

# TOLIK NESLEVÍ. AS ŘÍM CHCE ZA SCHICKA MOC

ČESKÉMU FOTBALISTOVI SE KOMPLIKUJE PŘESTUP DO LIPSKA STRANA 7



# metro



Úterý, 9. června 2020

Č. 109, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slávi: Stanislava

mojemetro | denikmetro

# Nemocnice jsou pro hackery snadná kořist

**Útoky.** Vloni a letos vyšly české zdravotnictví na desítky milionů korun. **Každá pátá.** Přibližně dvacet procent nemocnic se setkalo s napadením počítačového systému. **V Rusku.** Raději píšou na strojích STRANA 2



## Voda přinesla zkázu. Blesková povodeň strhla most, jedna žena zemřela

Nedělní bouřky zvedly hladiny řek na východě Česka, nejvíc postižený byl Olomoucký kraj. Při lokálních povodních tam zemřela osmačtyřicetiletá žena, další lidé museli ze zatopených domů zachraňovat hasiči. Ve většině postižených obcí bylo poškozeno plynové a elektrické vedení, pod vodou skončily také některé silnice a v Oskavě voda strhla most. Na snímku je vidět spoušť v obci Šumvald.

ČTK





# Hacker nemá slitování s nemocnicí ani firmou

**Na desítky milionů korun vyšly české zdravotnictví loňské i letošní hackerské útoky.**

Před více než dvěma lety, ještě před zavedením ochrany osobních údajů pod názvem GDPR, prověřovali počítačová experti, jak dobře jsou chráněná patientská data ve velkých nemocnicích. „Při jednom z pokusů se podařilo proniknout během deseti minut do systému jedné z velkých pražských nemocnic,“ říká specialista na GDPR, která v té době poskytovala konzultace firmám i státním institucím. Redakce deníku Metro zná její jméno, přesto chce zůstat v utajení. „Při průniku se dostali až k ovládnutí chirurgického přístroje a zjistili, že mo-

hou ovlivnit jeho chod. Představte si, že by v daném okamžiku byl na operačním sále třeba prezident,“ říká specialista. Zranitelnost nemocnic se naplno projevila už loni. Napadení počítačů benešovské nemocnice vyřadilo z provozu například rentgeny či patientské záznamy.

Útoky pokračují i nyní. Během koronavirové epidemie pocítila vyřazení počítačového systému i brněnská Fakultní nemocnice. „Opakované útoky hackerů na nemocnice neustanou ani po zmírnění pandemie,“ říká expert na kyberbezpečnost Karel Obluk, který se podílel i na vývoji antiviru pro firmu AVG.

Při nedávném nouzovém stavu čelilo útokům hackerů hned několik českých nemocnic. V Benešově a v Brně byly jejich snahy ochromit systém úspěšné. Naopak pokusům prolomit ochranu ve Fakultních nemocnicích v Olomou-

**Miliardové škody**

**20**

Přibližně dvacet procent českých nemocnic (každá pátá) se loni setkala s napadením počítačového systému.

**500**

Na tolik miliard korun vyšly ve světě loňské hackerské útoky na zdravotnictví.

**Nedají se hacknout**

K záznamu zpráv a hlášení se v administrativě ruského prezidenta používají také psací stroje.

- Kreml před lety investoval peníze do nákupu elektrických psacích strojů. Nedají se napadnout hackery.

- Psací stroj je nezavíratelný. Je snadné identifikovat, na kterém psacím stroji byla konkrétní zpráva napsaná.

ci, Ostravě nebo Pardubicích se podařilo zabránit.

Proč jsou nemocnice tolik zranitelné? „Jde především o špatný stav technického zabezpečení. Nemocnice spíše vynaloží finance do zdravotnického zařízení než do bezpečnostních technologií,“ říká bezpečnostní specialista

ve společnosti Anect Zbyněk Malý a dodává, že během pandemie byl nemocnicí personál vystaven stresu a únavě.

Dalším problémem je i zranitelnost při home office. „Lidé mívají doma nechráněné wi-fi, sdílejí data přes špatně zajištěné osobní e-maily,“ říká Obluk. **PAVEL HRABICA**



## Přijímačky

K jedinému letošnému termínu jednotné přijímací zkoušky na střední školy zamířili včera uchazeči o čtyřleté maturitní obory. Na řadu škol je násobný převis přihlášek. Kvůli vládním opatřením proti šíření koronaviru mají letos zájemci o studium na složení zkoušky místo dvou pokusů jen jeden. Na snímku je matka, která objímá svého syna na Gymnáziu Jana Palacha v Praze před přijímací zkouškou. **ČTK**

**Krátce**

## Designér prohrál spor se škodovkou

Malíř a designér Vlado Vovkanič neuspěl ve sporu se společností Škoda Auto. Firma nemusí stáhnout z trhu vozy Kodiaq a Karoq a modely kol Vega a Triglav, rozhodl středočeský krajský soud. Neuznal Vovkaničovu žalobu, podle které Škoda vyrobila auta a kola na základě

jeho návrhů. Firma malířovo tvrzení od počátku odmítá, podle ní automobily vznikly na základě návrhů jejího designérského týmu.

## Křišťálová ruka Karla Gotta v Litoměřicích

Muzeum Křišťálový dotek v Litoměřicích vystavilo

otisk ruky Karla Gotta. Litoměřický sklář Jan Huňát získal otisk zpěváka tři měsíce před jeho smrtí. Následně jej přetvořil do křišťálové podoby. Sejmutí otisku ruky Karla Gotta se uskutečnilo v červenci 2019, tedy v době, kdy byl slavný zpěvák nemocný. Vedle nového otisku mohou návštěvníci muzea vidět otisk ruky Jaromíra Jágra, Václava Havla, Nicolase Wintona, Petera

Sagana, Arnošta Lustiga a jiných. Dalším snem skláře je odlitek ruky našeho nejlepšího judisty a olympijského vítěze Lukáše Krpálka a otisk papeže katolické církve Františka. **ČTK**

## Prší a je teplo

Během víkendu Česko zasáhly silné bouřky doprovázené deštěm. Podle meteorologů se tento týden ponese v podobném

duchu. Předpověď ukazuje teplé, ale deštivé počasí s občasnými bouřkami. Ode dneška do čtvrtka se denní teploty budou pohybovat kolem dvaceti stupňů. O víkendu se vyšplhají až k letním 27 stupňům Celsia. Aktuální počasí je ideální pro milovníky houbaření. Podle známého webu Nahouby.cz už začínají růst, a to především ve Středočeském kraji. **IDNES.cz a MAP**

## Breivik. Čecha vyšetří doktor

Miroslava Cirnfuse, který podle obžaloby na Facebooku podporoval teroristický útok Anderse Breivika v Norsku, nechá soud vyšetřit znalci z oboru psychologie a psychiatrie. Cirnfus, 57letý skladník, včera u pražského soudu odmítl vypovídat s odkazem na svůj zdravotní stav. Právník extrémista Breivik zavraždil v červenci 2011 celkem 77 lidí. Cirnfus podle obžaloby 29. července 2019 na Facebooku napsal „Bylo to krásné, ale bylo toho málo“. Za veřejnou podporu a propagaci terorismu hrozí Cirnfusovi pět až 15 let za mřížemi. Hlavní líčení bude pokračovat 28. srpna. **ČTK**



## Když kolem hlavy letí čtyřkilový sloní zub

O čtyřkilové sloní stoličce, jež málem trefila ošetřovatele, který samec mezi velbloudy byl neplodnější či proč má ošetřovatel černou ruku, když jde od tapírů. I to se mohou dozvědět návštěvníci liberecké zoo při komentované prohlídce. Zahradka je pořádá dvakrát denně v pracovních dnech, zoo komentované prohlídky zavedla od června a tyto akce mají zahradě pomoci nalákat návštěvníky, o něž přišla v souvislosti s koronavirem. **ČTK**

## Dovolená. Češi zamíří k moři

Velké cestovní kanceláře obnovily prodej zájezdů na léto. Exim Tours zatím nabízí Řecko, Fischer kromě Řecka prodává i Bulharsko. Alexandria začala s cestami do Bulharska, Chorvatska, Maďarska a na Slovensko. Navíc vybrané hotely a penziony vyhradila pro české zákazníky. Podle vyhledávače jachet Boataround.com bude mnoho Čechů trávit letošní léto také na jachtě. Většina lodí v Česku je do konce prázdnin rezervovaná. Portál eviduje za poslední tři měsíce meziroční nárůst počtu vyhledávaných jachet v ČR o 1780 procent. Velký zájem je i o lodě v Chorvatsku. **ČTK**





Jan Ivičič má pět hektarů vinic, na kterých vysadil 27 tisíc hlav révy.



Odrůda Neronet s hotelem Beatrice v pozadí

2x JAN IVIČIČ

# Víno je v souladu s přírodou, k topení používají své hosty

Když přijedete do vesnice Prušánky mezi Hodonínem a Břeclaví, odnavigujete vás cedule do vinařské vesničky Nechory, až do Vinných sklepů U Jeňoura. Tak se říká osobitěmu majiteli sklepů Janu Ivičičovi, který tu průkopnický postavil první pasivní hotel v Česku. Své první víno vyrobil už jako patnáctiletý koncem sedmdesátých let. V současnosti nabízí neotřelé odrůdy a hotel pojmenoval Beatrice. Podle babičky Boženy, která se narodila v americkém Stratfordu a byla takto oslovena spolužáký.

## Jak se vás dotkla krize?

Tak jako všech v tomto oboru. Po mrtvém lednu a únoru se měla konečně rozjet sezona, ze dne na den jsme vládním nařízením přišli o veškeré hosty a příjmy, ale náklady nám zůstaly. Naštěstí nás naši zákazníci podpořili alespoň nákupem vín z našeho e-shopu.

## Jak jsou na tom kolegové?

Ti, co známe, jsou na tom podobně. Protože byly zavřené restaurace, kavárny, vinárny a podobně, naši odběratelé z oboru gastronomie od vinařů neodebírali žádné víno a nikdo si je u nás nekupoval, protože nikdo nesměl nikam jezdit. Ve skladě máme pořád hodně loňského vína. Teď doufáme, že se vše vrátí do normálu.

## Jaká je letos sezona, jak révu hodnotíte jako vinař?

Letos se to jeví dobře. Sice by mohlo trochu zapršet, ale

## Citát

**„Na dovolenou, kam jezdíme s přáteli, si vždycky vezu asi padesát lahví vína.“**

JAN IVIČIČ, VINNÉ SKLEPY U JEŇOURA

vinohrady nezmrzly, a tak to vypadá na pěknou úrodu. Nedávno jsme prolamovali Pinot Noir a Dornfelder, abychom snížili počet hroznů. Tím dosáhneme menší úrody, ale zvýší se tím cukernatost, díky čemuž budeme mít lepší víno.

## Specializujete se na neotřelé odrůdy vína, co je vaší chloubou?

Rádi děláme červená vína, i když se říká, že na Moravě dobré červené udělat nejde. Červená vína však chtějí čas, nějakou dobu si poležet v bečkách a v lahvi, a teprve pak je na řadě konzumace. Spousta červených vín přichází na trh ještě příliš mladých, a to není ono. Pinot Noir jsme předloni poprvé nechali zrát v barikových bečkách, stejně jako Chardonnay, a Dornfelder jsme nechali na dřevě osmnáct měsíců. Loni jsme poprvé sklízeli Cabernet Cortis, který teď také zrabe na dubu, na ten se moc těšíme. Část hroznů jsme ve vinnicích nechali dozrát delší dobu a nyní z něj máme lahodné, sladké, příjemné ovocné růžové víno s přívlastkem výběr z bobulí. A z bílých vín máme rádi třeba Hibernal, který je krásně aromatický a ovocný, s leh-

kým zbytkovým cukrem, ale přitom má svěží kyselinku, která povzbuzuje k dalšímu napití.

## Vaše vína dozrávají bez postřiků, máte první pasivní hotel v ČR. Jak se žije v souladu s přírodou?

Máme několik rezistentních odrůd – Hibernal, Dornfelder, Solaris a Cabernet Cortis – které jsou odolné jak vůči mrazům, tak vůči plísním a houbovým chorobám. Část vinohradů stříkáme, tomu se nevyhneme, ale používáme jen nutné množství chemie, aby nekazila víno. Vinohrady zatravňujeme kvůli zadržování vody, v zahradě za hotelem, kde pěstujeme zeleninu a ovoce pro kuchyň, jsme vysázeli přes padesát stromů a v areálu našeho vinařství, v sadech a hotelu máme luční kvítí všude tam, kde je to jen možné.

## To vše kvůli suchu?

Opět kvůli vodě, ale také pro brouky, včely a jiná zvířata, pravidelně se tam pasou srnky a zajáci. Tím, že máme rodinný podnik, k tomu máme asi jiný vztah než velkopodniky a děláme, co můžeme, abychom byli k přírodě ohleduplní.

## Pomáhá vám nějak v tomto snažení stát?

Ne. Žádali jsme o dotace na stavbu pasivního hotelu, když ročně ušetříme spousty tun oxidu uhličitého, ale nic jsme nedostali. Stát dotuje asi jen ty větší podniky, proto jsou v okolí obří lány řepky.

Získat dotace je těžké a zavazující, jste neustále pod nátlakem úřadů a musíte splňovat jejich požadavky, což je nesvobodné. Navíc si myslím, že celý systém dotací je špatný. Někdo vybuduje vše vlastní prací, jiný dostane peníze od daňových poplatníků, které by šly využít smysluplněji.

## Řekněte nám něco k vašemu pasivnímu hotelu.

Před deseti lety jsme postavili první pasivní hotel v Česku – protože je to šetrnější k životnímu prostředí a odpadá povinnost vytápět jej tuhými palivy nebo plynem. Jde o dobře tepelně izolovanou konstrukci z polystyrenu, která se vylíje betonem. K vytápění hotelu využíváme rekuperační jednotku, která zajišťuje i dohřev užitkové vody. Zbytkový dohřev vody zajišťuje tepelné čerpadlo.

## Jak to funguje?

Jednoduše řečeno, nasávacím otvorem je do prostoru hotelu pomalu ventilátorem vháněn čerstvý vzduch, který prochází rekuperační jednotkou. V této jednotce se nasávaný čerstvý vzduch setkává odděleně s odsávaným vnitřním použitým vzduchem z hotelu. Použitý vzduch předá veškeré teplo vhněnému čerstvému vzduchu a je vyháněn ventilátorem z objektu. Současně se i tento použitý vzduch využívá k dohřívání užitkové vody v zásobnících. Tato užitková voda opačně zase dokáže dohřívát studený vzduch přicházející do objektu. Vše je řízeno jednodu-

chou automatikou. Teplo k dohřevu vydávají spotřebiče v prádelně či recepci a vydávají je samotní hosté, takže nemusíme topit, jen při tuhých zimách si pár dní v roce pomáháme elektrickým topením. Budova navíc pořád obměňuje vzduch, takže není potřeba větrat.

## Kdyby k vám přijel kamarád, co byste si otevřeli jen tak na dvoře?

Na osvěžení lehké bílé, třeba náš nový sekt, vyráběný tradiční metodou druhotného kvašení v lahvi, která se používá při výrobě šampaňského. A pak dobré vyzrálé červené, třeba Dornfelder nebo Pinot Noir či Neronet.

## Jaké víno byste dal ženě, se kterou jste desítky let?

Myslím, že je nejlepší dát ženě takové víno, které má ráda. Moje žena má ráda ovocný a aromatický Hibernal. Ale dávno neplatí, že ženy pijí jen sladká vína a muži suchá a červená.

## A bez jakého svého vína nikdy neodjedete na dovolenou?

Nikdy se neobejdu bez bublin – máme teď nové frizzante Zephyrus, lehké perlivé víno. Šumivá a perlivá vína jsou ideální vína ke každé příležitosti a nejen v létě skvěle osvěží. Na dovolenou, kam jezdíme s přáteli, si vždycky vezu asi padesát lahví vína.



PETR HOLEČEK  
petr.holecek@metro.cz





## Svatyně se otevírají

V Indii se včera znovu otevřela nákupní centra, restaurace, hotely i svatyně. Indická vláda se rozhodla opatření uvolnit i přesto, že v zemi za posledních 24 hodin přibylo rekordních 9983 případů infekce. V Dillí přicházejí věřící do hinduistických chrámů s obličejí zakrytými rouškami, stojí na značkách ve dvoumetrových rozestupech a u vstupu procházejí rámy, kde jim byla měřena teplota.

2x AP

# Chtějí zrušit městskou policii

**Příslušníci sboru by měli pomáhat obyvatelům jiným způsobem.**

Minneapolis se připravuje na postupné zrušení městské policie a její nahrazení systémem bezpečnosti, který bude zaměřen na preventivní programy či komunitní výpomoc. Uvedli to předsedkyně městské rady Lisa Benderová a její kolega Jeremiah Ellis. V USA existuje mnoho hnutí, která požadují rozpuštění či zásadní reformu policie, téma se nyní po smrti George Floyd stalo aktuální. Černocho Floyd zemřel před

14 dny právě v Minneapolisu při zatýkání, což vyvolalo rozsáhlé protesty nejen v USA, ale i ve světě.

„Chystáme se rozpustit minneapoliské policejní oddělení. Až to uděláme, tak ho jen neslepíme znovu dohromady. Chceme od základů přehodnotit to, jak přistupujeme k veřejné bezpečnosti a reagujeme na mimořádné události,“ napsal na Twitteru městský radní Ellis. Krátce poté postoj rady potvrdila i její šéfka Benderová.

„Ano. Chystáme se rozpustit minneapoliské policejní oddělení a nahradit ho transformačním novým modelem veřejné bezpečnosti,“ uvedla Benderová. Krok je podle ní nezbytný. Phillipe Cun-

ningham, který je také jedním z radních podporujících reformu policejního sboru, uvedl, že změna nenastane náhle, protože by jinak veřejnosti neměl kdo v případě nouze přijít na pomoc.

Pro zrušení policie je odhodláno hlasovat devět ze třinácti radních. Benderová sdělila, že tato většina je absolutní, takže nebude možné postoj rady přehlasovat.

Podle televizní stanice je předpoklad, že velká část policejního rozpočtu bude soustředěna na preventivní programy, výchovu mládeže, služby pro psychicky nemocné a na protidrogovou léčbu. Očekává se i širší zapojení rodin, sousedů a sociálních pracovníků. **ČTK a MET**

### Krátce

## Opilec střílel po lidech z okna

Ruští policisté zadrželi opilého muže, který v noci na včerejšek střílel z okna domu na jihozápadě Moskvy po kolemjdoucích. Střelec zranil dva lidi a později i jednoho ze členů policejního komanda. Vyšetřovatelé jej stíhají za pokus o vraždu, pokus o zabití příslušníka pořádkových sil a za výtržnictví.

## Lékaře vyměnili za veterána

Do Íránu včera přiletěl íránský lékař žijící na Floridě Madžíd Táherí, kterého Spojené státy propustily v rámci výměny vězňů. Írán minulý týden umožnil návrat do vlasti americkému veteránovi Michae-

lu Whiteovi, který byl v zemi vězněn takřka dva roky a uvedl, že se tam nakazil koronavirem.

## Z Notre-Damu mizí lešení



Dělníci včera na pařížské katedrále Notre-Dame začali rozebírat lešení poškozené při loňském požáru. Práce potrvají tři měsíce a z prostoru pod bývalou střechou se bude muset snést na 200 tun žárem zdeformovaného kovu. Katedrála je uzavřená a opravy potrvají několik let. **ČTK**



## Otokáře starosta nelituje

Starosta anglického města Bristol nelituje sochy obchodníka s otroky Edwarda Colstona, kterou v neděli strhl dav při demonstraci proti rasismu vyvolané zabitím amerického černocho George Floyd. „Nikdy bych nepředstíral, že socha otrokáře uprostřed mého rodného Bristolu a někoho, kdo mohl vlastnit některého z mých příbuzných, pro mě nebyla ničím jiným než osobní urážkou,“ uvedl labouristický politik Marvin Rees s jamajskými kořeny.

AP

# Juan Carlos I. Prokuratura vyšetřovala bývalého krále

Španělská prokuratura předběžně vyšetřuje, zda se bývalý král Juan Carlos I. mohl dopustit trestného činu v případě zakázky na výstavbu vysokorychlostní železnice v Saúdské Arábii. Podle španělských médií se zkoumání prokuratury týká druhé fáze výstavby vysokorychlostní železnice z Mekky do Mediny, na niž v roce 2011 získalo zakázku konsorcium španělských firem. Španělská antikorupční prokuratura začala v prosinci 2018 vyšetřovat podezření, že v souvislosti se zakázkou dostalo několik lidí, údajně včetně krále Juana Carlose I., celkem 80 milionů eur jako úplatek.

„Toto vyšetřování se soustředí na vymezení či vyloučení trestněprávní relevance skutků, které se staly po červnu 2014, kdy emeritní král přestal být chráněn imunitou pro hlavu státu podle článku 56.3 španělské ústavy,“ uvedla prokuratura v prohlášení.

Podezření vyplynulo z nahrávek, které policie tehdy zabavila bývalému policejnímu komisaři Josému Villarejovi. Na jedné z těchto nahrávek hovoří i bývalá milenkyně Juana Carlose I., německá podnikatelka Corinna Larseonová. Tvrdí na ní, že ji král využil k zakrytí svého majetku v cizině a tajných kont ve Švýcarsku. **ČTK**



Juan Carlos I.

PROFIMEDIA.CZ

# Refluxní onemocnění jícnu z pohledu funkční medicíny

Mohla byste nám vysvětlit, co je to funkční medicína?

Funkční medicína (FM) představuje komplexní přístup k pacientovi, kdy praktik má krom jiného, znalosti v oblasti výživy, environmentální zátěže, psychiky, toxické zátěže a dokáže se na pacienta dívat komplexně.

FM nepotlačuje symptomy, ale řeší příčiny zdravotních problémů. Lékaři FM s klientem tráví mnohem více času než běžný lékař tak, aby pochopili celý příběh a dokázali identifikovat možné příčiny a spouštěče zdravotních problémů, které se pak snaží společně s pacientem vědomě a systematicky redukovat či eliminovat.

FM neřeší akutní stavy, ale zaměřuje se na chronická onemocnění, se kterými si klasická medicína zatím moc neví rady a řeší je dlouhodobou medikací zatěžující organismus. S kolegy MUDr. Janem Vojákem a Žanetou Kremsa

se tomuto v ČR novému oboru věnujeme v Institutu funkční medicíny a výživy.

**Co je tedy refluxní onemocnění a jak se řeší z pohledu FM?**

Refluxní onemocnění jícnu (ROJ) je poměrně časté a významně ovlivňuje

**Refluxní onemocnění jícnu je poměrně časté a významně ovlivňuje kvalitu života.**

kvalitu života. Žaludeční obsah se při něm vrací zpět do jícnu a může způsobovat specifické symptomy až zánět sliznice jícnu. Příčina refluxní choroby jícnu z pohledu klasické medicíny spočívá v prolomení tzv. antirefluxní bariéry, jejíž hlavní součástí jsou dolní jícnový

svěrač a bránice. Onemocnění postihuje přibližně 20-25 % populace a mnohdy je spojováno s vyšším věkem a životním stylem (strava, pohyb, toxická a psychická zátěž).

Symptomatické projevy jsou především pálení žáhy (pyróza), zápach z úst, pálení v krku, bolest za hrudní kostí při polykání, návrat žaludečních šťáv do úst, chronický kašel, chraptot či dlouhodobé zahlenění. Méně známými symptomy jsou astma, zubní kazy a záněty dásní.

Většina lidí s refluxem užívá léky potlačující sekreci žaludečních kyselin, které sice pomohou s nepříjemnými symptomy, každopádně neřeší příčiny.

My se na klienty díváme komplexněji a snažíme se najít důvod, proč k refluxu dochází. Jednou z hlavních příčin jsou potravinové senzitivity, deficity určitých mikroživin, dále nezdravý životní styl (přemíra stre-

su, konzumace alkoholu, kouření). Z toho pak také vyplývají doporučené intervence:

1. U klientů s nadváhou či obezitou výrazně pomůže redukce váhy.

2. Paradoxně doporučujeme upravit kyselost HCl, která je u starších lidí nedostatečná. Problémem totiž není kyselost žaludku, ale problém se svěračem jícnu! Navíc nedostatečná kyselost žaludku může zapříčinit přemnožení bakterie Helicobacter Pylori (způsobující žaludeční vředy).

3. Doporučujeme se vyhnout tabáku, alkoholu a večerním jídlům a z krve zjistit možné deficity jak makro, tak mikroživin, které mohou mít vliv na špatnou funkci neurotransmiterů a ovlivňovat tak i funkci svěrače jícnu.

4. Vyhýbejte se potravinám, které mohou reflux zhoršovat (kofein,

čokoláda, kořeněná, mastná či velmi kyselá jídla, citrusy).

**Jaké doplňky stravy při refluxu?**

Doplňky stravy jsou při refluxu významnou pomocí. Zde pomáhají trávicí enzymy a zejména Masticha, na níž máme od klientů výbornou zpětnou vazbu. Klinicky byla tato pryskyřice účinná i při léčbě benigních žaludečních vředů a dvanáctíkových vředů. Mastichu doporučujeme užívat ve formě kapslí obsahujících čistý prášek bez přísad, ovšem vždy s dodržením dalších subjektivních doporučení.

*K refluxnímu onemocnění jícnu je třeba přistupovat komplexně a systematicky. Dlouhodobé užívání léků z našeho pohledu neřeší příčinu tohoto onemocnění, ale jen potlačuje symptomy a signály našeho těla.*

Mgr. Eva Hájková, MBA  
zakladatelka Institutu funkční medicíny a výživy ([www.ifmv.cz](http://www.ifmv.cz))

Original Masticha

masticha

PRO NORMÁLNÍ ZAŽÍVÁNÍ

100% přírodní produkt

Masticha je pryskyřice z řečičku lentišku. Používá se pro **normální činnost trávicího systému**.

Nadrcený mastichový prášek bez dalších přísad je naplněn v kapslích **Masticlife** pro snadné užívání a pro rychlý **účinek přímo v žaludku** a v celém gastrointestinálním traktu.

Užívejte denně ráno před jídlem **pro celkovou fyzickou i psychickou pohodu**.



Masticlife Strong&Pure nejúčinnější mastichové kapsle nabízí **prodejný dm**

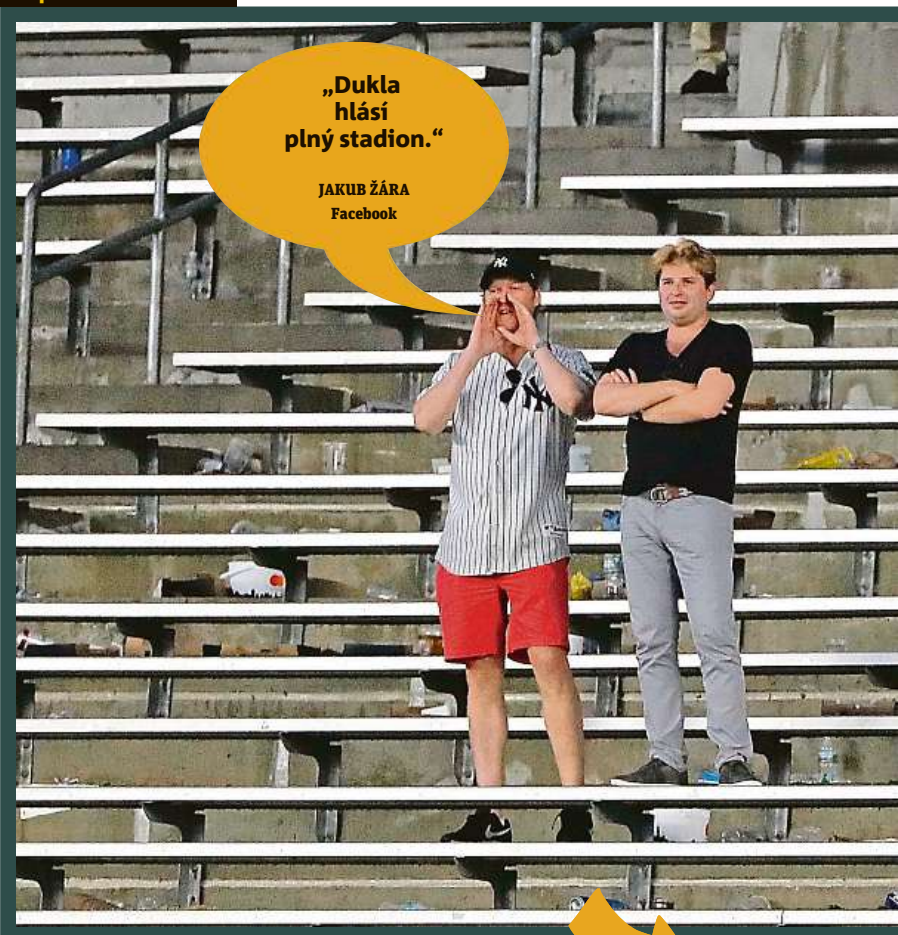
Se slevou 10 % je koupíte i na [www.masticlife.cz](http://www.masticlife.cz) Kód pro slevu: **GASTRO21M**



**Sudoku**

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

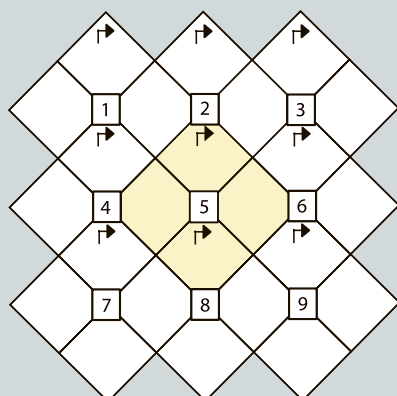
**Napište svou bublinu**



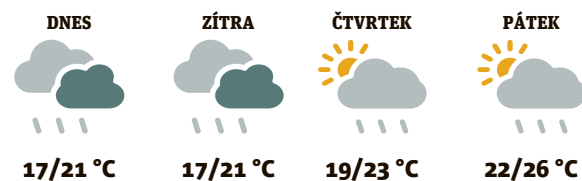
**Luštěnka**

Slova vpišete okolo číslice doprava, první písmeno je vždy nad číslicí.

1. letopis
2. zahradní květina
3. táta
4. operní píseň
5. tajenka
6. ráj
7. internát (hovor.)
8. tamten
9. černé dřevo



**Počasí**



Teplotní rekordy: ↓ 5,8 °C (1873) ↑ 31,9 °C (1885) Bio: ❤️❤️❤️



**NAPADÁ VÁS VTIPNÝ POPISEK?**  
Napište bublinu a reagujte na sloupek na: [www.facebook.com/denikmetro](http://www.facebook.com/denikmetro)  
FOTO: 2x AP

**TV tipy**

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>16.20 To je vražda, napsala X</p> <p>17.05 Menu pro Emu</p> <p>17.30 AZ-kvíz</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 Vyprávěj</p> <p>21.00 Lidice</p> <p>Historické drama (ČR/SR, 2011)</p> <p>23.05 Případy detektiva Murdocha XII</p> <p>23.50 Kriminální IV</p> <p>00.55 AZ-kvíz</p> <p>01.20 Zajímavosti z regionů</p> <p>01.45 Banánové rybičky</p> <p>02.10 Kuchařská pohotovost</p> <p>02.35 Dobré ráno</p> <p>05.05 Máme na to</p>	<p>16.35 Rozluštěné poklady</p> <p>17.20 Úžasné hotely (5/6)</p> <p>18.15 GourmetLab (5/6)</p> <p>18.45 Večerníček</p> <p>18.55 Zatopené osudy (11)</p> <p>19.15 Kaple – duše rodů (5/5)</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Legendární letadla východní fronty</p> <p>21.00 Terezínští hrobaři</p> <p>21.55 Arménská genocida</p> <p>22.50 Příběh služebnice (3/10)</p> <p>23.45 Otročtvi v Severní Koreji – Dolaroví hrdinové</p> <p>00.45 Gomora IV (7/12)</p> <p>01.30 Náš venkov</p> <p>01.55 Věříte médiím?</p>	<p>15.55 Dr. House VI (6)</p> <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.20 Co na to Češi</p> <p>18.20 Comeback</p> <p>18.50 Hospoda (18)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Kriminálka Anděl II (3)</p> <p>Legionář: Krimiseriál (ČR, 2010)</p> <p>21.25 Víkend</p> <p>22.25 Smrtonosná zbraň III (6)</p> <p>23.20 Dr. House VI (6)</p> <p>00.10 Můj přítel Monk VI (2, 3)</p> <p>01.40 Smrtonosná zbraň III (5)</p> <p>02.20 Krok za krokem II (17)</p> <p>03.05 Co na to Češi</p> <p>03.45 Ordinace v růžové zahradě 2 (715)</p>	<p>16.30 Krimí zprávy</p> <p>16.50 Policie v akci</p> <p>17.40 Prostřeno!</p> <p>18.55 HLAVNÍ ZPRÁVY</p> <p>19.55 SHOWTIME</p> <p>20.05 Počasí</p> <p>20.15 Slunečná (33)</p> <p>Superhero Combo. Seriál (ČR, 2020)</p> <p>21.30 7 pádů Honzy Dědka</p> <p>22.35 Jak se stává sen – extra</p> <p>23.35 Policie v akci</p> <p>00.30 Policie v akci</p> <p>01.25 Walker, Texas Ranger VII (13)</p> <p>Akční seriál (USA, 1998)</p> <p>02.20 Poslední polda II (6)</p> <p>03.15 Prostřeno!</p> <p>04.40 Pohoda u krbu</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 Zpátečka</p> <p>10.00 Óčko hity</p> <p>11.00 Óčko trendy</p> <p>12.30 Óčko hity</p> <p>15.00 Můj Mixxxer</p> <p>16.30 Óčko hity</p> <p>17.30 Smartmania</p> <p>17.35 Óčko hity</p> <p>Klipy nonstop</p> <p>19.00 Moje desítka</p> <p>Top 10 klipů podle diváka Óčka</p> <p>20.00 Óčko hity</p> <p>Klipy nonstop</p> <p>21.00 CZ &amp; SK</p> <p>České a slovenské klipy nebo živá vystoupení</p> <p>23.00 Óčko flirt</p> <p>Proud klipů se vzácky diváků</p>



# MS se může vrátit do Nového Města

**Světový šampionát v biatlonu** by se měl konat na Vysočině za čtyři roky.

Vysočina Arena hostila mistrovství světa v roce 2013 a Češi brali bronz ze smíšené štafety. Za několik let se můžou tuzemští fanoušci těšit na elitní biatlonisty pravděpodobně znovu. Nové Město na Moravě je totiž jediným uchazečem o pořádání MS v roce 2024. Český svaz podal s Vysočina Arenou při-



Jiří Hamza MAFRA

hlášku i na rok 2025, kde jsou jeho soupeři švýcarské Lenzerheide a Minsk-Raubiči.

O pořadatelích se bude rozhodovat na podzimním kongresu Mezinárodní biatlonové unie (IBU) v Praze. Původně se měl kongres konat v září, ale v neděli byl odložen až na polovinu listopadu. „Pro spoustu lidí jsme teď jakoby na řadě,“ řekl šéf českého svazu Jiří Hamza během březnového Světového poháru na Vysočině. Nejbližší šampionát uspořádá za rok Pokljuka. Po olympijském roce 2022 bude v další sezoně mistrovství světa v Oberhofu. **ČTK**

Číslo dne

41

Bývalý hráč amerického fotbalu Donald Caldwell byl v sobotu zastřelen u svého domu v Tampě. Bylo mu 41 let.



## Opět Diack

Po půlročním odkladu začal v Paříži soudní proces s bývalým dlouholetým prezidentem atletické federace Laminem Diackem, který je obviněn z korupce a praní špinavých peněz v souvislosti s krytím ruského dopingu. **AP**

## Jezdectví. Dostal 20 let za týrání koně a doping

Tribunál Mezinárodní jezdecké federace (FEI) uložil Abdulu Azizovi bin Fajsalovi Kásimimu rekordní trest za týrání a doping, který skončil smrtí koně. Jezdec vytrvalostních závodů ze Spojených arabských emirátů dostal zákaz působení ve sportu na dvacet let, navíc musí zaplatit pokutu 17 500 švýcarských franků (428 000 korun) a dalších 15 000 za náklady na disciplinární řízení. Kůň Castlebar Contraband utrpěl při vytrvalostních závodech ve Fontai-

nebleau v říjnu 2016 otevřenou zlomeninu pravé přední nohy a musel být utracen.

V krevním vzorku, který byl zvířeti odebrán, odhalila kontrola stopy přípravku xylazinu. Ten se užívá na uklidnění, proti bolesti a k uvolnění svalů, v soutěžích je ale zakázán. Obhájci dvaatřicetiletého jezdcе trvali na tom, že se látka do těla koně dostala až při jeho uspávání. To ale tribunál odmítl. Obě strany se mohou odvolat ke sportovní arbitráži CAS. **ČTK**

Krátce

### Barcelona za mín

Fotbalisté Barcelony budou i nadále pobírat snížené výplaty. Vedení katalánského klubu připravuje nový návrh úsporných opatření kvůli ekonomickým dopadům pandemie koronaviru a stále v něm počítá se mzdami zkrácenými o 70 procent.

### Kouč i kapitán

Fotbalový klub Bohemians Praha 1905 prodloužil smlouvy s trenérem Lud-

kem Klusáčkem a kapitánem Josefem Jindříškem. Kouč i devětatřicetiletý záložník se klubu upsali do konce června 2021.

### Souček do léta

Český záložník Tomáš Souček bude ve West Hamu z fotbalové Slavie hostovat až do konce prodloužené sezony. Anglická Premier League se bude dohrávat až do konce července a londýnský klub bojuje o záchranu v nejvyšší soutěži.

### Pomůže Žižkovu s odkupem město?

Stadion fotbalové Viktorie Žižkov by měl zůstat ve veřejném vlastnictví, zároveň by bylo vhodné jej převést pod magistrát. Uvedl to radní pro sport Vít Šimral. Město podpořilo postoj Prahy 3, která stadion vlastní a odmítla nabídku majitele druholigového klubu Martina Loudy na odkup. Šimral řekl, že magistrát přispěje Praze 3 na opravy. **ČTK**

## Schick. Lipsko má s nabídkou smůlu

Budoucnost útočníka Patrika Schicka je stále nejasná. Lipsko má sice o českého fotbalového reprezentanta zájem, ale se zatím poslední nabídkou u AS Řím neuspělo. Německý klub podle deníku Gazzetta dello Sport za hráče nabídl 20 milionů eur. Schick je v Lipsku na hostování a součástí dohody je i možnost přestupu za 29 milionů eur.

Lipsko však s ohledem na ekonomické následky zaviněné pozastavením evropských soutěží kvůli pandemii nového typu koronaviru požaduje slevu a naposledy nabídl 20 milionů (v přepočtu asi 531 milionů korun).

AS Řím je připraven o snížení přestupové částky za Schicka, který v dosavadních 19 zápasech za Lipsko v bundeslize dal deset branek, jed-

nat. Údajně je ochoten jít na 23 milionů, podle Gazzetty dello Sport dokonce až na 25 milionů. Důvodem jsou finanční problémy italského klubu. **ČTK**



Patrik Schick AP



### Čermák a Guľa s trofejemi

Ocenění pro nejlepšího trenéra a hráče za měsíc květen míří v obou případech do Plzně. Za své výkony si ocenění vysloužili trenér Adrian Guľa a záložník Aleš Čermák (na snímku). Viktoria navázala po pauze na úspěšný start jarní části a porazila Spartu 2:1 a Mladou Boleslav 7:1. Ve druhém zmíněném utkání dal Čermák hattrick. **MAFRA**

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

Práce - nabídka

PRAKAB PRAŽSKÁ KABELOVNA, s.r.o.  
hledá kandidáty na pozici

**ELEKTROMECHANIK**

vyhláška č. 50/1978 Sb.

**KABELÁŘ**

obsluha výrobního stroje,

nepřetržitý provoz

**PROGRAMÁTOR**

**ANALYTIK JUNIOR**

znalost JS

Pracoviště: Praha - Hostivař

**Nabízíme:**

zájem stabilní společnosti,  
práci s moderními technologiemi,  
dobré finanční ohodnocení,  
řadu firemních benefitů.

Email: [personal@prakab.cz](mailto:personal@prakab.cz)

tel: +420272070115, [www.prakab.cz](http://www.prakab.cz)

metro

Starožitnosti

• Solidní sběratel koupí: veškeré starožitnosti od houslí, hodin, šperků, obrazů, sošek až po nábytek. Solidní jednání, platba v hotovosti. 604806535.



# ŠKRRR TÁME CENY



201 cm

**A+++**

**10  
LET  
ZÁRUKA**  
NA KOMPRESOR

## Beznámrazová chladnička Samsung RB37J544VSL/EF

Chladnička 255 l / mraznička 98 l  
 • technologie SpaceMax™ • zásuvka Fresh Zone pro uchování čerstvosti masa a ryb  
 • policí slide-in můžete jednoduše zasunout a vytvořit více místa • přihrádka CoolSelect Duo umožňuje nezávislé nastavení teploty ve třech různých úrovních • LED osvětlení  
 • V x Š x H: 201 x 59,5 x 67,5 cm

**Sleva 5 000 Kč**  
~~19 990 Kč~~ ①  
**14 990 Kč**



**A**

**90  
DNEŮ**  
ZÁRUKA  
VRÁCENÍ  
PENĚZ

## QLED televize

### Samsung QE55Q67RA

4K Ultra HD rozlišení (3840 x 2160)  
 • Twin tuner DVB-T/C/T2/S2 (H.265/HEVC) • Ultimate UHD Dimming, Quantum dot, PQI 3100 • Wi-Fi, Smart TV, Quantum HDR, 100% objem barev • HbbTV, OS Tizen  
 • Ambient režim, 4x HDMI, 2x USB

**Sleva 17 000 Kč**  
~~34 990 Kč~~ ①  
**17 990 Kč**



## Tyčový vysavač

### Ready'y BBH214LA

Integrovaný ruční vysavač  
 • Li-ion 14,4 V • výdrž až 35 min  
 • vhodný pro všechny druhy podlah • omyvatelný filtr • maximální flexibilita  
 • systém snadného čištění  
 • nízká hmotnost

**Sleva 891 Kč**  
~~2 890 Kč~~ ①  
**1 999 Kč**

Uvedené ceny jsou včetně DPH. Změna cen vyhrazena, za tiskové chyby neručíme. Ceny platí kde dni 9. 6. 2020 nebo do vyčerpání zásob a dále jsou orientační. Dostupnost produktů se může v jednotlivých prodejnách lišit. ① Cena stanovená dodavatelem při uvedení výrobku do prodeje. Blíže informace dostanete na prodejních nebo na [www.DATART.cz](http://www.DATART.cz).