

EVA SAMKOVÁ NESTIHNE DOLÉČIT SVÉ KOTNÍKY

ČESKÁ SNOWBOARDCROSSAŘKA VYNECHÁ ZIMNÍ OLYMPIÁDU STRANA 16



metro



PRAHA

Pátek, 21. ledna 2022

Č. 15, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Běla

[mojemetro](https://www.instagram.com/mojemetro) | [denikmetro](https://www.facebook.com/denikmetro)

Lékaři: Nepodceňujte revizi vlastního těla!

Od ledna. Praktičtí lékaři se zaměří na silné kuřáky. **Prevence.** Kdo „dá“ více než 20 cigaret denně, ten by měl zajít na plicní. **Prohlídka.** Pojišťovny obesílají své klienty, zvou je na další screeningová vyšetření STRANA 8

Nejlepší je série Zkáza

Letošnímu ročníku fotografické soutěže Czech Press Photo vévodí snímek zachycující následky ničivého tornáda, které se v červnu prohnalo částí jižní Moravy. Pochází ze série Zkáza od Petra Topiče z mediálního domu MAFRA. Porotci letos vybírali ze čtyř tisíc snímků v osmi kategoriích od 250 fotografů, kteří svá díla mohli přihlašovat elektronicky celé září. Výstava vítězných fotografií začíná dnes v Národním muzeu a potrvá do konce května. Otevřeno bude denně od 10 do 18 hodin. Více čtěte na straně 4.

MAFRA



Kvůli stáži se vzdá mandátu

Poslanec Jan Farský se vzdá svého mandátu. Oznámil to na Twitteru poté, co ho k rezignaci vyzvalo předsednictvo hnutí Starostů a nezávislých. Farský čelil kritice opozice i koaličních partnerů za půlroční stáž v USA. Tu chtěl absolvovat současně s výkonem své poslanecké funkce. Do Poslanecké sněmovny místo něj nastoupí ředitelka libereckého divadla F. X. Šaldy Jarmila Levko, první náhradnice na společné kandidátce STAN a Pirátů pro Liberecký kraj. Počítá s tím, že z ředitelské funkce odejde. STRANA 7

INZERCE



SRDCE NA DLANI

KOMEDIE OD TVŮRČŮ HITU 'ŽENY V BĚHU'
V KINECH OD 20. LEDNA

KOPRODUCENTI



DISTRIBUTOŘ

CinemArt

HLAVNÍ PARTNER

Prima

HLAVNÍ MEDIÁLNÍ PARTNER

Žampol

Každásko

PARTNERI

BILLA

Wow

Prague Film Fund

MEDIÁLNÍ PARTNERI

CPD

TV

LETOTALFIMA

STV

9 771211 781002 22015

Záchod na náměstí Kinských kradl mince. Rozbil ho vandal

Na nefunkční WC upozornil deník Metro rozzešený čtenář. Zoufalí Pražané si tu museli ulevovat u stromu.

„Dnes jsem hodil pět korun do mincovníku veřejných toalet na náměstí Kinských a dveře zůstaly zavřené!“ S tímhle tvrzením před pár dny přišel čtenář deníku Metro Martin Kubík. Mnoho lidí podle něj u nefunkčního WC dopadlo velmi podobně jako on, a tak museli vykonat potřebu do pár kroků vzdálené zeleně.

„Pak se nedivme, že lidé močí na ulicích. Komu tento zdroj pětikorun slouží? Je to vlastně podvod na lidech. Navíc u dveří na záchod není napsáno, kdo jej provozuje a kam se mají hlásit poruchy a krádeže peněz,“ píše dále čtenář, jenž za svůj tip a doprovodnou fotografii z místa získává odměnu tři sta korun.

Či je to záchodek?

Veřejných záchodků lze na území hlavního města nalézt pěknou řádku (návod najdete v boxu). Jen v páté městské části, kde se nachází i zmiňované porouchané WC, jich pod různými správci funguje něco přes deset. Nejvíce veřejných toalet se kromě centra



„Pozor, tohle nedostupné WC kradle,“ upozorňoval před časem čtenář.

MARTIN KUBÍK

metropole koncentruje právě v okolí Anděla. Vedení páté městské části se deníku Metro k nefunkčnímu WC na náměstí Kinských odmítlo vyjádřit. Na odpověď tiskového odboru Prahy 5 čekala po vznesení dotazu naše redakce více než týden.

„Uvedené záchodky nejsou v naší správě. Paní starostka v tomto případě na tuto věc nebude nijak reagovat,“ uvedl pro deník Metro mluvčí páté městské části Radim Otépka.

Opraveno za pár dní

S nápravou problému nakonec deník Metro pomohli až zaměstnanci magistrátu. Sloup s integrovaným WC, jak se typ záchodku na náměstí Kinských přesně nazývá, má totiž ve své správě společnost JCDecaux. Její služby si objednal právě magistrát. Úředníci proto na popud deníku Metro poslali na místo zaměstnance firmy, aby WC opět zprovoznil.

„Zadali jsme okamžité vyřešení poruchy. Následně jsme

zjistili, že toaleta nefungovala kvůli vandalismu. Došlo tu k zablokování mincovníku a tím poruše celého zařízení. Toaleta je již zcela funkční. Děkujeme za upozornění a omlouváme se za problém,“ popisuje pro deník Metro mluvčí magistrátu Vít Hofman.

Sloupy brzy zmizí nadobro

WC zabudované do kulatých sloupů, kam si, pokud jsou funkční, můžete odskočit za pět korun nonstop, bu-

Veřejné toalety

Sháníte veřejný záchod v okolí a máte mobil s internetem? Pomůže vám mapička od IPR.

- Mapové podklady institutu plánování a rozvoje naleznete na webu geoportalpraha.cz/cs/mapy/mapa-online. V centrální černé podbarvené části stránky, kde vidíte sekci Doprava, najděte vpravo na Vybavenost. Až se vám rozbalí nabídka, klikněte na Veřejné toalety.
- Jistotou bývají také veřejné toalety v metru. Pozor ale na různou otevírací dobu. Z technických důvodů jsou nyní do odvolání uzavřeny například ve stanicích metra Nemocnice Motol. Podrobnosti naleznete na webu: dpp.cz/cestovani/wc-v-metru.

dou v hlavním městě brzy minulostí.

Pražský magistrát se totiž rozhodl neobnovit smlouvu s JCDecaux, takže bude v nadcházejících měsících nahrazovat nejen její přístřešky na zastávkách, ale i zmiňovaná WC. Jakým typem – a zda vůbec – je hlavní město hodlá v ulicích nahrazovat, není zatím jasné.



FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosevsky@metro.cz

INZERCE

EX DRAŽBY
PORTÁL ELEKTRONICKÝCH
DRAŽEB A AUKEJ

**AUKCE NEMOVITOSTÍ
ZDARMA**

Prodejte Vaši nemovitost
(byt, dům, pozemek)
za nejvyšší možnou cenu
formou elektronické aukce
nebo dražby přes největšího
dražebníka v ČR
JURIS REAL Dražby a.s.
s databází 100 000
registrovaných,
poptávajících klientů.

800 22 33 88

www.prodejtojinak.cz

Krátce

Větší kontrola

Hlavní město podle radního pro majetek Jana Chabera zvažuje, že by s ohledem na současnou bytovou krizi prodeje jednotlivých bytů městskými částmi nově podléhaly souhlasu městské rady. Nyní vedení Prahy schvaluje prodeje nad padesát milionů korun, což se týká pouze celých domů. **ČTK**

EXKLUZIVNÍ LÉČEBNĚ-REHABILITAČNÍ POBYT

8 DNÍ = 7 NOCÍ V MARIÁNSKÝCH LÁZNÍCH - HOTEL RICHARD****

21.01. – 30.04.2022

pův. 15.550,- Kč = sleva cca. 35 %

9.990,- Kč osoba ve 2-lůžkovém pokoji

10.990,- Kč 1-lůžkový pokoj

Ubytování, bohatá polopenze, 1x aperitiv

1x lékařské vyšetření + 12x procedura

Denně volný vstup do bazény, vířivky a fitness studia



REZERVAČNÍ TEL: 354 696 111, EMAIL: recepce@hotelrichard.com



Čtvrtstoletí bez Bunkru

Rockový klub Bunkr v Lodecké ulici, který patřil ke kulturním symbolům uvolněné doby po pádu komunistického režimu, nuceně skončil před 25 lety, 21. ledna 1997. Podnik, kde se hrála hudba 24 hodin denně, narazil na odpor místních obyvatel a po zásahu radnice a řadě soudních tahanic byl i přes protesty fanoušků a hudebníků definitivně uzavřen.

MAPRA

Libeňák? Už na jaře

Někdejší vedení Prahy chtělo most zbourat. Čeká ho ale oprava.

Rekonstrukce Libeňského mostu začne letos na jaře a vyjde na zhruba 2,18 miliardy. Jako první přijde na řadu vybudování provizorní lávky pro pěší a cyklisty. Soumostí z roku 1928 nebylo zatím nikdy opravováno.

Část, která se klene nad Vltavou, svou podobu nijak nezmění. „Nehovoříme ale pouze o rekonstrukci mostu přes řeku, ale o kompletní proměně komunikace Libeňský most od Holešovic až po Palmovku, což je 1200 metrů. Libeňský most je soumostí tvořených šesti mosty,“ uvedl včera náměstek primátora odpovědný za dopravu Adam Scheinherr.

Konsorcium vedené společností Metrostav TBR opraví a přestaví celé soumostí od křižovatky s Dělnickou a Jankovcovou ulicí po Palmovku a pracovat bude i na obnovení zasypaného vltavského ramene. Vybuduje cyklostezky nebo bezbariérový přístup na most z Rohanského ostrova, který se promění v odpočinkovou oblast.

Někdejší vedení Prahy plánovalo most zbourat a vystavět nový, širší. Z toho nakonec sešlo. „Není důvod, aby most byl rozšiřován, protože nevede na žádnou tranzitní spojnicí města a zácpy se tu nikdy netvoří. Je páteří pro MHD, ale ne pro automobilovou dopravu. Hraje především roli lokální spojnice mezi městskými částmi,“ říká Scheinherr. Libeňský most je v havarijním stavu. Například v roce 2018 byl kvůli tomu dočasně uzavřen pro auta a MHD. **ČTK**

ZOOALBUM Vydry mají opravená skla, už zase spolu dovádějí



Návštěvníci pražské zoo už opět mohou sledovat dovádění tamního vydřího páru Tary a Coryho přes nově osazená skla expozice vyder severoamerických. Jejich bazén

pocházející z 90. let nedávno prošel důkladnou rekonstrukcí. Cory s Tarou přišli do Zoo Praha v roce 2015 z USA, kde byli odchyceni ve volné přírodě v rámci konfliktů s chova-

teli ryb. Na snímku je samec Cory.



OLIVER LE QUE
Zoo Praha

INZERCE

NINTENDO SWITCH

- II Ke konzoli navíc zdarma Switch Minecraft Dungeons
- II Nová dimenze ovládání
- II Lokální multiplayer jako nikdy dříve



7.549,-

Ponořte se do světa her kdekoliv chcete.



Tak klikni hned na [Mironet.cz](https://www.mironet.cz)

CZECH PRESS PHOTO

Přírodní katastrofa.

Jak ji zaznamenat citlivě?

Fotograf Petr Topič z mediálního domu MAFRA získal hlavní cenu v soutěži Czech Press Photo 2021. Vítězný snímek (viz titulní strana tohoto vydání deníku Metro) pochází ze série zachycující následky ničivého tornáda na jižní Moravě. Porotu zaujaly i další fotografie z Topičovy série, která jako celek ovládla kategorii Aktualita. „Tornádo, které zpustošilo obce na jižní Moravě, bylo výrazným tématem roku a do soutěže přišly snímky od mnoha autorů. Tato nečekaná událost byla výzvou pro novináře, fotografy i pro veřejnost. Zejména v tom ohledu, jak citlivě k situaci přistoupit a zaznamenat ji,“ uvedl předseda poroty Petr Mlch.



Rok pohledem fotografů: covid, Babiš i tornádo



Sport i politika. Porotu zaujala volební kampaň, ale i české vavřiny

Topič bodoval také v kategorii Lidé, o kterých se mluví se sérií Volební kampaň Andreje Babiše. Uspěl i jeho kolega z MAFRA Michal Sváček, jenž obsadil třetí místa v kategoriích Sport se snímky z tokijské olympiády a Portrét s fotografiemi herce Karla Dobrého. Na fotografii z olympijských her slaví český judista Lukáš Krpálek zlato! Ve finále se Krpálek utkal s Gruzíncem Guramem Tušišvilim a zopakoval triumf z předchozích her.



Klokani. Na štaflích

Hlavním tématem roku 2021 byla pandemie. Promítla se i do kategorie Sport, v níž zvítězil reportér ČTK Roman Vondrouš. Bodoval se sérií Věrní fanoušci. Ukazuje fandy Bohemians, jak svůj klub povzbuzují přes zeď z donesených štaflů. V kategorii Reportáž vyhrál Lukáš Bíba z Economie se sérií nazvanou Druhá a třetí vlna.



Nestavíme vzdušné zámky,
stavíme a vlastníme
skutečné nemovitosti již 20 let

ZAJIŠTĚNÉ DLUHOPISY S VYSOKÝM VÝNOSEM



- ✓ Investice od 50 000 Kč
- ✓ Dvouleté dluhopisy
- ✓ Roční úrok 6 %
- ✓ Úrok vyplácen jednou ročně
- ✓ Možnost předčasného splacení

Objednávky

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

DVOULETÉ DLUHOPISY ZAJIŠTĚNÉ ZÁSTAVNÍM PRÁVEM K NEMOVITOSTEM

e-Finance CZ, a.s., člen realitní investiční skupiny e-Finance, a.s. uvádí na trh dluhopisy s vysokým ročním výnosem zajištěné zástavním právem na celém exkluzivním areálu zámku Račice čítající pozemky o výměře přes 50 000 m², nemovitosti a samotný zámek Račice. V reakci na rostoucí inflaci se společnost e-Finance CZ, a.s. rozhodla vydat emise zajištěných dluhopisů s ročním výnosem 6 %, které našim investorům pomohou ochránit úspory před znehodnocením.

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.



**EFI
SPA HOTEL**

LUXUSNÍ UBYTOVÁNÍ S WELLNESS V BRNĚ

NOVÝ EFI SPA HOTEL **** SUPERIOR S WELLNESS, RESTAURACÍ A ŘEMESLNÝM PIVOVAREM

- Pobyty se snídaní a večeří
- Parkování v areálu
- Dobíjecí stanice na elektromobily
- Pivovar a restaurace v objektu
- Finská sauna o ploše 36 m²
- Vířivka pro 6 osob
- Hyperbarická komora OXYLIFE
- Odpočívárna v třípodlažní věžičce

www.efispahotel.cz | Tel.: +420 515 557 500



EFI SPA Hotel
člen e-Finance Group

Sněhové bouřky jsou vzácné, o to zrádnější



Nehoda u Žebráku. Srazilo se tam dvacet osobních aut a šestnáct kamionů. Při nehodě našťastí nikdo nezemřel.

2x ČTK

Zničehonic nával sněhu a silný vítr. Na D5 bouralo třicet šest aut.

Českem přechází studená fronta, kterou včera dopoledne místy provázelo intenzivní sněžení a prudký vítr. Ojedinele se objevily i zimní bouřky. Meteorologové varují, že sněžení v kombinaci

se silným větrem hlavně v místech nad 500 metrů nad mořem mohou vytvářet náledí a nebezpečné sněhové jazyky, na horách pak závěje, a to až do dnešního večera.

Bouřky v zimě jsou podle meteorologů spíše vzácné a obvykle méně plošné než ty letní, každou zimu jich bývá několik. „Nečekejte ale klasické letní blýskavice – zimní bouřky jsou o mnoho decentnější,“ upozornili meteorologové.

Nicméně právě v tom, že mohou překvapit, jsou nebezpečné. Právě tak bouřka způsobila i hromadnou havárii. Dálnici D5 na 33. kilometru ve směru na Prahu u Žebráku po jedenácté hodině zablokovala hromadná dopravní nehoda až čtyřiceti aut. Při nehodě se pět lidí zranilo, dálnice ve směru na Prahu byla až do večera uzavřena.

A jak bude o víkendu? Začne se pozvolna oteplovat, teploty se přes den budou po-

hybovat těsně nad nulou. Dnes bude proměnlivá, zpočátku zmenšená oblačnost. Ojedinele, na severovýchodě a jihozápadě, bude postupně místy sněžit. Večer bude v západní polovině Čech přibývat oblačnosti se sněžením. Nejvyšší teploty se budou pohybovat v rozmezí minus 2 až plus 2 stupně Celsia. Podobné počasí bude i přes víkend. Výraznější změnu počasí nepřinese ani první polovina příštího týdne. **IDNES.cz a ČTK**



Ski areál Vaňkův kopec v Horní Lhotě u Ostravy

2x ČTK



O víkendu na lyže

Lyžařská střediska nabízí dobré sněhové podmínky.

- Na sjezdovkách v otevřených skiareálech je dostatek sněhu a předpověď slibuje další sněžení, díky kterému by se mohly otevřít i zatím nezprovozněné vleky a lanovky. Zkrátka nepřijdou ani běžkaři.

- V největším českém středisku ve Špindlerově Mlýně se včera lyžovalo na 17 kilometrech sjezdovek, na nichž je asi půl metru sněhu. Za plného provozu středisko nabízí 27 kilometrů tratí a rozšíření provozu areálu chystá. I další skiareály hlásí rozšiřování tratí.



Další dítě

Herečka Tereza Ramba se na sociálních sítích pochlubila šťastnou novínkou. Je z ní dvojnásobná maminka. Protože si soukromí střeží, neprozradila, kdy přesně druhého potomka porodila, ani jeho pohlaví. Na snímku je zachycena na festivalu v Karlových Varech v srpnu loňského roku. **MAFRA**

Sněhu dost

Na horách přibývá sněhu. Třeba v Říčkách i v Dešném v Orlických horách leží na sjezdovkách dokonce až 120 centimetrů sněhu (na snímku z večerního lyžování). Dnes a zítra bude kvůli závodům uzavřena černá sjezdovka. Dobré podmínky k lyžování jsou také v Jizerských horách. Dnes v noci byly upraveny běžecké stopy z Božího Daru, Abertam, Jelení i Vysoké Pece v Krušných horách. **2x ČTK**



Stínová vláda. I méně známí

Expremiér a šéf hnutí ANO Andrej Babiš představil svou „stínovou vládu“. Babiš zároveň novou vládu kritizoval. „To, co předvedla nová vláda za měsíc, potvrzuje to, že je nekompetentní. Není schopna řešit problémy naší země a našich občanů,“ řekl. Poukázal na snížení slev ve veřejné dopravě a také na to, že vláda není schopna řešit dopady zvýšených cen energií.

Juchelka „ministrem“

Kromě Aleny Schillerové jako ministryně financí či Karla Havlíčka jako ministra průmyslu a obchodu jsou ve stínové vládě také bývalý předseda Sněmovny Radek Vondráček jako ministr spravedlnosti nebo bývalá středočeská hejtmanka Jaroslava Pokorná Jermanová v roli ministryně kultury.

- Stínovým ministrem obrany je Lubomír Metnar, pro místní rozvoj Klára Dostálová. Dopravu má na starosti Martin Kolovratník, životní prostředí Richard Brabec.
- Nově do pozic, v nichž budou kriticky sledovat své vládní kolegy, „zasednou“ Jana Mračková Vildumetzová (vnitro) nebo poslanec za ANO a bývalý moderátor hudebního pořadu Međuza Aleš Juchelka (práce a sociálních věcí).

Vznik stínové vlády hnutí ANO komentoval premiér Petr Fiala. Podle něj je na každé opoziční straně, jakou strategii komunikace zvolí. „Pokud se ANO rozhodlo pro klasickou stínovou vládu, je to jejich strategie,“ uvedl. Dodal, že ODS se v opozici rozhodla pro práci na principu externích týmů, expertů a skupin. **ČTK**



Protest

Zemědělci z velkých firem protestovali proti změnám v rozdělování dotací. Podle nich nespravedlivě zvýhodňují malé zemědělce, kteří v příštích letech dostanou více peněz. Na to reagují drobní sedláci, kteří se v příštích dnech chystají veřejnosti představit, jak vypadá jejich udržitelné a produkční hospodaření bez vlivu „korporátního agrobiznisu“. **3x ČTK**



INZERCE

VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

Značka

Vyznačuje se výraznou a aromatickou chutí. Směs kávových zrn se skládá z odrůdy arabica, která pochází z Peru a Hondurasu. Zrna kávy robusta mají původ v Ugandě.



dmBio
bio zrnková káva
espresso
1 kg
279 Kč
27,90 Kč za 100 g
▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 21.01.2021 279 Kč

www.dm.cz
www.facebook.com/dm_cesko
instagram.com/dm_cesko

ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

Číslo dne

3,1

Ministerstvo financí v nové prognóze zhoršilo odhad růstu ekonomiky v letošním roce na 3,1 procenta z listopadových 4,1 procenta. Zároveň úřad čeká oproti odhadům z listopadu vyšší průměrnou inflaci za celý letošní rok, a to 8,5 procenta. V listopadu ministerstvo počítalo pro letošní rok s inflací 6,1 procenta.

22

Řetězce obchodů s levným zbožím plánují letos další rozvoj. Vzniknou desítky nových prodejen. Přes rostoucí inflaci, tlak na mzdy nebo zvyšující se ceny energií zatím drží ceny na původních hodnotách. Nizozemská síť Action, která na český trh vstoupila předloni, včera v pražských Kbelích otevřela svou 22. prodejnu v Česku. Desítky dalších svých obchodů plánuje také polská síť Pepco, mezi nováčky mezi diskonty v ČR je německý řetězec Tedi. **ČTK**

Šéf STAN: Podcenili jsme to

Hnutí bude pod palbou kritiky zřejmě i nadále.

Starostové a nezávislí (STAN) si zadělali na problematický start ve svém vládním angažmá. Nejdříve navrhli ministrem průmyslu a obchodu muže, který je spjat s podnikáním v daňových rájích. Šéf hnutí Vít Rakušan tehdy tvrdil, že o ničem nevěděl. Po-

slední dny museli řešit sponzorské dary od trestně stíhaných podnikatelů. U sponzorů STAN zasahovala Centrála proti organizovanému zločinu kvůli podezření z daňových úniků. Rakušan i v tomto případě tvrdil, že o historii firem nevěděl.

Další potíží je případ Jana Farského. I to bude podle politiků zřejmě nadále tématem pro opozici. Příznává to také sám Rakušan. „Příznávám, že jsme celou situaci podcenili, vnímali ji chybně,

neodhadli jsme, jakým způsobem ovlivní politickou realitu, ve které se pohybujeme. Naše současná pozice si žádá těžká rozhodnutí,“ řekl šéf hnutí, ministr vnitra a vicepremiér. „Dopředu se nedomyšlelo, že by jeho zahraniční stáž a půlroční neúčast mohla vzbudit tolik emocí,“ dodal předseda senátorského klubu STAN Petr Holeček.

Farský již oznámil, že se vzdá mandátu, čelil totiž kritice opozice i koaličních partnerů za půlroční stáž v USA,

již chtěl absolvovat současně s výkonem poslanecké funkce. V dolní komoře ho nahradí ředitelka libereckého Divadla F. X. Šaldy Jarmila Levková.

Rozhodnutí Farského opustit Sněmovnu ocenily vládní strany, i když samy příznávají, že mělo přijít mnohem dříve. Kritika ale na STAN dále padá z opozice. Zaznívají hlasy o tom, že se jedná o podvod na voliče a že Farský kandidoval v rozporu s předvolební koaliční smlouvou Pirátů se STAN. **ČTK a MAP**



Jan Farský

ČTK

KOMERČNÍ SDĚLENÍ

KOSMAS

TIP NA DOBRÉ
ČTENÍ

Znáte Toprecepty.cz? Tento oblíbený portál s uživatelskými recepty je největším webem o vaření u nás. Navštíví jej měsíčně miliony lidí, kteří hledají konkrétní recept nebo jen inspiraci, co uvařit či upéct. Mohou vybírat z více než 60 000 receptů, z nichž

mnohé patří mezi rodinné poklady jejich uživatelů.

NAŠE KUCHAŘKA nabízí 150 těch nejoblíbenějších a **NAŠE MOUČNÍKY** nabízí 150 tradičních i méně obvyklých sladkých receptů. Budte si jistí, že všechny jsou dobře prověřené.

www.kosmas.cz

Krátce



Anežka Skolová s miminkem jsou v pořádku. ČTK

Žena před
porodem dostala
kardiostimulátor

Nezvyklý postup a kombinaci zákroků zažili minulý týden lékaři v Krajské nemocnici T. Bati ve Zlíně. Těhotné ženě museli několik hodin před císařským řezem zavést kardiostimulátor. Bez něj hrozila jejímu srdci při císařském řezu srdeční zástava. Narodil se zdravý chlapec, také matka je v pořádku.

Více lidí dostane
peníze na bydlení

Na příspěvky na bydlení dosáhne v souvislosti s dražšími energiemi širší okruh lidí, dávky budou navíc vyšší. Změny schválil v novele Senát, zamíří k podpisu prezidentovi. Podporu by nově mohli pobírat i podnájemníci a také vlastníci rekreačních objektů, kteří v nich trvale bydlí. Podpora bude stát až o tři miliardy korun navíc. ČTK

Tělo je jako auto. Nekašlete na STK vlastního zdraví

Očkování proti covidu, léčba chronicky nemocných.

Od ledna přibyla praktickým lékařům ještě jedna „povinnost“. Zaměřují se na kuřáky.

Nebudu nadávat, nebudu lhát, přestanu se přejídat, zhubnu deset kilo. Podobná předsevzetí jste možná začátkem roku již od někoho slyšeli. Třeba jste si některé z nich dokonce dali sami.

Osmdesát tisíc dopisů každý měsíc

Možná byste se ale měli zamyslet nad tím, jestli není vhodná i „STK“ vašeho těla. Často totiž hlavně muži věnují více péče svým plechovým miláčkům v garážích než svému zdraví. Stojí to jen čas a pojišťovny prohlídky, na rozdíl od servisu auta, hradí. Je to levnější než potom mnohonásobně dražší operace nebo dlouhodobé léčení.

Například Všeobecná zdravotní pojišťovna (VZP) pošle měsíčně v průměru 80 tisíc dopisů svým klientům. „Zve-me je na jeden ze tří screeningových programů. Cílem je oslovit zejména ty klienty, kteří nechodí na preventivní prohlídky a neabsolvuji screeningová vyšetření,“ řekla deníku Metro Viktorie Plívová, mluvčí VZP.

Jednou z mnoha preventivních akcí, které letos zasáhnou obyvatele Česka, je screening kuřáků. Důvodem rozjezd screeningového programu je fakt, že kuřáci jsou ohroženi rakovinou plic, na kterou se v drtivé většině přijde pozdě.

Plicní screening začíná, zatím na něj není čas

Praktičtí lékaři by měli oslovovat pacienty ve věku 55 až 75 let, kteří vykouří denně více než dvacet cigaret. Od praktika by měl kuřák mířit nejdřív k ambulátnímu plicnímu lékaři. V případě, že u něho CT odhalí na plicích nesrovnalosti, další vyšetření ho čekají na specializované plicní klinice. Pro-

gram bude ale nějakou dobu zřejmě jen zbožným přáním, protože lékaři jsou zavaleni covidovými pacienty.

„Nás to nehorázným způsobem zatíží, já nyní denně ošetřuji čtyřicet lidí, takže už jedu nadoraz,“ říká lékařka Drahomíra Nová z plicní ambulance na poliklinice v Plzni-Doubrovce. Plicní kliniky jsou přesto na příjem pacientů, které k nim praktici pošlou, připraveni. Kuřácký plicní screening probíhal v minulosti spíše jako pilotní projekt, nyní se konečně dostává do běžného vyšetřování v ordinacích.

Prevence zachraňuje mužům životy

Až o deset let dříve, než se choroba projeví, ji dokáže odhalit včasná prohlídka u praktického i odborného lékaře. Reč je o nejčastějším nádorovém onemocnění mužů, rakovině prostaty. I to je důvod, proč od příštího pondělka až do pátku začnou urologická pracoviště po celé zemi nabízet vyšetření těm, kteří se třeba styděli takovou návštěvu absolvovat.

„K návštěvě bych chtěl pozvat zejména muže mezi 50 a 70 lety, kteří zatím nebyli na vyšetření prostaty, i všechny, koho trápí jakékoli potíže,“ říká Roman Zachoval, předseda České urologické společnosti. Ke zjištění nádoru lékaři používají takzva-

ný PSA test, který mapuje hladinu prostatického specifického antigenu.

Právě včasně krevní vyšetření se zaměřením na prostatu odhalilo u triapadesátiletého Jana onemocnění. Vyšetření prostaty nepovažoval za nutné, ale po usilovném naléhání své ženy se nechal přesvědčit. Po stanovení diagnózy podstoupil úspěšnou laparoskopickou operaci, při které mu lékaři nádor odstranili, a ihned začal s rekonvalescencí. „Hned druhý den jsem se mohl postavit na nohy a celé zotavování bylo našťastí velmi rychlé,“ vzpomíná Jan.

Stydět se? Nesmysl

„Muži často vyšetření odkládají ať už z důvodu studu, nebo pro obavy z mýtů, které panují kolem urologického vyšetření a možných komplikací chirurgické léčby nemoci prostaty,“ vysvětluje pražská uroložka Jitka Kuncová.

Urologové usilují také o zavedení plošného screeningu rakoviny prostaty. Podobně jako je tomu od letoška u silných kuřáků. Loni proto spustili pilotní projekt, v něm se pokoušejí zjistit, jak nejlépe zachytit ty, jichž by se nádor mohl týkat a vážně je ohrozit. Totoho výzkumu se účastní tisíce mužů v celém Česku, zdravotní pojišťovna, část praktických lékařů a vybrané laboratoře. PAVEL HRABICA

Číslo hovoří jasně

85

Až 85 procent zhoubných nádorů plic v posledním stadiu zachytí lékaři kvůli zanedbaným preventivním prohlídkám. Na rakovinu plic tak ročně zemře často zbytečně kolem 5400 lidí.

63

Lékaři odhadují, že v Česku žije momentálně okolo 63 tisíc mužů s rakovinou prostaty. Ne u všech ale byla tato diagnóza dosud stanovena. Při včasné zachytu rakoviny prostaty se dosahuje až 99procentní úspěšnosti léčby.

Je dobré vědět

Prevence šetří peníze i zdraví pacientů. Důležitá je ale součinnost lékařů, pojišťoven i pacientů.

- Preventivní prohlídky na karcinom děložního hrdla jen u VZP využilo v roce 2020 přes milion jejich klientek.

- 370 tisíc klientek absolvovalo mamografický screening, 350 tisíc klientů screening karcinomu tlustého střeva a konečnicku.

- Seznam urologických pracovišť, která od 24. do 28. ledna nabízejí preventivní vyšetření na rakovinu prostaty, najdou zájemci na adrese www.cus.cz/pro-pacienty/.

Hledání slova na pět uchvátilo svět

Wordle. To je nový a velmi nakažlivý internetový hit.



Tak vypadá Wordle. ARCHIV

Možná jste si už všimli, že lidé na sociálních sítích (Facebooku, Twitteru) začali sdílet podivnou kombinaci šedivých, zelených a žlutých čtverečků. Obvykle připojují i šifru, která může mít podobu „Wordle 214 3/6“.

Ne, nejde o celosvětové spiknutí, kdy sociální sítě ovládli roboti mluvící v tajemných šifrách. „Kód“ říká, jak

rychle uživatel aktuální Wordle vyřešil.

Jenom jednou denně

Kdo někdy hrál třeba deskovou hru Scrabble, Wordle pochopí prakticky okamžitě.

Hraví manželé z Brooklynu

Wordle vytvořil americký softwarový vývojář Josh Wardle. Je mu šestatřicet let, žije v newyorském Brooklynu.

- Původně hru zamýšlel jen jako pokus, jak zabavit svou

manželku Palak Shah během pandemie.

- Choť mu s vývojem hry, na její stránky chodí již přes tři miliony návštěvníků denně, vydatně pomáhala.

Wordle je zkratka o tom, že musíte uhodnout slovo o pěti písmenech. Nejprve máte k dispozici všechna písmena abecedy, ale hra vám s každým dalším pokusem napovídá, která písmena ono tajné slovo obsahuje, nebo ne. Ne-

platné písmeno označí po pokusu je použit šedě, to, které je správně, ale na jiné pozici, žlutě, a to, jež jste trefili na správném místě, zeleně.

S každým dalším pokusem se vám tak výběr písmen zužuje a u nějakého čtvrtého až

pátého pokusu už z omezeného výběru písmen hádáte slovo, které by se mělo vejít na daných pět pozic. Musíte se v tu chvíli také řídit již správně uhodnutými pozicemi, takže se vám hra vlastně i trochu zjednodušuje, byť kolikrát se stává, že si stále lámete hlavu třeba i u třech uhodnutých pozic z pěti. Ale o tom to zkratka celé je.

Kouzlo hry tkví i v tom, že je vždy na daný den k dispozici pouze jedna. Není tedy vůbec za čím se hnát, není to ona běžná mobilní či webová hra, jež se vám ohraje za jedno celé odpoledne, během kterého si vyluštíte celou. Wordle si zapnete třeba ráno nebo při obědové pauze, dáte mu pět deset minut, nasdílníte případně výsledek na sociální síť a můžete jej zase až do dalšího dne pustit z hlavy.

Umí také háčky a čárky

Kdo neumí anglicky, nemusí se strachovat, český ekvivalent této hry už je také k dispozici. Najdete jej na stránce hadejslova.cz a funguje úplně stejně jako originální Wordle. Vlastně je trochu těžší, protože máme oproti angličtině o něco více znaků abecedy kvůli diakritice.

Na fenomén hledání písmenek se už chytly i různé velké firmy. Na slávě hry se tak nezapomněly na sociálních sítích přizvat i třeba velké značky, jako je Lego, Nokia či hotely Hilton. HAL a iDNES.cz

Krátce

Povinné očkování

Poslanci rakouské Národní rady včera velkou většinou schválili všeobecnou povinnost očkování proti covidu-19 pro lidi starší 18 let. Zákon bude ještě projednáván druhá komora parlamentu. Platit má začít 1. února. Rakousko je první evropskou zemí, která tuto praxi zavádí. Z povinností mají být vyňaty těhotné ženy, lidé, kteří nemohou být očkováni, a ti, co se v posledních šesti měsících zotavili z koronavirové infekce.

Na svobodu? Ne!

Norská státní zástupkyně včera prohlásila, že krajně pravicový terorista Anders Behring Breivik, který v roce 2011 zabil 77 lidí, je stále „velmi nebezpečný člověk“. Není proto vhodným kandidátem na podmíněné propuštění. ČTK

VYSOKÁ KVALITA ZA NÍZKOU CENU

Značka



Spolehlivě odstraňuje nečistoty a dodává nádobí zářivý lesk. Díky složení tvořenému obnovitelnými surovinami je šetrný k pokožce i k životnímu prostředí.

VEGAN



EXPRESNÍ VYZVEDNUTÍ
dm.cz/expres



Denkmit
nature
přípravek
na mytí nádobí
granátové jablko
500 ml

27⁹⁰
Kč
5,58 Kč za 100 ml

▼ DLOUHODOBÁ CENA
od 19.10.2021 27,90 Kč



ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

www.dm.cz
www.facebook.com/dm.cesko
instagram.com/dm.cesko

Pozor na podfuk

Originální Wordle je vždy zdarma a bez reklam.

- Na fenoménu se přizívají různé napodobeniny, které plní aplikační obchody v Androidu i iOS a najdete v nich v lepším případě kupu reklam, v horším i malware.

Tropický ráj. Ženy, nechodte polonahé

Kostarická vláda si vysloužila kritiku za manuál, v němž doporučovala turistkám, jak se chovat v této středoamerické zemi, aby jim nehrozilo nebezpečí. Mimo jiné podle něj nemají chodit v noci samy a mají si dávat pozor, kolik vypijí alkoholu a jak jsou oblečené.

Vláda kritiku odmítla s argumentem, že chtěla jen vytvořit „bezpečné prostředí“ pro turisty.

Manuál bezpečného chování si sice vydala kostarická vlád-

ní komise už loni v červnu, do centra pozornosti na sociálních sítích se ale dostal až nyní v souvislosti se sexuálním napadením dánské turistiky několika muži na pláži v Puerto Viejo de Talamanca z počátku ledna. Některá sdružení bojující za práva žen obvinila vládu, že se příruččkou bezpečného chování snaží svést zodpovědnost za podobné činy na ženy.

Kostarický prezident Carlos Alvarado už dal pokyn, aby byla příručka upravena. ČTK

Před 150 lety

Slovenský architekt Josip Plečnik svými stavbami ovlivnil podobu mnoha měst někdejší habsburské monarchie. Rodák z Lublaně, který se narodil před 150 lety, 23. ledna 1872, zanechal nepřehlédnutelné stavby ve Vídni, slovenské metropoli i dalších městech bývalé Jugoslávie. V českém prostředí je Plečnik nejvíce známý díky působení v roli hradního architekta za úřadování prezidenta Tomáše Garrigua Masaryka. ČTK



PROFIMEDIA

Youtuberská limuzína stojí. Žáci se vozí raději ve svém

Na „buštěhradském hrádku“ se studenti učí nejen točit videa, ale také hrát a vytvářet počítačové hry.



Cítát

Většina youtuberů nemá pedagogické vzdělání. Nemůžeme je proto na výuku příliš oslovovat.

DANIEL ČERNÝ, ŘEDITEL STŘEDNÍ MULTIMEDIÁLNÍ ŠKOLY U2B

Mladých lidí, které živí YouTube, je v tuzemsku čím dál tím víc. Bylo tedy jen otázkou času, než se začne fenoménem vytváření videí pro tuto platformu coby studijním oborem reálně zaobírat nějaká česká škola. Pro mnohé proto nebylo překvapení, že před časem otevřela své dveře studentům škola U2B poskytující střední vzdělání v multimediálních oborech zaměřující se na youtubering a e-sporty. První střední youtuberská škola v Česku tak nejen vychovává influencersy, ale i profesionální hráče počítačových her.

Škola snů

Střední youtuberská škola se nachází v Buštěhradě, kousek od Kladna. Její existence se datuje od začátku září, v médiích se však řeší teprve v posledních týdnech. O tom, jak to v takzvaném buštěhradském Disneylandu vlastně chodí, koluje již nyní řada mýtů. Deník Metro proto oslovil ředitele školy Daniela Černého.

„Jsme běžná střední škola s denní výukou. Věnujeme se oboru, který se jmenuje Nová

média, ale pořád je to podle rámcového programu ministerstva školství pro obor multimediální tvorba. Žáci ráno přijdou a mají předměty jako čeština, matematika, angličtina, dále také filmovou tvorbu, tvůrčí grafiku, základy žurnalistiky. A pak speciální předměty jako e-sporty, fashion a fotografii a předmět zaměřený na vývoj počítačových her,“ říká pro deník Metro Černý.

Žáky podle něj nejvíce přitahuje již zmiňovaná tvorba zaměřená na YouTube. „Je to proto, že mezi zřizovateli jsou minoritní akcionáři Googlu a protože dnešní mladí lidé většinou jiná filmová média nesledují. Studenti se učí, jak natáčet, jak svou tvorbu propagovat a jak ji prezentovat. Dalším populárním stu-



Praktické předměty se vyučují buď ve škole, nebo ve skutečných studiích.

3x U2B.CZ

dijním zaměřením jsou e-sporty, což jsou počítačové hry. Nejde o neúžitečné trávení času, jak se na počítačové hry dívá starší generace. Naši studenti se učí hry vytvářet, hlavně po stránce animace a programování, věnují se herní videoher jako profesionálnímu e-sportu. Trénují jako v každém jiném sportu v rámci svého týmu, hrají ligu a různé turnaje,“ dodává Černý, který je ve svých 25 letech pravděpodobně nejmladším ředitelem v tuzemsku.

„Nejmladší ředitel školy se nevyhlašuje jako nějaká anketa. Obecně se v tomto duchu píše obvykle o mně coby řediteli střední školy nebo o řediteli základky v Opavě panu Frgalovi,“ doplňuje Černý. Letos na jeho škole studuje 25 studentů.



Škole se přezdívá Buštěhradský Disneyland.

Pro příští rok navýšili kapacitu na stovku.

Limuzínou do školy

Chcete-li vaše dítě dát studovat multimediální střední školu U2B s učebnami v Buštěhradě, na Barrandově či ve Slaném, můžete si pořádně připlatit. Rodiče, kteří na školu přihlásí své děti, mají také na výběr ze tří variant: Exclusive, Premium a Standard. První jmenované školné vyjde na 312 tisíc korun za rok studia, druhé na 108 tisíc a třetí na 35 400 korun.

„Tyto studijní balíčky se však netýkají studia, ale služeb nad rámec. Většina studentů studuje zdarma nebo jim školné hraje jiná organizace. Protože se balíčky netýkají školní výuky, je závěrečný výstup pro všechny žáky školy stejný – státní a profilová maturitní zkouška,“ vysvětluje pro Metro Černý.

Jako červený hadr na býka na mnohé kritiky youtuberské školy zapůsobila informace, že někteří studenti od školy mají kromě drahé techniky k dispozici také limuzínu. Podle některých zpravodajských webů zde luxusní svez-

ni využívají protekční žáci jako odvoz do školy a zpět domů. „V současnosti limuzínu nikdo nevyužívá, většina žáků má vlastní automobil. Od příštího roku plánujeme školní dopravu. Bude fungovat jako běžné svozy soukromých škol. Inspirovali jsme se střední školou Open Gate, jen naše zastávky jsou plánovány třeba na Zličín, Veleslavín či Kladno,“ popisuje Černý.

Hledá se kantor

Mezi učiteli youtuberské školy se zatím neobjevila žádná známá jména. Důvodů je vícero. Jedním z nich je podle Černého fakt, že praktické předměty jednoduše musí učit aprobovaní středoškolsí profesori. „Líbí se nám ale tip na bratry Královy, určitě je oslovíme,“ svěřil deníku Metro Černý.

Vedení školy mělo také oslovit mladého youtubera Karla Kováře alias Kovyho. Spolupráci se však pro letošní školní rok dohodnout nepodařilo.



FILIP JAROŠEVSKÝ
filip.jarosevsky@metro.cz

INZERCE



Portmonka


TVOJE DIGITÁLNÍ PENĚŽENKA NA VĚRNOSTNÍ KARTY

NYNÍ NA



Stáhnout v





PRO ZÍSKÁNÍ APLIKACE NASKENUJTE QR KÓD

Krátce

Pozdrav do nebe

Frenštát pod Radhoštěm na Novojičínsku se zítra rozloučí s legendárním sportovcem a valašským patriotem Karlem Lopraisem. V 11.00 se na frenštátském hřbitově bude konat smuteční obřad, od 13.00 se pak na náměstí Míru uskuteční vzpomínková akce Pozdrav do nebe pro Karla Lopraise. Šestinásobný vítěz kategorie kamionů na Rallye Dakar zemřel 30. prosince 2021 v 72 letech.

Zachránili tisíce let starou studnu

Restaurátoři Univerzity Pardubice dokončili záchranu více než 7000 let

staré studny. Mimořádně zachovalý a významný nálezkem objevený v roce 2018 u Ostrova na Chrudimsku odborníci zakonzervovali a připravili k předání. Unikát z období neolitu poputuje do Východočeského muzea v Pardubicích.

Na apríla otevřou nové expozice

Strakonické muzeum středního Pootaví otevře 1. dubna nové stálé expozice. Dokončilo několikaletou opravu. Náklady byly 140 milionů korun, proti původní částce stouply kvůli vícepracím asi o 20 milionů. Expozice chtělo muzeum otevřít loni v červenci, ale práce zbrzdila pandemie. **ČTK**

Rok 2021. Alejí roku je lipová Klokotská alej

Vytrvalost se vyplácí. Vítězství přišlo na třetí pokus.

Jedenáctý ročník ankety Alejí roku byl nabitý zajímavostmi. Pořadatel, sdružení Arnika, se poprvé v historii soutěže rozhodl na krátký čas odtažit průběh hlasování, což u lidí zaznamenalo velký úspěch, a tak se letošní počet hlasujících vyšplhal na 8878 (předošlý ročník bezmála sedm tisíc hlasů). Perličkou je jistě počet hlasů pro vítěznou Klokotskou alej z Tábořska, které svůj „palec na

horu“ dalo 999 lidí. Vítězná alej navíc potvrdila, že vytrvalost se vyplácí – třikrát po sobě se stala vítězkou svého regionu, loni dokonce už obsadila druhé místo v celostátním hlasování. „Klokotská alej lemujíc cestu, která byla založena benediktiny už koncem 17. století, alej zde byla vysazena v roce 1836,“ upřesnila organizátorka soutěže Klára Ondřigová.

O tom, že každý hlas byl rozhodující, svědčí výsledky z Pardubicka, kde vítězka regionu Alej ke hřbitovu na Křížovém vrchu získala 188 hlasů, druhé místo obsadilo stromořadí Chodníček na Vinice se 187 hlasy a na pomyslný

bronz dosáhla Alej Svobody Hlinsko–Studnice díky 186 hlasům.

Slavnostní vyhlášení a předání cen by mělo být tradičně v květnu, a to právě pod korunami vítězné aleje. Nominující Klokotské aleje Jana Hralová na místě převezme hlavní cenu, let balonem. Všech 14 regionálních vítězů se pak může těšit na dárkové balíčky, knihy o památných stromech či vstupenky do botanických zahrad po celé ČR.

Patroni ankety ještě zvolí tři nejkrásnější fotografie, jejichž autoři získají hodnotné ceny. Vítěz bude vyhlášen 27. ledna v poledne. Více najdete na alejroku.cz. **MET**

Týdeník Téma. Jak jíst zdravě

Leden je měsíc předsevzetí spojených zpravidla s hubnutím či zdravějším stravováním. Plánujeme, že nebudeme jíst tučné a sladké, že vynecháme přílohy či pečivo, že budeme jíst hodně ovoce a zeleniny. Jenže na výhradně syrové vegetariánské stravě většina z nás nevydrží. Nehledě na to, že i tenhle na první pohled super zdravý jídelníček nám může uškodit. I zde platí „všeho s mírou“. „Například velké množství brokolice může negativně ovlivnit štítnou žlázu, nadbytek vlákniny může působit nadýmavě, ale omezit i vstřebávání minerálních látek,“ říká prof. Ing. Jana Dostálová z Ústavu analýzy potravin a výživy Vysoké školy chemicko-technologické v Praze a Společnosti pro výživu. Ne vše, co je rostlinné, je prostě vždy i zdravé. V každodenním shonu navíc musí čas od času každý z nás sáhnout i po průmyslově zpracovaných potravinách a polotovarech. Podle čeho se při jejich výběru řídit? Čtete v novém vydání týdeníku Téma.

INZERCE

Pro lepší svět. **{SPOLEČNĚ}**

30 zelených projektů

Přihlaste do 28.02. své návrhy projektů

Oslavte s námi jubileum 30 let dm na českém trhu a udělejte ze svého okolí lepší místo pro život.

Hledáme 30 trvale udržitelných projektů, které společně podpoříme.

Nominujte právě teď své srdcové zelené projekty.

Více na dm-spolecne.cz

www.dm.cz
www.facebook.com/dm.cesko
[instagram.com/dm_cesko](https://www.instagram.com/dm_cesko)

dm

ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

Výsledky

Nejlépeších 15 alejí napříč celou Českou republikou:

- 1. Klokotská alej – 999 bodů (na snímku)



- 2. Alej jírovců v Malé Klajdovce – 670
- 3. Tyršova alej v Orlové – 407
- 4. Alej do Janovického lesa v Rýmařově – 373
- 5. Alej červených dubů v Šilheřovicích – 362
- 6. Skřipelská alej – 272
- 7. Dubová alej na hrázi městského rybníka Prostějov – 243
- 8. Jírovcová alej u křížové cesty v Zahražanech – 197
- 9. Českovelienická kaštanová alej – 196
- 10. Alej ke hřbitovu na Křížovém vrchu – 188
- 11. Chodníček na Vinici – 187
- 12. Alej Svobody Hlinsko–Studnice – 186
- 13. Ripperova promenáda v Lázních Jeseník – 172
- 14. Lipová alej v Potštátě – 161
- 15. Alej Edvarda Beneše mezi Hlavňovicemi a Přestanícemi – 161 **ARNIKA**

Hleďte šlágr o seriálu Úlice a zých krestarách | České hory: Kam vyrazit na lyže

TÉMA

Prof. Jana Dostálová, odbornice na analýzu potravin a výživy

Příliš zeleniny může škodit

Obří slalom

V neděli odstartuje na Kyčerce první etapa dětských lyžařských závodů. Nejmenší lyžaři pojedou obří slalom. Absolutní vítězové celé třídní série soutěže obdrží nové lyže. Zalyžovat si však mohou i dospělí, sezona na Kyčerce je v plném proudu. Na sjezdovkách v areálu leží 30 až 50 centimetrů převážně technického sněhu. **MET**

POHÁR KYČERKA 2022



23. LEDNA
6. ÚNORA
13. ÚNORA

Sudoku

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

Luštěnka

Doplňte do obrazce všechna slova.

- 3 – APE, EMU, HIO, OSM, TÁC, VAZ
- 4 – JUMP, LACL, NOHA, OČKO, SPOJ, TRUP, UZEL
- 5 – BOUŘE, ILUZE, LOVCI, SMETÍ, VČELA, ZLATO, ZNOVU

V	Ý	H	Y	B				
L								
Ů								
N								
O								

Napište svou bublinu



Počasí

DNES	ZÍTRA	NEDELE	PONDĚLÍ
-3/1 °C	-1/3 °C	-3/1 °C	-2/2 °C

Teplotní rekordy: ↓ -24,8 °C (1850) ↑ 13,1 °C (2007) Bio: ❤️❤️❤️



NAPADÁ VÁS VTIPNÝ POPISEK?
Napište bublinu a reagujte na sloupek na: www.facebook.com/denikmetro
FOTO: 2x AP

TV tipy

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>16.15 Jak zničit vlastní mužstvo</p> <p>17.30 AZ-kviz</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 Spunti na cestě (3/13)</p> <p>21.05 13. komnata Mariana Jelineka</p> <p>21.35 Všechnopárty</p> <p>22.30 Profesionálové</p> <p>23.20 Kriminálka V</p> <p>00.25 AZ-kviz</p> <p>00.50 Toulavá kamera</p> <p>01.20 Objektív</p> <p>01.50 Případy detektiva Murdocha XIII</p> <p>02.35 Dobré ráno</p> <p>05.10 V kondici</p>	<p>16.00 Tajemství nacistů (2/6)</p> <p>16.50 Divočina bez hranic (3)</p> <p>17.20 Bavorsko, země hor a jezer</p> <p>18.15 Heydrich – konečné řešení (21/44)</p> <p>18.45 Tanky v pekle bojů</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Manželé z roku II</p> <p>21.45 Arabeska</p> <p>Thriller (USA, 1966)</p> <p>23.30 Hamilton: V zájmu státu</p> <p>Akční thriller (Švéd., 2012)</p> <p>01.15 Láska nezná mezí</p> <p>02.15 Popcorn</p> <p>02.45 Cesty víry</p> <p>03.10 Evropa jedna báseň</p>	<p>15.55 Kriminálka Miami VII (11)</p> <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.30 Na lovu</p> <p>18.25 Ulice (4190)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Survivor Česko & Slovensko (2)</p> <p>22.45 60 sekund</p> <p>Akční film (USA, 2000)</p> <p>01.00 Kriminálka Miami VII (10)</p> <p>DeLuca motel. Krimiseriál (Kan./USA, 2008)</p> <p>01.55 Kriminálka Miami VII (11)</p> <p>02.35 Krok za krokem V (24)</p> <p>03.05 Na lovu</p> <p>03.50 Gympl s (r)učněním omezeným (80)</p>	<p>15.50 Ano, šéfe!</p> <p>16.55 Policie v akci</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>21.55 DREAM TEAM – Mířti dílny</p> <p>23.25 Ano, šéfe!</p> <p>00.35 Policie v akci</p> <p>01.25 Námořní vyšetřovací služba II (3)</p> <p>Zmizelý. Krimiseriál (USA, 2004)</p> <p>02.15 Jake a Tusloch V (21)</p> <p>03.05 Policie Hamburg XI (1)</p> <p>03.50 Jak se staví sen</p> <p>05.10 Pohoda u krbu</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>15.30 ZONY UČÍ SKOKY</p> <p>15.35 Óčko hity</p> <p>17.00 Novinky</p> <p>18.00 CZ & SK</p> <p>18.59 Nebuď dřevák, dej si tělák</p> <p>19.00 Moje desetka</p> <p>Top 10 klipů dle diváka Óčka</p> <p>19.50 Óčko hity</p> <p>Klipy nonstop</p> <p>22.00 Party ride</p> <p>1.00 Óčko hity</p>

NEMUSÍTE TRPET NATAŽENÉ KLOUBY

BEZPLATNÝ LÉK POMÁHÁ ZMÍRNIŠTŘÍLENÍ V KOLENOU A DOLNÍ ČÁSTI ZAD



Díky bezplatnému ošetření má šanci získat zpět kondici již 159 500 Čechů

Nový přípravek používaný jako pomocný prostředek může podporovat přetěžované klouby a zmírňovat revmatická onemocnění bez ohledu na stupeň poškození chrupavky a příčinu degenerace. Je to profesionální, zcela přírodní receptura na podporu unavených kloubů, která může pomoci snížit pohybová omezení a urychlit vaše zotavení.

Průlomová formule prof. Hopkinson je extrémně profesionální, okamžitá záchrana pro unavené klouby. 85 % lidí zaznamenává první účinky jeho působení po 24 hodinách a celých 9/10 dotázaných deklaruje, že se jim komfort pohybu vrací již po 7 dnech léčby. Jak je tohle možné? Odborník vysvětluje:



Neotravuj se chemií – věř přírodním složkám

Prof. Luis Hopkinson,
tvůrce inovativní metody podporující klouby

Místo toho, abyste své tělo zasypávali chemickými pomůckami, stojí za to zvolit JEDEN osvědčený, 100% přírodní vzorec, který komplexně podporuje poškozené klouby. Tím jsme se řídili při tvorbě nového preparátu. Pouhá 1 kapsle pomáhá zvýšit produkci synoviální tekutiny, „promazávání“ kloubů.

Získej zpátky pohybovou zdatnost

Inovativní metoda si získala velkou oblibu na kongresu Nova Medica ve Stockholmu, kde se léčba prokázala jako velmi účinná jak u lidí trpících poškozenými klouby, po úrazech, tak u lidí, jejichž klouby jsou v průběhu let přetěžovány nebo zhor-

šovány. Hopkinsonův preparát v každém případě intenzivně vyživuje kostní buňky, posiluje svaly a také zvyšuje tvorbu přirozeného kolagenu odstraněním tření mezi kostmi.

VSTÁLA JSEM NA NOHY. Bolest kolen zmizela!

„Měla jsem blokádu (injekce hormonů), používala jsem mastičky - nic nepomáhalo.



Byl to jen nový přípravek, který mě doslova postavil na nohy! Úleva se dostavila 2 hodiny po užití první dávky a po 10 dnech léčby jsem šla na první dlouhou procházku - BEZ BOLESTI. Jsem potěšena!“

Johana P., 65 let, Dubí

3 KROKY K PLNÉ POHYBOVÉ SCHOPNOSTI

Jak funguje?



1. Snížení bolesti, zápalu a otoků
2. Regenerace kloubové chrupavky – likvidace nedostatků a rýh
3. Stimulace organismu k zvětšení produkce kloubní tekutiny

Klouby nemusí Tě omezovat

Inovativní prostředek podporuje opravu poškození na povrchu kloubní chrupavky a zvyšuje klouzání tekutiny vyplňující prostory mezi kostmi. Díky tomu může podpořit úlevu od nepohodlí, ztuhlosti kloubů a zánětu. Účinky léčby se sčítají s každým dalším dnem a zajišťují:

5 SUPER VÝHOD

Preparát může pomoci:

- ✓ Posílit klouby v kolenou, kyčlích, loktech, ramenech a zápěstích
- ✓ Výživit kostní buňky a odlehčit kloubům
- ✓ Omezit třískání a „střílení“ v kostech
- ✓ Zmenšit omezení pohybu

Podpoř klouby a nenechej se uzemnit v posteli!

Je možné, že inovativní kapsle jsou šancí pro přirozené přepřehování turbodmychadlem v procesu regenerace kosterního systému a kloubů. Proto se úleva od degenerace může dostavit i po několika dnech léčby a charakteristické „praskání“ v kolenou se může stát jen nepříjemnou vzpomínkou.

LIMITOVÁN POČET REFUNDOVANÝCH BALÍČK!

Více než 150 000 lidí již využilo program úhrady produktů, díky léčbě dostali šanci znovu získat svobodu pohybu. Pokud je vám více než 40 let a máte české občanství, máte nárok na bezplatné ošetření

ZDARMA PRODUKT



2022 rokem dobrých změn – využij MEGA slev!

Prvních 100 lidí kteří zavlaží do 31.01.2022 obdrží 100% NÁHRADU VÝROBCE!

Zavolejte: **225 379 391**

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

JAN ŠTĚPÁNEK

A JEHO NETUŠENÉ INTERNETY



Sloupek

POČÍTAČ ČARUJE

Jsou lidé – a není jich málo – kteří se považují za kybernetické šamany a kouzelníky. Počítače využívají k magickým rituálům, pokud vás zajímá jak, zkuste technomancy101.com – autoři tyto stránky popisují jako manuál pro počítačem asistovanou magii a okultismus.

Fascinace propojení magie s výpočetní technikou nabrala velkých rozměrů především v 90. letech spolu s masivním rozšířením počítačů, a hlavně internetu. Tehdy se začaly objevovat mimo jiné skupiny technopohanů a kyberokultistů, kteří věří v účinky propojení rituálu, zařikávání nebo modlitby s výkonnou kapacitou počítače a možnostmi globálního internetu.

Pokud vám to přijde směšné nebo naivní, zamyslete se nad tím, jak dnes a denně používáme počítače a chytré telefony každý z nás. Už se nepíší 90. léta. Hranice mezi technologií a naší niternou potřebou upínat se k věcem, které nás přesahují, jsou nyní mnohem více obroušené.

Jak technologie pronikly hlouběji do našeho soukromí a každodennosti, přilnuly těsněji i k našemu vzývání transcendentna, ať už si ho vykládáme kdokoli. Vkládáme své životy do moci kódů, formulek a algoritmů, jejichž schopnostem už dávno nejsou schopni zcela porozumět ani ti, kteří je vytvořili a vdechli jim život. Každý den se rituálně noříme do nehmataelného světa, který přesahuje naše chápání a žije si svým životem nadosobního organismu. Své myšlenky upínáme do datových cloudů a věříme, že všechna ta data, jedničky a nuly, která zaznamenávají, posouvají a určují naše životy, že tam někde v tom cloudu stále jsou. A hlavně že se tam o ně někdo dobře stará a udržuje je naživu. Nejlépe navěky.

Anketa

Co je na rodičovství nejtěžší?



Anna Vérovská
Strach o dítě je největší strach, jaký znám.



Soňa Fišarová
Podržet děti v jejich těžké životní situaci.



Vladimír Cekota
Být milovanými rodiči svých dětí.

@mojemetro



Dovolte, abychom vás seznámili s **Agátkou**, zřejmě nejmladší čtenářkou Metra. Dívka se narodila 10. prosince a její maminka Zuzana jí představuje výstik přesně ze dne, kdy přišla na svět. „Trošku se nám, puclíček, zakulatila, jak můžete vidět,“ podotkla ve facebookové konverzaci, v níž i svolila s publikováním roztomilých fotky. Děkujeme a přejeme tisíce spokojených začtení do Metra.

#METROTAG

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

Zamyšlení nad re-use i swapem

Je mi 83 let, ale stále ještě vnímám svět kolem sebe – i ten, kterého se týká nové a lákavé náboženství nazývané Green Deal. Bydlím v Praze 4 a mohu říci, že svět, který je někdy popisován jako špatný a určený k přeměně, kolem sebe opravdu nevidím. Na rohu našeho bloku, kde bydlím, je standardní kontejnerové stanoviště, kde jsou kontejnery spíše stále přeplněné. V souvislosti s Green Dealem se hovoří o zřízení opraváren, swapů, re-use pointů, re-use center či komunitních akcí typu „železná neděle“. Green Deal však nespočívá ve tvorbě nových, učeně se tvářících názvů toho, co se v současnosti už běžně děje. Používání, či dokonce vytváření nových anglicismů pro již existující formy zacházení s jakýmkoli sběrným materiálem nepomůže o nic víc než častější odvoz materiálu z naplněných vytríděných kontejnerů.

JŘÍ MINAŘÍK

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

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

Řešení sudoku

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

Řešení luštěnky

ZELÍ

Komiks. V neděli Divadlo S+H hraje představení Hurvínkův popletený víkend



Služby - nabídka

• Sauna opět v provozu, již od 250 Kč/os. - čas neomezen, 16-21 hod., více info o službách: 720652501, www.sauna-praha9.cz

Hobby - poptávka

• Filatelie Palmovka kupí sbírky známek, starých pohlednic, mincí, vyznamenání a bankovek. Přijedeme, oceníme. Tel.: 734105589, prodejna 284824040.

Nemovitosti - poptávka

KOUPÍM CHATU

Hledám ke koupi chatu, chalupu do 50 km od Prahy. Stav nerozhoduje. Předem děkuji za nabídku. Tel.: 725 911 070

KOUPÍM DŮM NEBO POZEMEK

v Praze a okolí. Právní vady nevadí. Financování mám zajištěno. RK-nevolat. Tel.: 725 719 745

POPTÁVKA CHATA HORY

koupím chatu/chalupu nebo stavební pozemek na horách, či v dojezdové vzdálenosti do hor. Krkonoše, Krušné, Orlické, Jizerské, Šumava. Může být i Vysočina. Na stavu nezáleží, spíše na místě. Tel.: 773 117 381

• Koupím byt v Praze nejlépe před rekonstrukcí. Jsem přímý kupec a platím hotově. Děkuji za nabídky, P. Grygar. Tel.: 739641969.

• Vykoupíme byt, dům, chatu, pozemek, služby notáře hradíme. Vyplatíme zástavy, exekuce, spolulavstníky. Tel.: 776363636

Byty - poptávka

KOUPÍM BYT V PRAZE

jako investici pro děti, právní vady, dluhy nejsou překážkou. V bytě můžete dále bydlet. Platba ihned. Reální kanceláře prosím nevolat. Tel.: 601 522 292

BYT/DŮM POPTÁVKA

s příteklými hledáme ke koupi byt a rodinný dům v Lounech, případně v dojezdové vzdálenosti do Loun. V jakémkoli stavu. Děkujeme za případnou nabídku. Tel.: 731 117 381

• Koupím byt v Praze nejlépe před rekonstrukcí. Jsem přímý kupec a platím hotově. Děkuji za nabídky, P. Grygar. Tel.: 739641969.

• Hledám obecní byt, nabídnou náhradu/doplatek. Tel.: 776363636

• Lékařka koupí byt v Praze v jakémkoli stavu. Okamžitá platba v hotovosti. Tel./SMS: 773109561. RK nevolat.

• Koupím byt kdekoli v Praze, dám okamžitou zálohu, platba hotově, právní záležitosti vyřídím. Stav nerozhoduje. RK nevolat. tel. 234095720, 720539665

Starožitnosti

KNIHY!
odkoupím velkou
KNIŽNÍ POZŮSTALOST
solidní ceny za Vaše knihy.
Tel.: 603 478 873

• Sběratel koupí staré perské koberce, obrazy a starožitný nábytek, porcelán, sklo a staré pohledy. Tel.: 602218721

Nemovitosti - nabídka



Společná realitní a advokátní kancelář Vám nabízí přímý výkup nemovitostí, zprostředkování prodeje, nebo realizaci dražby či aukce na největším dražebním portálu v ČR, kde získáte maximální možnou cenu. Vyřešíme právní vady, dluhy, exekuce. Možnost okamžité vyplacení zálohy.

Tel.: 605 300 003

www.prodejtojinak.cz

Vyplatíme Vaše dluhy!

Vykoupíme Vaši nemovitost a nadále můžete v nemovitosti bydlet
731 911 992

Práce - nabídka

• Nástup od ledna 2022 – práce v Praze ve skladu s oblečením pro muže a ženy, mzda 174 Kč/hod + stravenky, smlouva na plný úvazek, ubytování možné (2-3 lůžka na pokoj), směny 8 hod, střídání ranní a odpolední směna, pohovory již nyní, volejte 731420914 nebo zdarma 80019797, www.lepsiprace.cz

• Doplnování zboží za 166,10 Kč/hod., směny noční/denní, ONLINE REZERVACE, zálohy denně. Více na tel: 222534534

• Městský úřad Odolena Voda vyhledává výběrové řízení na pozici referent odboru správy majetku. Bližší podmínky naleznete na www.odolenavoda.cz

• Společnost v Praze 8 přijme kolegy pro realizace zelených střech. Smysluplná práce, zaučíme. RP B nutný, T či C výhodou. Práce ve výškách, www.acre.cz

• ZŠ a MŠ Dr. Edvarda Beneše v Praze 9 - Čakovicích. Přijme do svého týmu školního psychologa. Podmínkou je splnění kvalifikačních předpokladů. Nabízíme práci na celý úvazek, sdílení v super týmu ŠPP a možnost osobního růstu. Nástup možný ihned. Životopisy, prosím zasílejte na emailovou adresu: zscakovice@zscakovice.cz Tel: 730 525 137

• Městská část Praha 6 - Úřad městské části nabízí výkon práce referenta DOPRAVNÍCH PŘESTUPKŮ. Bližší informace k Oznámení o vyhlášení výběrového řízení jsou zveřejněny na webových stránkách www.praha6.cz v rubrice Potřebuji řešit - Volná pracovní místa. Lhůta pro doručení přihlášky s doklady : 18.02.2022 v podatelně Úřadu městské části Praha 6. Kontakt : Mgr. Palasová, tel. 220 189 750.

• ZŠ a MŠ Dr. Edvarda Beneše v Praze 9 - Čakovicích. Přijme učitele/ku pro 2. stupeň matematiky. Nástup dohodou. Nabízíme moderně vybavenou školu, příjemný kolektiv, potřebnou podporu a další benefity. Životopisy, prosím, zasílejte na emailovou adresu: zscakovice@zscakovice.cz Tel: 734 588 863

• Gymnázium, Praha 9, Českolipská 373 přijme uklízečku na částečný úvazek, nástup ihned. Informace na tel. 283 882 028. Nabídky je možné zasílat elektronicky na kozal.j@ceskolipska.cz nebo zanechat v listinné podobě na vrátnici budovy školy.

• Gymnázium, Praha 9, Českolipská 373 přijme zástup učitele/ky D - Z, nástup ihned. Nabízíme možnost ubytování. Informace na 283 882 028, nabídky zasílejte na info@ceskolipska.cz.

• Hledáme pána na údržbu kancelářské budovy na Praze 5 Smíchov. Zkr. prac. doba, přír. výdělek k důchodu 10000 Kč/měs. Tel. 724045415 pouze dopoledne.

• Kompletace hraček sklad Jirny. 15 min autobusem z Černého mostu. Mzda 125 Kč čist./hod. 200 Kč příspěvek na dopravu. Výplata po týdnu. Vyžadujeme pravidelné směny po-pá 06.00-14.00/14.00-22.00, které se střídají po týdnu. Máme dobrou platební morálku. Volejte paní Barboru 729274886. weltpack.cz

• Přijmeme spolehl. pracovníci/a na odpolední úklid gymnázia, 5x týdně po-pá. Od 16:00-18:00hod. Praha 9-Vysočany. Plat 6800 Kč/měs. Tel. 224321592

Auto-moto - poptávka

• Koupím jakékoli vozidlo (i veterána). Platím ihned. Tel.: 603328155.

• Hledáme skladníka do skladu na HPP, platné oprávnění na VZV, čistý TR. Plat 25-32 tis./měsíčně. Tel. : 775052496.

• Sbíráme auta, motorky, traktory, voj. techniku, díly, vraky, technické průkazy, typové osvědčení, vybavení dílen, garáže, vše do r. 1990. 734843403

Ostatní

• KNIHY! Koupím knihy novější i starší a starožitný a retro nábytek do stylové čítárny - křesla, židle, stolky, lampy, obrazy, knihovny aj. T. 603478873

Seznámení

• Vitální vdovec 78 let, zajištěný, nezávislý, fidič, hledá seznámení. Tel. 603537149. Zn. Jaro ve dvou.

Výměny

• Specialista na výměny bytů, RD. Tel. 776363636

Knihy a časopisy

KNIHY!
odkoupím velkou
KNIŽNÍ POZŮSTALOST
solidní ceny za Vaše knihy.
Tel.: 603 478 873

VÝKUP KNIH a KNIHOVEN

koupíme jednotlivé knihy i celé sbírky, pozůstalosti apod.

Přijedeme (pro více než 300 ks) zaPlatíme odvezeme

Celá ČR

tel. 604 11 44 66
e-mail: arco@antikvariaty.cz



VYKUPÍME KNIHY
zaplatíme hotově á
2000,- Kč
za jednu banánovou krabici knih.

Než prodáte své knihy, porovnejte CENOVOU NABÍDKU!

Telefon:
773 537 401

TOMÁŠ VERNER
„Moje žena má pořád sen o velké svatbě, zatím ale na ni není doba.“

TÝDENÍK 5 PLUS 2
každý pátek ZDARMA

PRÁVĚ VYCHÁZÍ

NAŠÍ MILÍ ČTENÁŘI, PROSÍME, DO KOŠE NEPATŘÍME!

PRACOVNÍK ÚKLIDU PRAHA 2
Pro kancelářskou budovu přijmeme úklidové pracovníky na odpolední úklid 2-4 hodiny/den
Pouze pro částečné a plně invalidní občany
Náborový příspěvek 5000 Kč
Pro více informací volejte na: **777 003 523**

Staňte se dárce krevní plazmy
700 Kč* za každý odběr → 1400 Kč* měsíčně → 18 200 Kč* za rok
- Pomůžete zachránit lidské životy
- Máte pravidelnou kontrolu zdravotního stavu
- Občerství zdarma a zajímavé dárky
Metro Hradčanská
*dle § 32 ods. 2 zákona č. 373/2011 Sb.
unica plazma www.unicaplasma.cz
Tel.: 733 474 770

Přijmeme strážné (M/Ž) na ostrahu různých objektů v Praze

Možnost týdenních výplat.
Mzda až 150 Kč/hod.
Nástupový bonus **2 000 Kč.**
800 111 112 **m2c**

NAŠÍ MILÍ ČTENÁŘI, PROSÍME, DO KOŠE NEPATŘÍME!



Je rozhodnuto. Samková do Pekingu nepocestuje

Česká olympijská výprava přišla o jednu z velkých nadějí na medaili.

Snowboardcrossařka Eva Samková nebude kvůli zlomeným kotníkům startovat na zimních olympijských hrách v Pekingu. Dvojnásobná olympijská medailistka však věří, že se na závodní svahy po uzdravení vrátí. „Rozhodnutí nejít do Pekingu bylo těžké, ale správné. Teď se soustředím na to, abych se uzdravila a fungovala dál. Zahojím se a vrátím se zpátky,“ uvedla Samková.

Olympijská vítězka ze Soči 2014 a bronzová medailistka z Pchjongčchangu 2018 se zranila 11. prosince při dojezdu závodu smíšených týmů v rakouském Montafonu, v němž získala s Janem Kubičkem stříbro. Za cílem se Čes-

ké hvězdě „seklo“ prkno do sněhu a kotníky nevydržely. Na klinice v Montafonu-Schrunsu týž den večer podstoupila operaci, po níž má v nohou šrouby.

Osmadvacetiletá Samková se snažila intenzivně rehabilitovat, dokonce si zkoušela nazouvat snowboardinové boty. Nakonec ale po dohodě s lékaři nebude riskovat. „Jakékoli jiné rozhodnutí by znamenalo riziko nejen pro sportovní kariéru, ale i pro civilní život,“ uvedl profesor Pavel Kolář z Centra pohybové medicíny. „Eva i všichni kolem ní se maximálně snažili, aby mohla závodit. Její zranění jsou však rozsáhlá a start na olympiádě by pro ni v současné době byl příliš velkým rizikem,“ řekl člen lékařského konzilia doktor Jiří Dostal z Centra sportovní medicíny.

Samková od začátku zimy potvrdovala svoje kvality. Vyhrála závod Světového poháru na budoucím olympijs-



Citát

Dříve jsem říkala, že olympiáda není nejdůležitější věc na světě, a teď můžu dokázat, že to tak cítím.

EVA SAMKOVÁ
ČESKÁ SNOWBOARDCROSSAŘKA

ském svahu v Číně a v Montafonu skončila pátá. „Na začátku sezony se mi jezdilo dobře,“ konstatovala úřadující vítězka Světového poháru snowboardcrossařek.

Ve snowboardcrossu budou na olympiádě reprezentovat Kubičik a Vendula Hopjáková, kteří se vedle soutěží

Medailové naděje

Bez Evy Samkové v Pekingu mají velkou šanci na českou medaili další tři ženy.

- Hlavní adeptkou na stupně vítězů je **Ester Ledecká**, která je největší favoritkou v paralelním obřím slalomu na snowboardu a šanci má také na lyžích ve sjezdu a superobřím slalomu. Stálíci je rychlobruslařka **Martina Sáblíková**, šanci by měla mít také biatlonistka **Markéta Davidová**.

jednotlivců společně představí i v premiérovém týmovém závodě smíšených dvojic. „Na parťáky z týmu jsem už teď pyšná. Držím jim palce, stejně jako všem ostatním sportovcům české výpravy. Přeji všem zdraví, radost a úspěšné tažení,“ vzkázala Samková. **ČTK**

Předolympijská smůla

Kvůli zdraví přišli o účast na OH také další čeští sportovci.

- **LOH 2021** – Skifář **Ondřej Synek** zrušil účast v Tokiu, lékaři u něj diagnostikovali takzvaný syndrom nejasného snížení výkonu. Nejele ani překážkařka **Zuzana Hejnová**, kvůli zraněné achillovce nemohla trénovat.

- **ZOH 2018** – Biatlonistka **Gabriela Koukalová** se kvůli přetrvávajícím problémům s lýtky rozhodla vypustit celou olympijskou sezonu. K biatlonu se už nevrátila.

- **LOH 2016** – Tenista **Jiří Veselý** přišel kvůli angíně o hry v Riu de Janeiro. Kvůli obavám z viru Zika vzdali už dříve účast **Tomáš Berdych** a **Karolína Plíšková**.

- **ZOH 2014** – Další český snowboardcrossař **Michal Novotný** si v závodě SP necelý měsíc před startem OH v Soči vážně poranil obě kolena a musel na operaci. Těsně před začátkem her si hokejista **Vladimír Sobotka** zlomil kolenní česku a vypadl z nominace. **ČTK**



Bouzková končí, Vondroušová pokračuje

Česká tenistka Markéta Vondroušová je ve třetím kole Australian Open. Stříbrná olympijská medailistka v duelu s ruskou Ljudmilou Samsonovovou otočila druhý set a vyhrála 6:2 a 7:5. Připojila se tak k Barboře Krejčíkové, která do této fáze úvodního grandslamu sezony postoupila ve středu. Naopak neuspěla Marie Bouzková (na snímku), Estonce Kaie Kanepiové podlehla 2:6 a 6:7. Turnaj opustily i senzační šampionka loňského US Open Emma Raducanová a světová trojka Garbiñe Muguruzaová ze Španělska. Bez české účasti bude pokračovat mužská dvouhra, protože Tomáš Macháč vypadl ve 2. kole s Američanem Maximem Cressym po setech 1:6, 6:3, 1:6 a 6:7.

AP

Krátce

V tréninku šestá

Lyžařka Ester Ledecká zajela šestý čas v prvním tréninku na sjezd Světového poháru v Cortině d'Ampezzo. V italském středisku byla nejrychlejší domácí Sofia Goggiaová, za kterou česká závodnice zaostala o 0,82 sekundy. Dnes je na programu druhý trénink sjezdu, zítra závod. V neděli se má jet superobřím slalom.

Útok nenápadně zastavil asistent

Basketbalistům Brooklynu možná pomohl ke střeďečnému těsnému vítězství 119:118 v hale Washingtonu i nesporný zásah jejich asistenta trenéra Davida Vanterpoola, který zpoza postranní čáry zastavil jeden z útoků soupeře vložením

ruky do přihrávky. Situace nastala necelých šest minut před koncem zápasu při vedení Nets 109:103 a znamenala pro domácí tým ztrátu míče a protiútok soupeře. Žádný ze tří rozhodčích totiž koučův „obrný zákrok“ nepostřehl.

NSA. Půl miliardy pro sportoviště

Národní sportovní agentura (NSA) bude kvůli zdražování energií žádat půl miliardy korun navíc ve srovnání s rozpočtem, který schválila bývalá vláda Andreje Babiše. „Peníze jsou potřeba pro zachování fungování sportovišť, protože náklady na energie se valně většinou provozovatelů zvýšily až několikanásobně,“ informoval mluvčí NSA Jakub Večerka. **ČTK**

Hokej. Další covid

Hokejisté Vítkovic a Brna jsou dalšími extraligovými týmy, které musí kvůli nemoci covid-19 v kádru do karantény. Ostravané si již s předstihem odložili zápas s Hrad-

cem Králové, po včerejším potvrzení nemoci u hráčů a rozhodnutí krajské hygienické stanice nebudou hrát ani v neděli s Libercem. Kometa si odložila tři nejbližší zápasy. **ČTK**