



# ZVOLTE SI MISTROVSKÉHO PARTNERA V INVESTOVÁNÍ



JIŘÍ PROCHÁZKA  
ŠAMPION UFC



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

NYNÍ NA  
Google Play



NYNÍ NA  
App Store



Rozdílové smlouvy jsou komplexní nástroje a v důsledku použití finanční páky jsou spojeny s vysokým rizikem rychlého vzniku finanční ztráty. **U 79 % účtů retailových investorů došlo při obchodování s rozdílovými smlouvami u tohoto poskytovatele ke vzniku ztráty.** Měli byste zvážit, zda rozumíte tomu, jak rozdílové smlouvy fungují, a zda si můžete dovolit vysoké riziko ztráty svých finančních prostředků.



Nestavíme vzdušné zámky,  
stavíme a vlastníme  
skutečné nemovitosti více jak 20 let

# DLUHOPISY E-FINANCE S VYSOKÝM VÝNOSEM



- ✓ Investice od 50 000 Kč
- ✓ Roční úrok 8 %
- ✓ Úrok vyplácen jednou ročně
- ✓ Možnost předčasného splacení
- ✓ Dvouleté dluhopisy jsou vydávány na období od dvou do tří let

## DVOULETÉ DLUHOPISY S ROČNÍM ÚROKEM 8 %

Skupina e-Finance, a.s., více jak 20 let investuje do nemovitostí v atraktivních lokalitách České republiky. Díky tomu disponuje stabilním portfoliem zejména nájemních nemovitostí v hodnotě přesahující 1 miliardu korun. Tyto nemovitosti pravidelně přináší stabilní výnosy, které jsou každoročně nad inflací, v dlouhodobém horizontu až o několik procent.

### Objednávky

**e-Finance, a.s.**  
**www.e-finance.eu**  
Tel.: 515 555 555  
info@e-finance.eu

ČNB schvaluje prospekt dluhopisů pouze z hlediska toho, že splňuje normy, které ukládá nařízení (EU) 2017/1129. Konečné podmínky a prospekt dluhopisů schválený ČNB naleznete na [www.e-finance.cz/dluhopisy-informace](http://www.e-finance.cz/dluhopisy-informace).

**EF**  
Zámek Račice  
RAČICE - PÍSTOVICE

**SEZÓNU ZAHAJUJEME  
od 13. 6. 2022**

Dopřejte si cenově výhodnou dovolenou v malebné přírodě na hranici Moravského Krasu a Dražanské vrchoviny, pouhých 30 km od Brna a 10 km od Vyškova.

**NABÍZÍME UBYTOVÁNÍ turistického typu přímo na zámku nebo luxusní apartmány a pokoje v předzámečí.**

Račice 1. Račice - Pístovice  
+420 515 555 549, info@zamekracice.cz  
www.zamekracice.cz

**Od  
960 Kč  
pokoj/noc**

Zveme Vás na  
**Zámek Račice**  
na Vyškovsku  
**30 km od Brna**

DOVOLENÁ V NETRADIČNÍM  
ZÁMEČKÉM PROSTŘEDÍ

EF Zámek Račice  
člen e-Finance Group



# PIVO DĚLÁ HEZKÁ TĚLA. LUCY MÁ TAJNÝ RECEPT

MLADÁ PODNIKATELKA SI PLNÍ SEN NÍZKOKALORICKÝM LEŽÁKEM STRANA 8

# metro



Pátek, 17. června 2022

Č. 117, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Adolf

mojemetro | denikmetro



# Na hnutí STAN útočí kvůli kauze opozice

**Petr Hlubuček.** Bývalý pražský politik se vzdal všech funkcí. **ANO, ODS.** Na vedení vládního hnutí se zaměřil premiér Andrej Babiš i pražští občanští demokraté. **Šéf.** Vít Rakušan v reakci navrhl předčasný sněm STRANA 3



## Na 1000 mil československých se vydala také staříčká Praga Alfa

Včera ráno od budovy Autoklubu v centru Prahy odstartovalo rekordních 120 historických vozidel na trasu soutěže 1000 mil československých do Bratislavy a zpět. Jízda odkazuje na legendární závod, který se jel v prvorepublikovém Československu v 30. letech minulého století. Cíl bude zítra odpoledne před Národním technickým muzeem. Akce se účastní vozy vyrobené do modelového ročníku 1939. Nejede se na rychlost, ale jako jízda pravidelnosti. Úkolem závodníků je se co nejvíce přiblížit průměrné rychlosti 45 kilometrů v hodině. Vůz Praga Alfa (na snímku) jel i původní závod ve 30. letech. ČTK



22 117

9 771211 781002





Panoramatický záběr z ploché střechy traktu Základní školy pro žáky s poruchami zraku na náměstí Míru v Praze. Uprostřed je Petřín, vpravo věže sv. Ludmily.

# Kde se bere signál pro Prahu? Třeba nad Mírákem

**Deník Metro vystoupal na střechu pražské školy, aby si prohlédl 5G vysílače. Při blackoutu vysílají data dál.**

„Vidíte ty tři krabičky? Tak ta nejmenší z nich vysílá do světa 5G.“ Toulhle větou nás uvedl do obrazu technologický ředitel operátora O2 Jan Hruška. Stalo se tak poté, co jsme společně vystoupali na střechu pětipatrové budovy Základní školy pro zrakově postižené na náměstí Míru v Praze. Důvod, proč jsme se sem vydali, je nasnadě. Operátor, společně se svým technologickým partnerem – společností CETIN – v těchto měsících provádějí dosud nejrozsáhlejší

INZERCE

**JURIS REAL**  
real estate

**JURIS REAL, spol. s r.o.**

Ihned vykoupíme  
či zprostředkujeme  
prodej rodinného  
domu, bytu, chaty.

Vyřešíme  
právní vady, dluhy,  
exekuce. Okamžitá  
výplata zálohy.

Již 23let zkušeností.

**VOLEJTE ZDARMA**  
**800 22 33 88**  
www.prodejtojinak.cz

obměnu rádiové technologie a modernizaci své mobilní sítě. Chtějí se tedy pochlubit. No a my z deníku Metro jednoduše neumíme odolat krásnému výhledu, kam se kromě školníka a techniků dostanou pravidelně už jen holubi.

„Půjde-li vše podle plánu, rádi bychom kompletní 5G pokrytí celé republiky nabídli našim zákazníkům do konce roku 2024. Od loňského května se nám už podařilo kompletně obměnit více než 1500 vysílačů, což je hodně. V Praze jsou od sebe vzdáleny klidně jen 250 metrů. Tady je síť nejhustší,“ popisuje Hruška a ukazuje na vícepásmové takzvané dipólové antény.

Samotná výměna vysílacích zařízení je náročný proces a předchází mu složitý plánování a koordinace mnoha profesí včetně logistiky a řízení skladových zásob. „Na jednom vysílači stráví čtyři technici přibližně čtyři až pět dní. Jejich úkolem je navězt na základnovou stanici, třeba na panelovém domě, ale i komíně nebo věži kostela, veškeré technologie. Nepotřebné zařízení se odmontuje, část starých se ponechá jako záložní. A pokud se komponenty podaří správně zapojit a vše funguje, jak má, záložní zařízení se demontuje a odváží,“ vysvětluje Hruška.

Dle statistik operátora má 5G telefon a tarif, který datování na nejrychlejší síti umožňuje, na čtvrt milionu zákazníků. Podle Hrušky není bez zajímavosti, jakým způsobem se chovají antény, když dojde na výpadek proudu. „Při blackoutu jede zhruba čtvrtina z nich dál, a to na záložní baterie. Po určité době se připojí i agregáty. K úplnému výpadku signálu tak nikdy nesmí dojít. To už dřív zákazníkům odejdou baterky v telefonech,“ uzavírá s úsměvem Hruška. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

## 5G pokrytí

# 2,5

Modernizovaná 5G síť je aktuálně dostupná v celé Praze a ve vybraných městech a okresech na východní Moravě. V oblastech, ve kterých už je síť obměněna, trvale žije přibližně dva a půl milionu lidí. Jedna stanice může teoreticky obsloužit i milion zákazníků.

## První signální

Není „pětgéčko“ jako „pětgéčko“. Mobilní datová síť od O2 využívá celou řadu frekvencí, zásadní pro 5G je takzvaný C-band. Konkurenční operátoři pracují odlišně. Ti mají ve svých sítích pro 5G síť zatím vyhrazené 20MHz pásmo, což částečně omezuje reálné dosahované rychlosti.

- O2 jako jediný operátor v tuzemsku používá pro 5G samostatnou frekvenci 3,7 GHz, což mu umožňuje nabídnout vyšší rychlosti než v pásmech 1800 a 2100 MHz, které primárně využívá konkurence.
- Celé Česko plánuje O2 pokrýt v roce 2024. Konkurenční Vodafone hlásil na konci minulého roku pokrytí okolo šedesáti procent populace a T-Mobile zhruba dvacet pět procent.

- Samostatnou kapitolou je využívání 5G v zahraničí. „Na zprovoznění 5G roamingu jsme začali pracovat v loňském roce. Postupně připojujeme do naší sítě okolo 10 zahraničních operátorů měsíčně. Aktuálně je dostupný ve více než 40 zemích světa,“ říká Jan Hruška z O2.



Náměstí Míru v Praze je odtud z výšky jako na dlani.



Netradiční výhled na Pražský hrad a metropoli pod ním



Toto už jsou nové vysílače, jde o tzv. multibandové antény.



Jan Hruška, šéf technologické divize operátora O2

5x METRO



# STAN v kleštích. Kauza v Praze rozjela skandál

**Korupční případ bývalého pražského politika pokračuje výzvami k dalším rezignacím.**

Mafie! Jste za organizovaný zločin zodpovědní! Kryli jste zločince! Taková prohlášení znějí od opozice na celorepublikové politické scéně v souvislosti s kauzou bývalého vlivného pražského politika Petra Hlubučka (dříve STAN). Třaskavý skandál, v němž jde o údajnou korupci v pražském dopravním podniku, rezonuje napříč politickým spektrem.

Pražská ODS, která je v opozici, vyzývá primátora Zdeňka Hříba (Piráti) a jeho náměstka Adama Scheinherra (Praha sobě) k rezignaci. Zároveň požaduje po Scheinherrovi zve-

řejnit obsah trestního oznámení, které zhruba před dvěma roky v souvislosti s pražským dopravním podnikem (DPP) podal. V celostátním měřítku o sobě nechává hlasitě slyšet také hnutí ANO, které kvůli kauze vyzývá k odvolání ministra vnitra Víta Rakušana (STAN). „To je organizovaný zločin, toto hnutí, které se infiltrovalo do politiky, aby získávalo peníze pro sebe,“ tvrdí šéf hnutí ANO Andrej Babiš. „Je nepřijatelné, aby ministerstvo vnitra měl organizovaný zločin, hnutí STAN,“ prohlásil. Rakušan v reakci navrhl svolat předčasný sněm hnutí, na kterém chce ale funkci šéfa obhájit.

Případ se týká bývalého náměstka pražského primátora Petra Hlubučka. Souvisí s hospodařením DPP, policie obvinila z možné korupce celkem 11 lidí, mezi nimiž figurují lobbisté a podnikatelé s temnou minulostí. **IDNES.cz a ČTK**

## Milionová korupce v Praze?

**Petr Hlubuček je namočen v možné korupci. Podle médií byl policií obviněn v souvislosti se zakázkami pro DPP, což je největší městská firma, která hospodaří s několika miliardami ročně.**

- V případu figurují také ekonomický náměstek DPP Matej Augustín a kontroverzní podnikatelé Pavel Dovhomiľja, Michal Redl a další lidé.
- Policie tvrdí, že se jednalo o organizovanou skupinu. Hlavou skupiny byl Redl, který v minulosti spolupracoval s uprchlým zločincem Radovanem Krejčířem.
- „Podle policejní verze případu se vše dalo do pohybu v letech 2018 a 2019, kdy se Hlubuček stal náměstkem primátora a začala se formovat or-

ganizovaná zločinecká skupina,“ napsaly Seznam Zprávy. Podle serveru do pražského dopravního podniku obvinění „postupně a systematicky obsadili do klíčových pozic své lidi, aby mohli ovlivňovat různá výběrová řízení s cílem získat od ‚vítězných‘ firem úplatky“.

- Scheinherr, který má na starosti dopravu v Praze a je šéfem představenstva DPP, tvrdí, že podal kvůli možné korupci trestní oznámení před dvěma lety. Musel ale mlčet, aby nechal policii pracovat. Vše vyvrcholilo středečním zásahem protimafiánské policie.
- Právě nečinnost Scheinherra opozici z řad ODS a hnutí ANO vadí. Tvrdí, že měl jednat hned, co takové podezření nabylo. **ČTK a MET**



## Muzika

Tisíce lidí si v těchto dnech užívají jeden z nejznámějších a nejstarších hudebních festivalů v Česku Rock For People. V areálu v Hradci Králové bude muzika znít do sobotní noci, kdy vystoupí legendární rocková kapela Green Day. **MAFRA**

**Novinka**  
v naší nabídce!

**MAXI-COSI®**

**MIRONET**

KOMERČNÍ SDĚLENÍ

## KOSMAS

TIP NA DOBRÉ  
ČTENÍNAŠE  
KUCHAŘKA 2DRUHÁ TIŠTĚNÁ  
VIDEOKUCHAŘKA

Znáte Toprecepty.cz? Tento oblíbený portál s uživatelskými recepty je největším webem o vaření v ČR. Navštíví jej měsíčně miliony lidí, kteří hledají konkrétní recept

**Kuchařka s unikátními QR kódy, které vás odvedou na videorecepty na webu Toprecepty.cz**

nebo jen inspiraci, co vařit či péct. Mohou si vybírat z více než 60 000 receptů, mnohé z nich patří mezi rodinné poklady našich

uživatelů - jejich autorů. Naše kuchařka 2 vám naservíruje, stejně jako v první knize, 150 autentických a prověřených receptů s podrobně popsaným postupem, jejichž součástí je celostránková fotografie. Každý recept obsahuje unikátní QR kód, který vás snadno odvede na videorecept na webu Toprecepty.cz, jehož součástí jsou postřehy a tipy ostatních kuchařů. Na své si tak přijde jak začínající kuchař, kterého provedeme celým receptem, tak ostřílený profík, který v naší kuchařce objeví vychytávky ke klasickým receptům.

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

## Krátko

## Obří malby

Již potřetí se v Plzni koná festival WALLZ. Do zítřka na zdech domů na různých místech západočeské metropole tvoří špička evropského a českého streetartového umění. Na pozvání DEPO2015 zhotoví jedenáctka umělců na vybraných objektech ve veřejném prostoru velkoplošné malby

a muraly. Na zdi zanedbaného pavlačového domu v sociálně vyloučené lokalitě v Jateční ulici tvoří jeden z nejpůvodnějších českých streetartových umělců Chemis (na velké fotce dole). Vedle něj do Plzně přijede například kontroverzní americký umělec a aktivista Brad Downey, který se proslavil sochou Melanie Trumpové ve Slovinsku. **MET**



Umělci dávají Plzni pestré barevné obrazy.

Sklárna Moser  
s novým zvonem

Karlovarská sklárna Moser má znovu vlastní zvon. Ve středu jej slavnostně pokřtili na náměstí Ludwiga Mosera v areálu světoznámého podniku. Zvon se jmenuje Leo - po druhém nejmladším synovi zakladatele sklárny Ludwiga Mosera. **IDNES.cz**



ČTK a ARTSMARKETING.CZ

## Tropy v neděli

**Bouřky střídá letní počasí.** O víkendu raději k vodě.

Teplé počasí včera přibrzdila studená fronta doprovázená přeháňkami a bouřkami. Ty byly zvláště silné v jižních částech Česka. Dnes už se začne oteplovat. Tropický víkend přinese na některých

místech v Čechách až 35 stupňů Celsia. Vyplývá to z dat meteorologů.

Dnes bude převážně polojasno, k večeru od západu oblačno. Nejvyšší teploty 23 až 27 stupňů Celsia, na severovýchodě kolem 22 stupňů Celsia. Slabý, přes den mírný severní vítr. Zítřa meteorologové čekají jasno až polojasno. V noci jen 9 stupňů. Nejvyšší denní teploty 25 až 29 stupňů, v severozápadní polovině

Čech místy až 33 stupňů Celsia. Slabý, přechodně mírný jihozápadní až jižní vítr. V neděli bude jasno až polojasno, večer na severozápadě při zvětšené oblačnosti ojediněle přeháňky nebo bouřky, i silné. Nejnižší noční teploty 18 až 14 stupňů. Nejvyšší denní teploty 29 až 33 stupňů, v Čechách místy až 36 stupňů Celsia. Podobné teploty, ale s bouřkami, budou také v pondělí. **IDNES.cz**

## Hypotéky beze změny

80

Česká národní banka (ČNB) ponechala poměr výše hypotečního úvěru a hodnoty zastavené nemovitosti (LTV) na 80 procentech. ČNB zpřísnila limity pro poskytování hypoték loni v listopadu. Poměr výše hypotečního úvěru a hodnoty zastavené nemovitosti (LTV) snížila z předchozích 90 procent. Limit 90 procent je možné uplatnit pro žadatele mladší 36 let. **ČTK**

## Benzin dál zdražuje

47,69

Cena benzínu je znovu rekordní. Natural 95 za týden zdražil o 1,14 koruny, na průměrných 47,69 koruny za litr. Nafta se prodává v průměru za 46,94 koruny za litr, je tak o 1,17 koruny dražší než minulou středu. Vyplývá to z údajů společnosti CCS. Podle analytika tempo zdražování zpomalí. Přes 50 korun za litr by se ceny v létě dostat neměly. **ČTK**

INZERCE

Česká filharmonie  
OPEN AIR KONCERTWayne Marshall *dirigent* | Jan Mráček *housle*

22. 6. 2022 | 20.20 hodin

Praha, Hradčanské náměstí



Domácí magnetoterapie – i vy můžete překonat bolest

# Koleno jako nové během 3 týdnů? Je to možné!

Průkopnický obvaz pomáhá odstraňovat bolest kloubů, otoky a loupání v kostech už od 1. užití

Zjistěte, jak můžete získat **BEZPLATNÝ** magnetický obvaz

Vaše koleno bolí, je oteklé a ztěžuje vám pohyb? Teď můžete účinně podpořit regeneraci poškozených a přetížených kloubů a nakonec se nenávratně rozloučit s bolestí a pocity ztuhlosti. Přesvědčte se, jak funguje průkopnický magnetický obvaz, který si oblíbilo už víc než 475 000 Evropanů!

**U**vědomujete si, že koleno je nejvytíženější kloub ve vašem těle? Díky němu se hýbete, držíte vaši váhu a stabilizuje celý pohybový aparát, všechny kosti a klouby. Není nic divného, že o sobě dává často vědět. Naštěstí teď máte šanci zregenerovat poškozené klouby a 4krát zvýšit produkci kolagenu v kloubní chrupavce – a to za méně než měsíc. Přestože inovativní stabilizátor vládne v britských, francouzských a německých domácnostech, na český trh se dostává až nyní. Podle odborníků je přesně tohle důvod, proč jsou senioři ze západní Evropy aktivní do vysokého věku, jsou vzpřímení a mají menší ortopedické potíže než my. **96 % uživatelů potvrzuje, že už po cca 20 minutách nošení obvazu ustoupila bolest v kolenu a páteři. Následně z končetin zmizel otok a po několika dnech byli schopni samostatně chodit na dlouhé procházky, jezdit na kole a chodit po schodech.**

## Podpora nejen pro kolena...

Přestože stabilizační magnetický obvaz používáte na koleno, působí na celý pohybový aparát. Podle odborníků magnetoterapie urychluje proces regenerace pojivové tkáně a podporuje produkci kolagenu v kostech. Díky tomu budou vaše klouby „naolejované“, zvýší se jejich pohyblivost a vy získáte dřívější svobodu pohybu.

## Účinně podporuje regeneraci kloubů už od 1. užití

Pokud vás bolí koleno a tento problém bagatelizujete, je to podle odborníků velká chyba. Mnoho lidí si neuvědomuje, že neléčená zraně-



George Walsh vytvořil obvaz, který pomáhá regenerovat kloubní chrupavku už za 21 dní.

## „Bolest kolena ustoupí během 20 minut“

Obvaz působí na buňky svým magnetickým polem a díky tomu okamžitě posiluje kloub, šlachy a dokonce 2násobně zrychluje proces regenerace kloubní chrupavky. Během tohoto procesu mizí příznaky jako bolest, otok nebo neurčité píchání. Stabilizátor pomáhá jak na sportovní zranění, tak i na revmatické degenerace, protože obnovuje kloubní tkáň na buněčné úrovni.

## Převratný magnetický obvaz vám pomůže:



- ✓ **Odstranit bolest a otok kolena za 20 minut**
- ✓ **Zbavit se loupání v kříži, zádech, ramenou a zápěstí**
- ✓ **Zregenerovat kloubní chrupavku za 30 dní**
- ✓ **Procházet se bez nepohodlí a chodit po schodech**

ní chrupavky mohou vést k úplné ztrátě pohyblivosti v kloubu. Tehdy stabilizace těla padne na vaši páteř, ramena a záda, což vám po čase znemožní chodit, sedat si na bobek nebo dokonce chodit po schodech. Nenechte se zastavit a jedněte preventivně. Průkopnický obvaz díky tomu, že působí na buňky magnetickým polem, podpoří proces hojení tkání ve vašich kloubech a navíc může působit proti bolesti, zánětu a otokům. Navíc povzbudí váš organismus k větší produkci kolagenu, zlikviduje tření v kostech a tím způsobené nepohodlí. Navíc se k vašim buňkám dostane velké množství kyslíku a živin. Takhle v poškozených nebo starých kloubech začne proces obnovy chrupavkové tkáně. **Cím rychleji začnete používat inovativní ortopedický obvaz, tím větší šance, že se vrátíte k úplné pohyblivosti dokonce už během 21 dní.**

## Zaručená podpora pro neaktivnější kloub

Jak přesně funguje „ortopedický zárazek“? Pokud se jedná o zlomeninu, obvaz zaručuje podporu při regeneraci poškozených šlach, svalů a kolenních vazů. Zajistí také stabilizaci kolenního kloubu, aby získal dřívější funkčnost. Pokud se problém týká degenerace nebo revmatismu, obvaz s využitím magnetoterapie obnoví klouby na buněčné úrovni. Odborníci tvrdí, že se vyplatí používat stabilizátor preventivně, abyste předešli vzniku úrazů a zajistili účinnou podporu pro pohybový aparát.

## Můžete získat plný rozsah pohybu už za 21 dní

Revoluční obvaz každý den pomáhá lidem rozloučit se s bolestí a získat pohyblivost. Vezměte věci do svých rukou a přestaňte ztrácet čas metodami, které nemají výsledky. Vyberte si pohyb a užijte si života!



## Pro starší i mladší

**Bez ohledu na váš věk, druh zlomeniny nebo degenerativních potíží, inovativní obvaz vám pomůže poradit si s bolestí a tuhnutím končetin a problémy s pohyblivostí, už od prvních minut po aplikaci.** Je navržena pro každodenní nošení a díky univerzálnímu tvaru se přizpůsobí každé velikosti kolena – jak u žen, tak i u mužů. Navíc zapínání vyrobené ze silných suchých zipů udrží obvaz na místě a zajistí vám maximální pohodlí.

## „Vrátil jsem se ke sportu“



Kliment, 39 let, Cheb

Sport je můj život, který mi úraz vzal. Díky tomuto obvazu můžu znovu trénovat, zbavil jsem se bolesti a tuhnutí za několik dní a moje koleno je jako nové!

## „Znovu můžu bez potíží pracovat“



Eva, 42 let, Liberec

Jsem kadeřnice, takže jsem v práci pořád v pohybu. Bolest, tuhnutí a píchání v končetinách mě doprovázely den co den, nemohla jsem se ani ohnout a sednout si na bobek. To všechno zmizelo už po týdnu nošení obvazu. Teď ho nosím každý den a cítím se skvěle!

Léto se blíží. Věnuj péči svému zdraví a užijte si života

## ZDARMA PRODUKT

Prvních 100 osob, které zavolají do 27.06.2022 obdrží od výrobce 100% REFUNDACI PRODUKTU.

Zavolejte: **572 662 700**

Volejte: po-pa 8:00 - 20:00 sob: 8:00 - 16:00. Běžně místní spojení bez příplatku

# Česko jako šéf EU. Náročný půlrok kvůli krizi v Evropě

**Válka na Ukrajině, drahé energie, téma klimatu a další problémy nejen v Evropě.**

Česko bude mít v této době velkou roli.

Výzvy vyplývající z ruské agrese na Ukrajině zvyšují očekávání vkládaná do českého předsednictví v Radě EU, řekl po jednání s vedením Evropského parlamentu (EP) v Praze premiér Petr Fiala. Konferenci předsedů europarlamentu představil priority předsednictví v druhé polovině letošního roku a domluvil se na nastavení spolupráce. Předsedkyně Evropského parlamentu Roberta Metsolaová k největším výzvám předsed-

nictví zařadila i výzvy vyplývající z dopadů epidemie covidu-19. Fiala na tradičním setkání, které předchází oficiálnímu zahájení předsednictví, ocenil přístup Metsolaové. „Musím říct, že její doporučení nám velice pomohla při přípravách,“ řekl. Zdůraznil, že Evropský parlament bude partnerem českého předsednictví. „Je klíčové, abychom si už před začátkem řekli, co kdo očekává, jak si můžeme pomoci,“ zdůraznil premiér.

Podle Fialy se debata ministrů se zástupci europarlamentu dotkly vedle Ukrajiny také rozšiřování EU o další země, především o státy západního Balkánu. Hovořilo se i o energetické soběstačnosti a bezpečnosti, ale i dalších prioritách předsednictví, kterými jsou strategická odolnost evropské ekonomiky a odolnost demokratických institucí. Metsolaová doplnila, že se



Fiala se setkal s šéfkou EP Robertou Metsolaovou. ČTK

hovořilo i o unijních cílech v oblasti klimatické politiky a bezpečnosti. Věří tomu, že by se mohlo posunout i řešení problematiky migrace. „Jsem opatrně optimistická, že snad posuneme i zde věci dopředu,“ uvedla.

České předsednictví by se podle ní mohlo chopit i témat jako minimální mzda či rovné zastoupení mužů

a žen. Fiala také mluvil o tom, že Česko jako předsednická země EU bude usilovat o zmírnění zákazu prodeje nových aut se spalovacími motory od roku 2035. „Zákaz neměl být stoprocentní, měl by se kvůli dostupnosti vozidel pro občany týkat devíti desetin produkce výrobců automobilů,“ řekl Fiala. Zákaz, který počátkem června schvá-

lil Evropský parlament, bylo podle Fialy rozhodnutí špatně načasované, nepromyšlené a ne úplně vhodné v současné situaci. Evropský parlament chce podle premiéra ještě vyjednávat s členskými zeměmi, o rozhodnutí mají jednat 27. a 28. června ministři životního prostředí zemí EU v Lucemburku.

Český premiér se obává, že současnému francouzskému předsednictví se nepodaří dosáhnout shody mezi členskými státy, vyjednávání by pak přešlo na české předsednictví. Fiala také uvedl, že bude třeba hledat cesty ke zlevnění elektromobilů a zvýšení sítě nabíjecích stanic. Zákaz se má podle rozhodnutí Evropského parlamentu vztahovat na prodej nových osobních aut a lehkých užitkových vozů se spalovacími motory, netýká se ojetých vozů. Evropa chce být do roku 2050 uhlíkově neutrální. ČTK

INZERCE

Inflace?

Zlato ochrání  
vaše úspory

 Golden Gate



goldengate.cz

**URČITĚ VYZKOUŠEJTE**

**Způsob na husté a silné vlasy**

**za 21 dní!**

Zapomeňte na nesmyslně drahé a neefektivní specifika z televizních reklam! Tento 100% přírodní nutriční bioregenerační přípravek může zabránit vypadávání vlasů za pouhé 3 týdny. Získejte produkt ZDARMA a zbavte se vlasových folikulů, vlasových hrbolek a pleší!



„Olejový přípravek na bázi rostlinných bioextraktů má za úkol zastavit proces vypadávání vlasů a urychlit jejich růst až o 250 %. Staré vlasové folikuly můžeme zesílit a lépe zakořenit, a nové vlasy můžou růst až třikrát rychleji než před podáním přípravku. Až 9 z 10 lidí zaznamená růst nových vlasů do 72 hodin od první aplikace přípravku.“

Specialista tricholog

**Až o 78 % silnější vlasy? Je to možné!**

Až o 78 % silnější vlasy! Ať už jste si všimli prvních příznaků plešatosti, je to dědičné, nebo jste téměř úplně přišli o vlasy. Nový kúra může posílit vlasy a zpomalit stárnutí folikuly, **bojující proti příčině plešatosti na buněčné úrovni - bez ohledu na příčinu.** Pomáhá snižovat také kožní problémy, odstraňuje lupy, svědění, záněty a nadměrnou tvorbu kožního mazu.



Martin G. (41 l.)

Vždycky jsem měl mírnou pleš, ale časem mi vlasy začaly padat tak, že jsem neměl skoro co česat. Vyzkoušel jsem různé kouzelné šampony a vtírací přípravky, ale místo nových vlasů jsem se dočkal jen toho že na hlavě se mi objevily pupínky. Nebyť této léčby, byl bych úplně plešatý! Už při prvním použití jsem si všiml, že mi vypadává méně vlasů. Rostly jako blázen! Každý den jich bylo více a více, až nakonec pleš zmizela!

Takové velkolepé účinky jsou možné díky  
**Třístupňové kúře**

- 1 Zastaví vypadávání vlasů od 1. použití
- 2 Stimulace růstu nových, silných vlasů o 250 %
- 3 Regenerace a 7,5násobné posílení struktury vlasů



PŘED KÚROU

PO KÚŘE

**ZÍSKÉJTE PRODUKT ZDARMA A ZBAVTE SE SVÉ PLEŠATOSTI!**

Zavolejte a získejte produkt ZCELA ZDARMA!

100% SLEVA platí pro první  
50 osob. Pouze do 20. června 2022

**296 849 699**

**Neotálejte!**  
Zavolejte ještě dnes!

Po - Pá 8-20 hod., So - Ne 9-18 hod. (Obyčejný místní hovor bez dodatečných poplatků)





## Tři mušketýři v Kyjevě

Italský premiér Mario Draghi, francouzský prezident Emmanuel Macron a německý kancléř Olaf Scholz (na fotografii zleva) včera dorazili do Kyjeva, aby vyjádřili solidaritu Ukrajině. Trojice státníků se do válkou zmítané země dopravila zvláštním vlakem z Polska. Stejně Ukrajinu navštívil v březnu i český premiér Petr Fiala. AP/LUDOVIC MARIN

# Pijte vodu, nepijte čaj

**Jen dva šálky denně a zhasnout dřív, radí lidem pákistánská vláda.**

„Vyzývám národ, aby snížil spotřebu čaje o jeden až dva šálky, protože čaj dovážíme na dluh,“ řekl pákistánský ministr vnitra Ahsan Ikbál.

Občané by se tímto uskromněním měli zapojit do boje s ekonomickou krizí. Pákistán je sice největším světovým dovozcem čaje, ale kvůli nízkým devizovým rezervám země, které v současné době vystačí pouze na méně než dva měsíce veškerého dovozu, potřebuje šetřit.

Přizpůsobit by se měli také obchodníci. Své stánky by podle Ikbála mohli zavírat už o půl deváté večer, aby ušetřili za elektřinu.

Jen za loňský rok nakoupila země čaj v přepočtu za více než 14 miliard korun. Popijejí méně šálků denně by po-

dle ministra vnitra mohlo pomoci snížit vysoké účty za dovoz zboží. Už minulý měsíc úředníci v Karáči omezili dovoz některého postradatelného luxusního zboží v rámci snahy o ochranu financí.

V kase má kabinet k dispozici v přepočtu zhruba 236 miliard korun. Zhoršující se situace vytváří tlak na vládu, aby snížila vysoké náklady na dovoz a udržela finanční prostředky co nejvíce v zemi.

Restart ekonomiky bude podle premiéra Šahbáze Šarífa velkou výzvou. Šaríf ve funkci nahradil Imrana Chána, kterému v dubnu parlament vyjádřil nedůvěru. Krátce po složení přísahy obvinil Šaríf odstoupující vládu ze špatného ekonomického řízení země.

Žádost o omezení pití čaje se mezi Pákistánci rychle rozšířila na sociálních sítích. Mnozí pochybují, že finanční problémy lze vyřešit pouhým vyražením lahodného nápoje z pitného režimu. **ČTK**



## Brouk slaví

Osmdesáté narozeniny zítřka oslaví anglický hudebník, zpěvák, skladatel a producent sir James Paul McCartney, který stál u zrodu světově proslulé kapely The Beatles (česky Brouci). Společně s tragicky zesnulým Johnem Lennonem tvořili jeden z nejúspěšnějších skladatelských týmů v historii populární hudby.

The Beatles, kteří se rozpadli v roce 1970, mají na kontě hity jako Yesterday, Hey Jude, Let It Be nebo She Loves You. Z původní sestavy kapely stále žije také známý bubeník Ringo Starr, který v červenci oslaví 82. narozeniny. BRENT N. CLARKE

## Roušky. Už zase

V německé hromadné dopravě, zdravotnických zařízeních a dalších institucích nadále platí povinnost nosit roušky a respirátory.

Kvůli opětovnému nárůstu počtu případů covidu-19 doporučil německý ministr zdravotnictví Karl Lauterbach, aby si lidé zakrývali dýchačí cesty i v těch interie-

rech, kde to povinné není. To, zda stačí běžná zdravotnická rouška, nebo je nezbytný respirátor třídy FFP2, se v jednotlivých regionech liší.

Podobně jsou na tom Itálové, kterým povinnost nosit roušky a respirátory zůstává v prostředcích hromadné dopravy a ve zdravotnických zařízeních zatím do září. **ČTK**

### Velký nález

# 141

Archeologové objevili na pozemcích plánované vysokorychlostní železnice HS2 ve Wendoveru severozápadně od Londýna pohřebiště s ostatky 141 mužů, žen a dětí s osobními předměty jako párátko, pinzety, hřebeny či tužka na oční linky. První odhady datují stáří ostatků na páté či šesté století. **ČTK**

## Fake news. Ještě bude boj

Internetoví giganti Facebook, Google a Twitter spolu s dalšími globálními platformami se zavázali důsledněji postupovat proti šíření takzvaných fake news neboli nepravdivých zpráv, dezinformací či propagandy. Nový kodex, který vydala Evropská komise, podepsalo celkem 33 firem, například TikTok, Microsoft nebo český vyhledávač Seznam. **ČTK**

### Krátce

## Rusko zase hrozí

Ceny plynu jsou v Evropské unii od pondělí o 70 procent vyšší. Přetrvávající problémy s opravou zařízení pro kompresorové stanice by mohly vést podle ruského velvyslance Vladimira Čižova k zastavení plynovodu Nord Stream 1. Ten je hlavní trasou pro přepravu ruského plynu do EU.

## Popálený tým

Nepovedený teambuilding firmy Goldbach Group u Curyšského jezera zažilo asi 150 obchodních zástupců ze Švýcarska, Rakouska a Německa. Přečod žhavých uhlíků, který měl posílit sebevědomí, skončil kvůli popálení nám 30 účastníků příjezdem sanitek, 13 z nich skončilo v nemocnici.

## Hygge a byznys

Dánsko se svým pohodovým přístupem k životu zvaným hygge patří k nejšťastnějším zemím na světě. Nově je také tou nejkonkurenceschopnější. Podle žebříčku Mezinárodního institutu pro rozvoj managementu za to vděčí digitalizaci, udržitelnosti a efektivnímu podnikovému sektoru. **MET a ČTK**

INZERCE

# BAUHAUS®

## MOŘSKÁ SŮL

### 25 kg

**bez jodu, pro přípravu slané bazénové vody**

# 279,-!

Nakupte on-line na [bauhaus.cz](https://bauhaus.cz)

Tato nabídka platí od 16. 6. 2022 do vyprodání zásob, nejdéle však do 2. 7. 2022. Ceny jsou uvedeny včetně DPH. Chyby a změny jsou vyhrazeny. [f/bauhauscz](https://bauhaus.cz)



# Pivo a kulturistika? Klidně. Podnikatelka našla díru na trhu

**Nízkokalorický  
bezlepkový ležák  
má tajný recept.**

Řekněme si to rovnou. Lucie Sedláková jako pivařka nevypadá. Drobná blondýnka ale orosenou dobrotu miluje. Dokonce si teď plní svůj „americký sen“ a prodává vlastní nízkokalorický bezlepkový ležák. Pojďme ale nejprve na začátek příběhu.

Lucie, kterou všichni spíš znají jako Lucy, domov opustila už v šestnácti. Z Jindřichova Hradce se vydala do Pelhřimova. Chtěla se stát návrhářkou a tamější střední škola jí měla dát základy. Osud to ale zařídil jinak a ona se po čase přestěhovala do Plzně. Tady nastoupila na podnikatelskou školu. Cílevědomá slečna však chtěla ještě víc, a protože věděla, že cizí jazyk je v dnešním světě základ, vydala se do Londýna. Tam zkusila hned několik prací. Od brigády v hotelu po hostesku. Vybavená angličtinou se po čase vrátila do Česka. Chuť cestovat jí ale neopustila a ve svých toulkách světem „zabloudila“ i do USA. Tehdy se začal rodit její nápad na nízkokalorické pivo.

„Líbí se mi americký styl života. Lidé v USA rádi chodí na pivo, ale zároveň hodně sportují a udržují se. I proto

je tam velký výběr takzvaných light beer. V Česku takové pivo chybí,“ vysvětluje Lucy, kde se vzal její nápad na nízkokalorický ležák.

V době, kdy zrál její plán na výrobu vlastního piva, navštívila pivovar na Kajmanských ostrovech. „Otevřel ho takový mladší pán a já si řekla, že když to zvládl on, tak i já,“ vzpomíná Lucy. Když o nápadu řekla kamarádům, nejprve si klepali na čelo. Tušili, že v zemi, která je vyhlášená svým pivem, nebude snadné prorazit. Lucie se ale vrhla do díla.

Když zjistila, že opravdu v Česku žádný dobrý nízkokalorický bezlepkový ležák není, už jen stačilo sehnat sládku, který by jí pivo vytvořil. „Nakonec jsem našla pivovar na Vysočině, přes dva roky jsme spolupracovali. Vznikal recept. Na poslední schůzce jsme si podali ruce a mělo se začít vyrábět. Jenže mě partneri odpískali a už se vůbec neozvali,“ vzpomíná na nemilou zkušenost podnikatelka.

Svůj sen ale Lucy nevzdala a našla sládku nového. Ten musel ale hodně „čarovat“, vyrobit nízkokalorické bezlepkové pivo je totiž trochu alchymie. Je potřeba specifická technologie i speciální metoda výroby. „Postup, kterým se ležák vytvoří, byl tajemstvím pivovaru, museli jsme utratit nemálo peněz,



Mrkněte na Instagram @lucybeer.cz.

ARCHIV LUCY BEER

aby nám ho poskytli,“ vzpomíná Lucy, které udělala čáru přes rozpočet i pandemie.

Nyní to vypadá lépe. Dokonce skvěle. Lucy Beer už má za sebou dokonce první veřejnou prezentaci. Proběhla na místě, kde byste stánek

s pivem nejspíš nečekali. Lidé totiž mohli speciální ležák poprvé ochutnat na kulturistických závodech.

Vysvětlení je jednoduché. Partner mladé podnikatelky je totiž Martin Mester. Legendární kategorie Men's physique.

Kulturista, který má medaile ze závodů v Evropě i Americe. Byl to on, kdo dodal Lucy kuráž, ať svůj podnikatelský plán dotáhne do konce. To on přišel s názvem piva.

Positivní reakce během první prodejní akce Lucy utvrdily, že se vydala správnou cestou. „Naše pivo všem chutnalo, mladým i starým. Můj brácha je také sportovec, během dne jich dal třicet a druhý den ani neměl kocovinu,“ přidává perličku Lucy a rychle dodává, že její pivo se dělá ve třetinkových lahvích.

Svůj byznys hodlá v létě pořádně rozjet. Dopadnou-li dobře jednání, které podnikatelka a její tým rozjely, měl by být Lucy Beer k dostání i na některých benzinových pumpách, na letních festivalech i na stadionu fotbalové Slavie. „Náš ležák mají už nyní v Jan Paukert Bistro v Karlíně či v holičství Laky Royal. A samozřejmě ho lze objednat přes e-shop,“ vyjmenovává Lucy. Ta má ale ještě větší plány. Momentálně dokonce v jednom pražském sklepení staví pivovar. A už přemýšlí i o vlastním baru. „Lucy Beer prezentují i na Instagramu a už se mi ozývají i lidé z ciziny, z USA, z Norska nebo z Turecka, že by tam naše pivo chtěli. S exportem alkoholu je to ale složitější, proto expandovat za hranice budeme až příští rok,“ vyhlíží Lucy. **MAREK HÝŘ**

INZERCE



**2022**  
INTERNATIONAL  
CIRCUS FESTIVAL

# CIRKUS CIRKUS

BEST OF THE  
WORLD

**NEJVĚŠÍ  
SVĚTOVÁ  
CIRKUSOVÁ  
SHOW**

PROGRAM  
BEZ ZVÍŘAT

**15.-16. 10.  
2022  
PRAHA**

**O<sub>2</sub> universum**













## ZOOALBUM Opět na zeleném

Po osmiměsíční pauze mohou návštěvníci Zoo Praha pozorovat velké želvy ve venkovním výběhu. Zdejší desetičlenná skupina se letos rozrostla o čtyři samce želvy obrovské ze Zoo Heidelberg, kteří tu našli dočasný azyl poté, co jim na pavilon spadl strom. Pražské želvy ihned o překot zamířily ven, samec Boule (na snímku) v tomto „závodě“ obsadil bronzovou příčku. Německé želvy se využívání průchodu do venkovního výběhu od „domácích“ teprve učí.



**OLIVER LE QUE**  
Zoo Praha

**Krátce**

### Nejen hudba

Padesát umělců, osm scén, tři filmové projekce, umělecké instalace, street food zóna a pestrý nehupební program od odpoledne přes koncerty zahraničních i tuzemských hudebních hvězd až po afterpárty, která skončí v časných ranních hodinách. To vše slibuje pátý ročník Metronome Prague. Festival se letos koná od 22. do 25. června. Hlavní hvězdy akce jsou Nick Cave and The Bad Seeds, Beck a Underworld. **MET**

### Téma. Rohlík za 9 korun?

Nadále stoupají ceny paliv a energií. A ty pak ovlivňují ceny všeho. A tedy i růst inflace. Zdražování základních potravin má však i další důvody. Specificky české. „Náklady na energie a DPH máme skoro nejdražší v Evropě! Podle mě ještě výrazně poroste cena masa a mléka,“ myslí si Dana Večeřová, prezidentka Potravinářské komory České republiky. Krize v potravinářství asi nejvíce dopadá na pekaře. „Jestliže loni kupovali kilo mouky za 6,50 koruny, letos ji mají za 13 korun, což se pak samozřejmě musí projevit i na ceně výrobků,“ říká Večeřová Co by pomohlo? Čtete v novém vydání týdeníku Téma.

## Hra na oliheň. Už i jako show

Streamovací služba Netflix plánuje natáčet novou reality show inspirovanou populárním jihokorejským seriálem Hra na oliheň. Na rozdíl od seriálu ale v chystaném pořadu nebudou soutěžící riskovat život a budou mít šanci vyhrát 4,56 milionu dolarů.

Desetidílná série s názvem Hra na oliheň: Výzva se začne natáčet v roce 2023. „Soutěžící budou procházet hrami inspirovanými původním seriálem společně s několika novými překvapeními. Jejich povahy, strategie a spojení mezi nimi projdou zkouška-

mi,“ stojí v prohlášení společnosti Netflix.

Původní Hra na oliheň je jihokorejský dramatický seriál sledující příběh zadlužených lidí, kteří soutěží v dětských hrách o ohromnou finanční cenu. Pokud jsou vyřazeni, zemřou.

Hra na oliheň je na prvním místě žebříčku popularity Netflixu. V prvních 28 dnech od odvysílání prvního dílu seriálu vidělo 111 milionů lidí. Netflix již dříve tento týden oznámil, že chystá druhou řadu tohoto populárního seriálu. **ČTK**



INZERCE

O<sub>2</sub> arena
15/10/2022

# ČESKÝ MEJDAN

## S IMPULSEM

**Marek Ztracený • Divokej Bill**  
**Michal David • Václav Neckář • No Name**  
**Ivan Mládek a Banjo Band • Peter Nagy**

**IMPULS**  
Rááááadio



INZERCE



# Na Mostecku prodáte jen šišku chleba, o ten kulatý není zájem

Být porotce v pekařské soutěži o nejlepší výrobek roku, to je stejná alchymie jako hodnotit vína. Svě o tom ví i Stanislav Janíček, jenž letos patřil mezi ty, kteří posuzovali nejlepší chléb roku 2022.

## Jak dlouho se věnujete pekařské profesi?

Od patnácti, letos je to už čtvrt století. Vyučil jsem se v potravinářské škole v Pardubicích, prošel jsem nejrůznějšími pozicemi v pekárnách, až jsem dostal nabídku pracovat v malé rakouské firmě jako technolog.

## Čím jste se tam zabýval?

Řešil jsem například to, když měli v pekárně malý objem těsta, když nekynulo. Tato náplň práce mi zůstala i poté, co jsem odešel k jiné firmě, kde nyní působím. Ta dodává nejrůznější zlepšující přípravky a náplně pekárnam.

## Lidé často řeší, co vše v potravinách je...

Éčka, která se řešívají nejčastěji, jsou obsažená i v samotné mouce. Pokud se například stane, že sklizeň není dobrá, protože bylo velké vlhko, a kvalita mouky je špatná, mouka potřebuje vylepšit. V našich laboratořích dokážeme vyvinout přípravek, který se přimíchá do mouky. Stane se totiž, že pekaři smíchají nakoupenou mouku s vodou, solí a dalšími surovinami, ale těsto neudrží, jen teče. S tím jim pomáháme.

## Dá se poznat, jaká mouka je a co z ní upečete?

Určitě ano. Můžete hodnotit barvu. Pšeničná má být krásně světlá, žitná zase až šedivá. Mouka by neměla mít cizí pachy.

## Jak se člověk stane porotcem chlebových soutěží?

Certifikované zkoušky, které platí pět let, jsem absolvoval na Vysoké škole chemicko-technologické v Praze. Sám jsem totiž jako účastník jezdival už dříve na soutěže, spolupracuji se Svazem peka-

řů a cukrářů, takže porota byla vyústěním spolupráce.

## Jak zkouška probíhá?

V laboratoři dostáváme ochutnávat různé roztoky, jednou je slaný, podruhé sladký, pak hořký a další a další. Ochutnáváme z malé lžičky. Není to zaměřené čistě na chléb, ale celkově na senzoriku. Já mám například zvýšené vnímání hořkých chutí. Ale posuzujeme i barvy, či cháme pachy a vůně. U těch je to náročné, někdy musíte hodně přemýšlet, kam vůni zařadit. Chutě jsou snadnější. Vůně, pachů a chutí jsou během zkoušek desítky.

## Posuzujete jen roztoky?

Ano, naposledy jsme posuzovali i chipsy. Kvůli použitým náhražkám solí. Hodnotili jsme vzhled i křupavost.

## Okusíte při soutěži všechny vzorky?

Bylo jich sto čtyři. Ale je pět kategorií, v každé je pět komisařů. Takže na jednoho vyjde v prvním kole kolem dvaceti až pětadvaceti vzorků. Nejnáročnější je hodnocení konzumních chlebů, protože v této kategorii jsou chutě velice podobné. Musíte dělat často přestávky, aby chuť v ústech odezněla. Někdo pije kávu, jiný vodu.

## Co by naopak chuťové pohárky rozhodilo?

Někdo říká, že silně aromatické věci. Někdo považuje za moc aromatickou již zmiňovanou kávu. Je to hodně individuální. Slyšel jsem, že ideální je vodka, ale neumím si představit, jak bych po takové degustaci chleba a vodky vypadal... Já si obvykle dám pauzu po pěti vzorcích, vypíši hodnocení a pokračuji. Další vůňku musí porotce ochutnat v druhém kole, kdy do každé kategorie postoupí pět vzorků. Ty už ochutnáváme všechny. Takže v celé soutěži člověk otestuje kolem čtyřiceti nebo více vzorků. Tady je výhodou, že třeba u Novinky roku nebo Chleba bez hranic jsou už chutě mno-



Stanislav Janíček je ostrý porotce.

hem odlišnější než u konzumních chlebů. Jsou tam chleby s restovanou cibulkou, se slunečnicovými semínky, chléb podmáslový. Chleby se liší tvarově i rozměrem, proto porotci nepotřebují dělat pauzy tak často.

## Chleby se nyní méně solí. To je obecný trend?

Ano, je to trend, i zdravotní. Lidé do sebe dostávají sůl z chipsů, tyčinek, snacků, hledají pak proto méně slané chleby. Jenže často si paradoxně k méně slanému chlebu dají kus uzeného. Chléb může být o dvě desetiny méně slaný, ale masem tu sůl bohatě doženou.

## Odhadnete podle chuti, odkud chléb pochází?

Jsem z Liberecka, takže regionálně určitě. U nás to mám dokonale zmapované. Navíc na první pohled poznáte rozdíl mezi malou a velkou pekárnou.

## Liší se chleby také podle regionů?

V Olomouci mají raději kyselější chleby. Tam se musí i velké pekárny, které prodávají po celé republice, krajo- vě přizpůsobit. Na Tanvaldsku také upřednostňují extrémně kyselé chleby. Ale jsou i tvarové zvláštnosti. Příjedu k zákazníkovi do Mostu, tam prodávají jenom šišky chleba, ne kulatý. Přejedete padesát kilometrů do jiného města – a je to pravý opak. Když už jsme u Mostu. Během covidu tam velké pekárny nařikaly, že přišly o kšefty. Spousta tamních rodinných pekáren ale navýšovala o sto procent. Lidé čekali před jejich prodejny ve frontách jako za komunistů na banány. Ale třeba v Děčíně zase malé pekárny skomíraly, lidi chodili v pandemii spíš do řetězců.

## Máte pro to vysvětlení?

Sám tomu ani za ty roky nerozumím. Jeden se v tom ne-

vyzná. Jsou chleby, které s úspěchem prodává pekárna po celé republice, ale v jednom jediném kraji se s konkrétním výrobkem nechytá.

## Kde mají podle vás nejlepší chleba v Česku?

Odpovím jinak. Mám rád tradiční kváskový chléb. Prokvašená žitná mouka, která zraje celý den, aby se z ní dal večer upéct báječný chléb. Mám rád pekárny, kde ještě mají pece na bázi starých dvouetážových parních pecí. Kde se muselo z boku topit uhlím. Já osobně rád jezdivám do pekárny Paul v Mělníku. Tam ještě parní pekárnu, jak se říká parničku, mají. Sice ne na uhlí, ale na plyn. Totéž je u nás na Liberecku, kde je v Tanvaldu pekařství Mašek.

## Poradil byste čtenářům jednoduchý recept na dobrý domácí chléb?

Půl na půl pšeničnou a žitnou mouku, tak dvě procenta soli, to znamená na kilo asi dvacet gramů. Přiměřené množství vody, na kilogram mouky šedesát deka. Lze ho zadělat i pivem. Kdo chce, přidá různá semínka, ořechy, uzené, škvarky. Když máte dobrý kvásek, nemusíte přidávat ani droždí. Někdo ho dává, aby mu těsto rychleji kynulo. Jinak stačí nechat kynout tak hodinu v ošatce pod plátýnkem. A můžete péct bez problémů v elektrické troubě. Určitě je dobré přidat na prvních pět až deset minut hrníček s vodou, aby bylo těsto elastické. Aby se hodně nafouklo a zapeklo. Jinak chleba popraská. Prvních pět minut na 250 stupňů, pak jde pryč hrnek s vodou a stáhnou teplotu na dvě stě stupňů. Kilogramový bochník se peče kolem tři čtvrté hodinky.

## Pečete si i vy sám doma občas chléb?

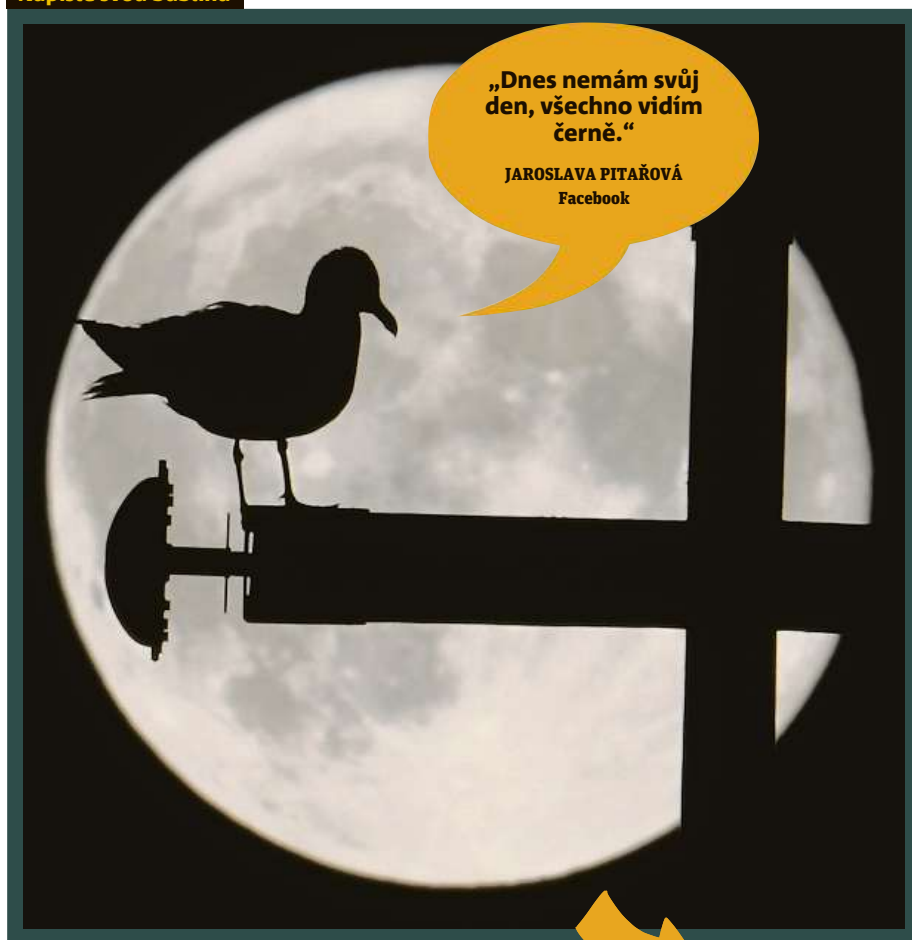
Peču, ale já si pro kvásek raději jezdivám do pekárny. On totiž potřebuje pravidelnou peči. A na to já nemám bohužel čas. **PAVEL HRABICA**



**Sudoku**

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

**Napište svou bublinu**



**Luštěnka**

Doplňte do obrazce všechna slova. Tajenka je v označených políčkách.

3 – LUP, OKO

4 – AKCE, BÁGL, EPIK

5 – BROKY, EGYPT, PÁREK, ZEBRA

6 – ADOPCE, PRŮMĚR, PSANCI, ŠATNÍK

7 – INZERCE

10 – DEVATENÁCT, ŠTIPLAVOST

1 2 3 4 5

**Počasí**

DNES	ZÍTRA	NEDELE	PONDĚLÍ
24/28 °C	31/35 °C	33/37 °C	23/27 °C

Teplotní rekordy: ↓ 7,0 °C (1916) ↑ 34,9 °C (1931) Bio: ❤️❤️❤️



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

**TV tipy**

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>16.05 Polopatě</p> <p>17.00 Bydlet jako... bylinkářka</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 Polodové a nemluvné (9/13)</p> <p>21.10 Všechnopárty</p> <p>22.05 Dobrodružství Sherlocka Holmese</p> <p>23.00 Místo činu – Frankfurt</p> <p>00.35 Případy detektiva Murdocha XIV</p> <p>01.20 Toulavá kamera</p> <p>01.50 Objekt</p> <p>04.55 Pod pokličkou</p> <p>05.15 Etiketa</p>	<p>16.15 Kouzlo Afriky</p> <p>16.40 Sousedé</p> <p>17.10 Návraty dokumentaristů: Vít Olmer</p> <p>17.35 Nádherná Jižní Korea (1/2)</p> <p>18.30 Heydrich – konečné řešení (42/44)</p> <p>18.55 Největší tankové bitvy</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Rvačka v Panamě</p> <p>Thriller (Fr./It./N, 1965)</p> <p>21.45 Mazaný Filip</p> <p>23.25 Temný les (4/6)</p> <p>00.10 Na Měsíc a zpět za 8 dnů</p> <p>01.40 Stanou se hlavonožci vládcí moří?</p> <p>02.40 Děti bez minulosti</p>	<p>15.55 Kriminálka Las Vegas VI (18)</p> <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.30 Na lou</p> <p>18.25 Ulice (4295)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Jak se budí princezny</p> <p>Pohádka (ČR, 1977)</p> <p>22.10 Můj příběh</p> <p>Romantické drama (ČR, 2019)</p> <p>00.10 Kriminálka Las Vegas VI (1, 18)</p> <p>01.45 Mentalista V (20)</p> <p>02.25 Život ve hvězdách</p> <p>03.00 Na lou</p> <p>03.40 Doktorři z Počátků (86)</p> <p>04.40 Novoshopping</p>	<p>16.50 Singl švindl</p> <p>17.50 Prostřeno!</p> <p>18.55 Hlavní zprávy</p> <p>19.40 Krim zprávy</p> <p>19.55 Showtime</p> <p>20.15 Máme rádi Česko</p> <p>22.00 Tátové na tahu (15)</p> <p>Komedialní seriál (ČR, 2018)</p> <p>23.15 Ano, šéfe!</p> <p>00.20 Singl švindl</p> <p>01.20 Námořní vyšetřovací služba VI (16)</p> <p>Pomsta. Krimiseriál (USA, 2008)</p> <p>02.20 Jake a Tlustoch V (18)</p> <p>03.20 Kriminálka Montpellier V (3)</p> <p>Afroditiny slzy. Krimiseriál (Fr., 2020)</p> <p>04.35 Rozpal to, šéfe!</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 Flashback</p> <p>11.00 Óčko hity</p> <p>14.00 Óčko trendy</p> <p>14.30 Top 3 Óčko Chart</p> <p>14.45 Óčko trendy</p> <p>15.00 Óčko hity</p> <p>17.00 Novinky</p> <p>Nové klipy pěkně pohromadě</p> <p>18.00 CZ &amp; SK</p> <p>České a slovenské klipy</p> <p>18.59 Nebud dřevák, dej si tláák</p> <p>Připravte se na Velikonoce a vyhraďte, stačí poslat koment přes Fb Óčka přímo do vysílání</p> <p>19.00 Óčko hity</p> <p>22.00 Party ride</p> <p>1.00 Óčko flirt</p>





## TEREZIE TOMÁNKOVÁ

MODERÁTORKA PARTIE NA PRIMĚ



### Sloupek

# POMALÁ POMOC

Peny se utrhyly ze řetězu, nebere to konce. Jsme na šestnácti procentech, je to nejvyšší inflace v Unii, podobná jako ve válčícím a sankcionovaném Rusku. Je to viditelné, hmatatelné. V minulosti bývalo zdražování pozvolné a rozložené v čase. Teď ale nevěřičně zíráme na faktury za energie nebo účtenky za nákup potravin, protože si pamatujeme, kolik zboží stálo před pár měsíci nebo týdny. Jak výrazně nižší ty částky byly. V tuto chvíli jsme v Evropské unii výjimkou v tom, jak málo a pomalu stát lidem v této době pomáhá. Ministři slibují, že nechtají nikoho padnout. Slyšíme, že na velkou pomoc nejsou peníze, protože minulá vláda rozvrátila rozpočet. Když ale poslouchám zoufalé rodiny, seniory, kteří nemají na zaplacení už teď a bojí se zimy, tyto politické hádky je nezajímají. A také slyšíme ekonomy, sociology, odborníky na dluhy a půjčky, kteří varují, že pokud se vláda nerozhodne, neopustí své původní plány a ideologii, že plošná pomoc je špatná, že pomáhat se může jen nejpotřebnějším, může to mít

### Cítat

## Jak silně si vláda a její premiér toto riziko uvědomují? Zeptám se přímo.

velké sociální, ale i politické dopady. A neskončí to dobře. Pro občany ani je, vládní politiky. Jak silně si vláda a její premiér toto riziko uvědomují? Zeptám se ho na to v nedělní Partii. Předseda vlády Petr Fiala bude po čase mým hostem. Probereme plány na pomoc občanům s vysokými cenami. Co všechno vláda chystá a bude to stačit? Ale i válku, zahraniční politiku, naše předsednictví v Radě Evropy. Ale i nadcházející volby a vztahy v koalici. STAN je zatížený skandály, někteří piráti vystupují jako opozice a TOP 09 veřejně kritizuje plány na hospodaření státu. Velký rozhovor s premiérem. A tak, jak jste zvyklí, hned poté bude následovat diskuse se špičkami ostatních politických stran.

### Anketa

## Co je podle vás „mužská práce“?



**Vladimír Novotný**  
To, o co požádá manželka.



**Marcela Sochová**  
Veškeré domácí opravy a kutilství.

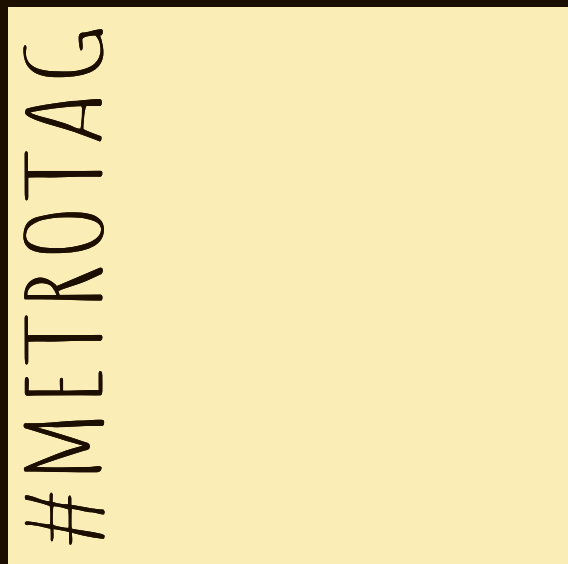


**Lukáš Říha**  
V dnešní době už zakázané slovní spojení.

## @mojemetro



Vyzvali jsme naše čtenáře, ať předvedou své kreslířské dovednosti. Hozenou rukavičci zvedla **Petra Blachue** a výsledek je parádní. Instagramový příběh s Asterixem a hashtagem **#metrotag** se nám moc líbil. Však jsme ho i zařadili do novin. Kdo se předvede dál? Návod, jak na to, najdete níže.



Tohle je místo na váš vzkaz! Do žlutého rámečku napište přání, výzvu, básničku nebo něco namalujte. Výtvar vyfotíte a sdílejte 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

## Výluh ze špačků

Reaguji na článek v Metru o špačcích z cigaret. Je pravda, že kuřáci je házejí na zem tam, kde zrovna stojí, i když mají pár kroků k odpadkovému koši. Já je pak sbírám kolem zastávek, protože z nich dělám výluh ve vodě, který pak po měsíci zředěním 1:10 s vodou používám k postřiku keřů a stromů proti houbovým chorobám. Zatím se mi to osvědčilo například proti americkému padlí na angreštu. **EVA TREJBALOVÁ**

## Batůžkáři

Není to tak dlouho, kdy Metro psalo o cestujících, kteří mají v MHD batoh na zádech a tím překáží svému okolí. S blížícím se létem batůžkářů přibýlo. Veselí človičkové s narvaným zavazadlem na hrbu zabírají víc místa, než je zdrávo. Možná nechtějí batoh položit na poslapanou zem tramvaje. No a já zase nechci pravidelně dostat krosnou do čumáku. **MARTIN ŠRÁMEK**

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

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

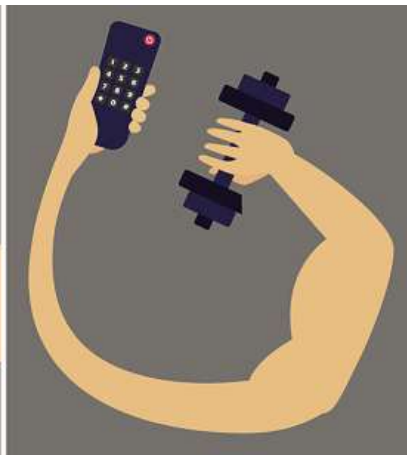
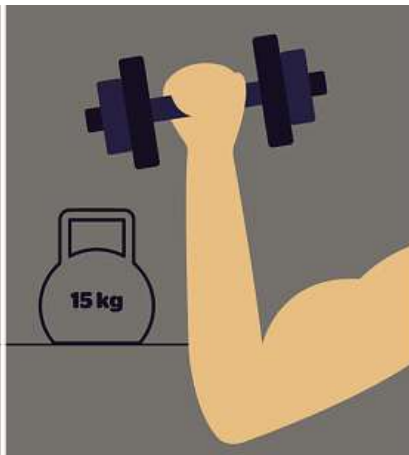
### Řešení sudoku

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

### Řešení luštěnky

LEPEK

### Komiks



hloupá & hloupější

SVOJE RUCI MŮŽEŠ  
VYUŽÍT CHYTŘEJI.

**DARUJ KREV**  
hlouphloupejsi.cz



# Uspěje Kopecký v Hustopečích?

**Populární rallye mezi moravskými vinicemi se pojede během víkendu.**

Úřadující český šampion v automobilových soutěžích Jan Kopecký bude útočit na osmé vítězství v Rallye Hustopeče. Opět by měl svést náročný souboj s Václavem Pechem, kterému se na Břeclavsku také daří. Soutěž vyhrál již čtyřikrát a loni Kopeckého porazil o šest sekund.

„Samozřejmě že bychom chtěli maximálně uspět. Hustopeče jsou domácí závod pro našeho hlavního partnera. Vím ale, že nás nečeká nic jednoduchého. Ukázaly to naše loňské souboje s Vaškem Pechem, kterého jsme nestihali. Uvidíme, jak to půjde,“ řekl Kopecký, jenž startuje v Agrotec Škoda Rallye týmu.



Jan Kopecký ARCHIV

Čtyřicetiletý jezdec má v čele mistrovství ČR náskok 27 bodů na Filipa Mareše, jeho hlavním soupeřem v sezoně je ale Pech. Jeho výsledky se však do hodnocení šampionátu nezapočítávají, neboť startuje s vozem kategorie WRC, pro které Autoklub České republiky letos vytvořil samostatnou divizi 2.

„Soupeřit s Vaškem je vždy těžké. A je jedno, zda jsou to Hustopeče, nebo třeba Krumlov. Soupeříme spolu vlastně už od roku 2004. A když si ve-

zmu třeba poslední dva Krumlovy, loňský listopadový a letošní květnový, tak mezi námi v součtu všech časů byla desetina (sekundy). A jelo se v totálně odlišných podmínkách. To mluvím za vše a myslím si, že se máme na co těšit. A já jen doufám, že nebudeme hrát druhé housle a nebudeme ho celý závod nahánět,“ přál si Kopecký.

Rallye Hustopeče je stejně jako v minulosti součástí i slovenského šampionátu. K domácí špičce se tak přidá například Polák Grzegorz Grzyb nebo Jaroslav Melichárek ze Slovenska, jenž stejně jako Pech startuje s vozem kategorie WRC. Se stejným typem vozu pojede i Tomáš Kurka.

První start v sezoně čeká zkušeného Miroslava Jakeše. Pořadatelé 17. ročníku pro posádky připravili dvanáct rychlostních zkoušek o celkové délce 174 kilometrů. Vítěz bude znám v sobotu. **ČTK**

# Brno. Zahájilo se třemi testovanými

Se dvěma už ohlášenými posilami Róbertem Matejovem a Josefem Divíškem a třemi hráči s prvotními zkušenostmi na zkoušku zahájil přípravu nováčků první fotbalové ligy Zbrojovka Brno. Trenér Richard Dostálék přivítal na prvním tréninku po dovolených Jakuba Yunise, Denise Granečného a Michala Jeřábka, kteří mají dohromady na kontě téměř 300 zápasů v nejvyšší soutěži. Zbrojovka se mezi elitu vrátila po roční přestávce, v níž suverénně ovládla druhou ligu, a s před-

stihem si zajistila postup. Nechce kopírovat sezonu 2020/21, kdy rok po postupu nebyla v první lize konkurenceschopná a spadla o patro níž. „Od začátku děláme vše pro to, aby se situace neopakovala a byli jsme stoprocentně připraveni od prvního momentu,“ řekl Dostálék. Tři testovaní hráči jsou v Brně na desetidenní zkoušku, nicméně kouč je přesvědčen, že uspějí. „Jsou to ligou protřelí hráči. Věřím, že ukáží kvalitu a poperou se u nás o smlouvu,“ dodal Dostálék. **ČTK**

## Vše pro střechy

### BRNO

Veslařská 25, 637 00 Brno

info@proex2000.cz

608 315 161

**SLEVOVÝ KUPÓN 10 %**  
www.proex2000.cz

Po předložení kupónu na prodejné obdržíte 10% slevu na veškerý sortiment. Slevový kupón je platný ve všech prodejnách ProEx 2000, spol. s r.o.



INZERCE

**metro**

**MOJE  
MĚSTO  
MOJE  
METRO**

GENERÁLNÍ PARTNER: LIBERTY

HLAVNÍ PARTNER: OSTRAVA!!! PORUBA

PRODUKTOVÝ PARTNER: RODEGAST

ZA PODPORY: Moravskoslezský kraj OSTRAVA!!!

# ART & LIFE

## FESTIVAL V ULICÍCH

**24.-26. června 2022**  
HLAVNÍ TŘÍDA  
OSTRAVA-PORUBA  
PÁTEK OD 18.00 NA ALŠOVĚ NÁMĚSTÍ  
SOBOTA A NEDĚLE OD 11.00

**HUDEBNÍCI, AKROBATI  
A PERFORMEŘI  
Z CELÉHO SVĚTA**

OBŘÍ LOUTKY  
KREATIVNÍ LUNAPARK  
PROPAN PUNK FIRE SHOW  
STŘEDOVĚKÁ AKROBATICÁ SHOW  
MÝTICKÉ MASKY LEGENDA O SVĚTLE  
ROBOT STREET SHOW BUBENÍCI  
DECHOVÝ ORCHESTR HUDEBNÍ BUSKING  
WORKSHOPY A DIVADLA PRO DĚTI  
a další

VSTUP ZDARMA  
festivalvulicich.cz

OFICÁLNÍ TISKARNA: CPC7 Czech Print Center



Apple WATCH    Apple AirPods Pro  
SERIES 7

Zvuk, co s tebou  
zacvičí.



iWant

Apple  
Premium  
Reseller

Více na prodejních  
nebo na [www.iWant.cz](http://www.iWant.cz)

