviduje veškeré bakterie při střetu s jeho povrchem,“ říká Miroslav Pigan z Cube protect.

Kromě ochrany úst je dobré zvolit i rukavice, protože při sportu saháme na mnoho povrchů, navíc jsou ideální

volbou například při cyklistice. Myslete také na dostatečný pitný režim.

Zvýšená aktivita přispívá k odvodňování organismu a může hrozit dehydratace. Důležité je pít vícekrát po menších dávkách. Vypijete-li

najednou půl litru vody a pak půjdete běhat, můžete si přivodit žaludeční problémy. Pokud se chystáte na delší fyzickou aktivitu, můžete vodu vyměnit za izotonické nápoje, ty doplní tělu minerály a energii. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

Češi milují cyklistiku

Jarní počasí a kvetoucí příroda přejí všem venkovním aktivistům, což u cyklistiky platí dvojnásobně. Společnost Sazka provedla během dubna průzkum, kterého se účastnilo 1100 respondentů z celé České republiky ve věku 18 až 65 let.

- Dle odpovědí účastníků vyplývá, že celých 82 procent dotázaných se věnuje pravidelné jízdě na kole. Pouze šest procent přitom využívá kolo jako dopravní prostředek do práce, celých 82 procent respondentů se věnuje cyklistice ve volném čase a 12 procent Čechů dokonce jezdí v obou případech, tedy na cesty do zaměstnání i na příjezdky za relaxem.

- Z pohledu života ve městě se může zdát, že jsou v módě hlavně designová kola, ovšem jak ukazují nejčastější odpovědi účastníků průzkumu, opak je pravdou. Ve 46 procentech případů vládne v popularitě horské kolo.



Kam vyrazit na kole? ARCHIV

- „Zájem o kola každým rokem roste, díky covidové situaci je ještě více akcelarován, bohužel tato situace způsobila výpadky dodávek kol. Ovšem tento problém není jen v Česku, ale je celosvětový,“ říká Martin Kudrna ze společnosti Bikero.

- Asi největší předností jízdy na kole je možnost přizpůsobit vyjíždky různým potřebám, situacím i výkonnosti jednotlivců. A kam vyrazit? „Na našem portále Sport v okolí najdete tipy na cyklistické trasy, informace o probíhajících závodech, nábořech do klubů, a také sportovní rady od odborníků,“ říká Tereza Vyhňáková ze společnosti Sazka.



K rivalovi?

Čtvrtý fotbalový ligový šampion Slavia má brzy získat novou posilu. A to zvučnou. Do Slavia má namířeno spartánský záložník Srdjan Plavšić, jemuž v červnu vyprší smlouva. On sám však přesun na sociálních sítích popřel. Je to mimořádně pikantní novinka už kvůli tomu, že se zítra hraje znovu derby, tentokrát o postup do pohárového finále. Jako první o chystaném přestupu informoval web iSport.cz. **MAFRA**

Krátce

Látal v létě skončí

Trenér Radoslav Látal po domluvě s vedením klubu skončí po sezoně u fotbalistů Olomouce. V Sigmě nebude pokračovat ani jeho asistent Jiří Neček. Podle klubového webu Hanáci hledají nástupce.

Hokejisté na sever

Hokejový brankář Nick Malík bude v příští sezoně působit ve finském klubu Kookoo Kouvola. Devatenáctiletý gólman, který se již dvakrát představil na juniorském MS, podepsal na severu Evropy roční smlouvu s opcí. Útočník Michael Špaček odchází z mistrovského Trince do Frölundy. S týmem z Göteborgu podepsal dvouletou smlouvu.

Burnsův triumf

Golfista Sam Burns ovládl turnaj v Palm Harboru a připsal si první vítězství na okruhu PGA v kariéře. Čtyřiatřicetiletý Američan o tři rány porazil krajana Keegana Bradleyho.

Pobouřili ministra

Britský ministr sportu Nigel Huddleston odsoudil násilné protesty příznivců, kvůli kterým byl odložen nedělní zápas anglické fotbalové ligy mezi Manchesterem United a Liverpoolem. Nový termín zatím oznámen nebyl. Utkání se kvůli opatřením proti koronaviru mělo hrát bez diváků, ale před stadiónem protestovalo proti majiteli Joelu Glazerovi zhruba deset tisíc lidí. **ČTK**

Číslo dne

1000

Divácká kulisa během antukového grandslamu Roland Garros by měla být o dost větší než loni v září. Tehdy do areálu směřlo 1000 fanoušků denně. Tisícovka lidí bude moci nyní sledovat zápasy na každém ze tří hlavních kurtů.

Habanec. Má šanci na Tokio

Skateboardista Maxim Habanec má reálnou šanci startovat na olympijských hrách, kde jeho sport bude mít premiéru. Český závodník zabojuje o účast v Tokiu, kam se dostane 20 nejlepších jezdců v kategorii street, ve dvou kvalifikačních závodech v USA a Itálii. Habanec je třicátý. **ČTK**

Na MS chtějí také Vrána či Kubalík

Na zápasy Českých hokejových her bude moct přijít do O2 areny tisíc lidí.



Citát

Bude to pro nás těžké, ale budeme se snažit, aby všichni hráči z NHL dorazili co nejdříve.

PETR NEDVĚD, GENERÁLNÍ MANAŽER ČESKÉ HOKEJOVÉ REPREZENTACE

Česká hokejová reprezentace vstoupila včera v Praze do šestého týdne přípravy na mistrovství světa v Lotyšsku. Vedení národního týmu ale už zajímají dvě velké nadcházející akce. Příští týden se v hlavním městě konají České hokejové hry, kde už by se měl rodit finální tým pro šampionát, který začne 21. května.

Zápasy posledního turnaje série Euro Hockey Tour bude moct v O2 areně na základě výjimky od ministerstva zdravotnictví sledovat až tisíc diváků. Podmínkou bude negativní PCR test, který nesmí být starší 48 hodin. Turnaj se koná od 12. do 15. května.

„Všechny osoby v O2 areně budou rozděleny do tří skupin tak, aby nepřišly do vzájemného kontaktu,“ uvedl manažer reprezentace Jan Černý. Jednu skupinu budou tvořit hráči a realizační týmy, druhou skupinou budou dodavatelé služeb, zástupci policie, zdravotníci či hasiči, třetí novináři nebo diváci.

Fanoušci budou na tribunách sedět v rozestupech

a minimálně ob řadu. Český tým se v O2 areně utká už v tomto týdnu se Slovenskem, aktuálně ale není rozhodnuto, zda pro diváky budou platit stejná pravidla, nebo se zápasy uskuteční bez jejich přítomnosti.

Trenér Filip Pešán už pomalu nosí v hlavě varianty soupisek pro mistrovství světa. Radost mu může dělat fakt, že o účast na šampionátu se zajímá až osm hráčů z NHL.

Start předběžně přislíbili obránci Filip Hronek z Detroitu, Radim Šimek ze San Jose a Libor Hájek z New York Rangers a útočníci Dominik Kubalík a David Kämpf z Chicaga, Jakub Vrána s Filipem Za-

Širší soupiska

Trenéři účastníků letošního mistrovství světa v Lotyšsku mohou na turnajovou soupisku zapsat celkem 28 místo obvyklých 25 hráčů.

- Zastoupení jednotlivých postů je přitom čistě na nich, nemusí brát nutně tři gólmány. Dodatečně po zahájení šampionátu se k týmu může přidat šest hráčů. Každý tým má povolených 16 členů realizačního týmu. MS se hraje od 21. května do 6. června.

dinou z Detroitu a Filip Chytil z New York Rangers. Vedle útočníka Jakuba Voráčka z Philadelphie, jenž se již dřívě v rodinných důvodech omluvil, mužstvo nepošlání ani další forvardi Pavel Zacha z New Jersey, Tomáš Hertl ze San Jose či brankář Lukáš Dostál z Anaheimu. Zacha a Hertl se omluvili ze zdravotních důvodů, Dostál neuvolnil klub.

Posily z NHL se mohou teoreticky k týmu připojit až přímo v Rize. Musí ale absolvovat týdenní izolaci. Ta bude v Lotyšsku povinná pro všechny, i proto reprezentace do dějiště turnaje odcestuje už v sobotu 15. května po konci Českých hokejových her. **ČTK**

Tenis. Kvitová je už ve čtvrtfinále



Petra Kvitová **AP**

Tenistka Petra Kvitová se stala první čtvrtfinalistkou antukového turnaje v Madridu. Trojnásobná šampionka v osmi finále porazila Rusku Veroniku Kuděrmětovovou po setech 6:3, 4:6 a 6:4. „Jsem na sebe velice pyšná, každý set rozhodl jeden brejk. Byl to skvělý zápas,“ řekla Kvitová. **ČTK**



MAFRA

V Ostravě doufají v přítomnost diváků

Za měsíc začne zápasy ve skupinách v Ostravě turnaj Světového okruhu v plážovém volejbalu a organizátoři doufají, že se do hlediště dostanou aspoň v omezeném počtu i diváci. J&T Banka Ostrava Open vyvrcholí 6. června a bude poslední čtyřhvězdičkovou akcí, kde půjde získat body do olympijské kvalifikace. Do areálu v Dolních Vítkovicích by měli už víceméně s jistotou olympijské účasti přijet Ondřej Perušič s Davidem Schweinerem. Mezi ženami by neměl chybět nejlepší český pár Markéta Nausch Sluková s Barborou Hermanovou (na snímku), které mají rovněž blízko k postupu na olympiádu ze žebříčku. **ČTK**



Dodají vám sílu Amazonek

AMAZFIT

Amazfit GTS 2

Chytré hodinky s měřením tepu ze zápěstí
Fitness funkce pro sledování denní aktivity
Sledování stresu, monitoring spánku
Výdrž až 7 dní, vodotěsnost 5 ATM



-25 %

4 399,-
3 290,-

obj. kód: XI300i16a

Strniště zmizí jedním tahem

Gillette

GILLETTE Fusion 12 ks

Pánské náhradní hlavice s 5 břity
Hladké holení bez podráždění
Zvlhčující pásek zabraňuje zarudnutí
Úprava i těžko dostupných oblastí



-31 %

1 049,-
729,-

obj. kód: HOL059

A telka se bude vznášet blahem

alza ergo

AlzaErgo M305B Convey kloubový 37"-70"

Kloubový držák na televizi s nosností 50 kg
Systém uchycení pro zorganizování kabelů
Indikátor směru pro správnou instalaci
Vhodný i na prohnutou televizi



-50 %

1 290,-
649,-

obj. kód: AEY0964

Nový sestřih pro váš trávník

FERRIDA

FERRIDA GT 2325

Strunová sekačka s elektrickým pohonem
Výkon 250 W, držák kabelu, přídatná rukojeť
Ochranný kryt, bezpečnostní pojistka spuštění
Ideální na pozemky do 400 m²



-33 %

499,-
333,-

obj. kód: FRDGT004

Zahřeje vás jako psí kožíšek

HUSHY

Husky Breaker 3 Classic

Outdoorový stan pro 3 osoby s UV ochranou
Odolnost proti větru, plášť z kvalitního materiálu
Ventilace na vrcholku stanu, ukotvení přes očka
Integrovaná kapsa uvnitř, podlepená švy



-50 %

2 590,-
1 299,-

obj. kód: SPT14901smu

Poběžíte jako o závod

WalkingPad

WalkingPad R1

Motorový běžecký pás s rychlostí až 10 km/h
2 režimy, nosnost až 110 kg, dálkový ovladač
Tichý chod, zábradlí s držákem na telefon
Dvě kolečka a madlo pro snadnou manipulaci



-19 %

15 990,-
12 990,-

obj. kód: SPTnol654

Více na [alza.cz/black-friday](https://www.alza.cz/black-friday)

alza.cz

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

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 4. 5. 2021 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.