

# HOKEJISTÉ MAJÍ JISTOU ÚČAST VE ČTVRTFINÁLE

ČEŠI NA MS PORAZILI AMERIKU, DNES JE ČEKAJÍ DOMÁČÍ FINOVÉ STRANA 11

INZERCE

FORTUNA  
ODMĚNA  
KAŽDÝ DEN

Ministerstvo financí varuje: Účastí na hazardní hře může vzniknout závislost! Zákaz účasti osob mladších 18 let na hazardní hře.

# metro



Úterý, 24. května 2022

Č. 99, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Jana

mojemetro f denikmetro

# Veslařské Primátorky spojí sport s uměním

**ROW ROW ROW.** Výstava doplní letošní 109. ročník českého nejprestižnějšího veslařského závodu. **Díla.** K vidění budou obrazy, sochy či videoart. **Kdy, kde.** Od 27. května do 9. června v pražské Kobce č. 17 STRANA 12



## Výstava v Domě fotografie zkoumá roli tohoto média v současné době

Současné formy umění i jiných vizuálních projevů, které vycházejí z média fotografie, ukazuje nová výstava připravená kurátory Galerie hlavního města Prahy. Jmenuje se Věštění z noční oblohy částečně zakryté mraky a ukazuje, jaké podoby na sebe bere fotografie ve věku umělé inteligence a jak na aktuální tendence reagují sami umělci. Výstava bude v Domě fotografie v Revoluční ulici přístupná do 18. září a nabízí širší myšlenkových i uměleckých přístupů více než tři desítek umělců z Čech, Slovenska, Velké Británie, Řecka a dalších zemí. Na snímku je dílo Markéty Othové a Aleksandry Vajd. ČTK



9 771211 781002 1 22099

# Odměny pro Mynáře

**Web Hlídač státu zveřejnil platy a odměny ministrů či vládních úředníků za loňský rok.**

Je tu přehled rekordmanů v odměnách podle webu Hlídač státu. Z něj vyplývá, že na nejvyšší odměny si v loňském roce přišel hradní kancléř Vratislav Mynář. Toho následoval bývalý ředitel státního podniku Lesy České republiky Josef Vojáček.

Hradní kancléř Vratislav Mynář svými odměnami za loňský rok patří mezi rekordmany. Loni si přišel na 1 955 488 korun hrubého platu. K tomu získal na odměnách dalších 691 tisíc korun. To je podle Hlídače státu přibližně čtyřnásobek průměrné úřednické odměny, respekti-

ve odměny pracovníka úřadu na vedoucí pozici, jako je například ředitel úřadu či ředitel úseku. Přitom Mynář byl v loňském roce, kdy byl prezident Miloš Zeman hospitalizovaný, téměř neviditelný a opakovaně odmítal poskytovat novinářům informace.

Podle politologa Jana Kubáčka je Mynář něco jako vizitka prezidenta. „Úloha kancléře vždycky byla, že to byl nejbližší tajemník a jeho vliv byl velmi důležitý,“ řekl k postu kancléře politolog.

Vojáček si na odměnách přišel téměř na 5,5 milionu korun. Jeho plat činil 3,1 milionu. „Nejen, že je poměr platu a odměny přinejmenším neobvyklý, zarážející je i to, že tak vysoké odměny by si jistě zasloužil výkonný manažer s vynikajícím plněním svěřených úkolů, a ne člověk, který byl ke konci roku odvolán pro manažerská pochybení,“ uvedl Hlídač státu. **IDNES.cz**

## Krátce

### Koloběžky štvou i v Pardubicích

Sdílené koloběžky na ulicích chodcům dál překážejí. Nejvíce si na to stěžují lidé v Praze. Ozývají se i v Pardubicích. Město je v posledních týdnech sdílenými elektrokoloběžkami zaplaveno. Povalují se na chodnících, stojí na pěších zónách u přechodů či ve stojanech na kola. Radnice pro ně loni vyčlenila stání, ale nepomohlo to. Situaci navíc eskaluje fakt, že poté, co Hradec Králové vydal vyhlášku omezující jejich provoz, skončily hradecké koloběžky v Pardubicích. Zaměstnanci radnice začali pohozené stroje sbírat z ulic a vozí je pod zámek.

### Hackeři na webech RSD nadělali škody

Ředitelství silnic a dálnic (ŘSD) se bude z kybernetického útoku z minulého týdne vzpamatovávat měsí-



Fontány v letní Praze si užívají místní i turisté. **MAFRA**

ce, škody jsou obrovské, řekl šéf úřadu Radek Mátl. Útok narušil weby či účetnictví, stavby však neohrozil. Podle Mátle šlo o propracovaný a dlouho připravovaný útok. Kybernetickému útoku čelila společnost minulého úterý. Mimo provoz byly třeba webové stránky RSD.cz nebo DopraVniInfo.cz. Národní úřad pro kybernetickou a informační bezpečnost (NÚKIB) v pátek oznámil, že počítačové systém ŘSD napadl ransomware, jak se označuje vyděračský program, který zašifruje data a za jejich odblokování po-

žaduje výkupné. NÚKIB uvedl, že zná útočníka, z taktických důvodů ho ale nyní nezveřejní. **IDNES.cz**

### Města jsou na léto připravena

Česká města v těchto dnech instalují ve svých ulicích vodní prvky. Velmi oblíbená jsou mlžítka. Například na zrekonstruované části Václavského náměstí jsou také fontány, které se v zimě dají uzavřít. Nenápadný vodní prvek připomíná zdejší zaniklé kašny. **MET**



## Výstava v Technickém muzeu odhaluje tajemství zlatnického řemesla

Tajemství dávných zlatníků a kovotepců odhaluje nová výstava Zlaté řemeslo v Technickém muzeu Brno. Na přípravě se podíleli restaurátoři, kteří se snaží popsat a uchovat metody používané v minulosti při zpracování zlata, stříbra a dalších kovů. Součástí expozice, která se návštěvníkům otevře dnes, jsou šperky, mince i ukázky vybavení zlatnické dílny. „S výrobními a výzdobnými technikami seznámíme návštěvníky výstavy formou videozáznamů, ale i širokého spektra nářadí, pomůcek i strojů, kovových materiálů a samotných replik historických artefaktů,“ uvedla spoluautorka výstavy Alena Selucká. Příkladem je ukázka ruční ražby repliky pražského groše. Odborníci rekonstruovali celý proces od přípravy stříbrné slitiny a polotovaru přes výrobu nástrojů pro zhotovení razidel a středověké razicí stolice až po finální ražbu. Na snímku je haptický model relikvie sv. Maura.

## Krátké

**Střelil barmanku do hlavy. Ve vězení byl 48 let**

Olomoučtí kriminalisté zveřejnili podrobnosti k pátečnímu loupežnému přepadení v tamní herně. Obvinili z něj 72letého

muže, který podle vyšetřovatelů střelil pracovníci za barem do hlavy. Žena je stále v kritickém stavu v nemocnici. Jak se ukázalo, podezřelý už strávil za mřížemi téměř půl století. V 80. letech ubil muže kladivem, za poslední vraždu mu hrozí až doživotí.

**Komunista a trest**

Úřad dokumentace a vyšetřování zločinů komunismu zahájil trestní stíhání proti exministru vnitřní Františku Kinclovi. Podle policie nechal na hranicích střílet do prchajících Čechoslováků. **IDNES.cz**

## Ceny pojištění aut

**68**

Ceny pojištění odpovědnosti z provozu vozidla v dubnu podruhé v řadě stouply. Průměrná cena povinného ručení v dubnu činila 6659 korun, což byl proti březnu nárůst o 68 korun. **ČTK**

## Přibylo realittek

**2256**

V dubnu vzniklo 2256 firem. Podle jednotlivých odvětví vzniklo od začátku roku nejvíce společností v odvětví realit (1559) a obchodu (1540). Nejvýrazněji přibylo těch zemědělských a lesnických. **ČTK**

# Nápor ve školách se čeká v září

**Kontroly zjistily, že většina registrovaných dětí z Ukrajiny ještě do školy nenastoupila.**



Cítat

**Ano, když sem máte integrovat 150 tisíc dětí, tak to znamená nějaké nepohodlí, ale vzhledem k tomu, že jejich otcové dnes se zbrání v ruce brání i naši svobodu, je to poměrně malá cena.**

PETR GAZDÍK, MINISTR ŠKOLSTVÍ

šina z nich začlenila ukrajinské děti do kolektivu českých dětí, jen desetina se jich vzdělává v oddělených třídách.

Děti mají dobré vztahy, zjistili inspektoři. „Vztahy mezi ukrajinskými a českými dětmi jsme zaznamenali jako

bezproblémové,“ říká ústřední vrchní inspektor Tomáš Zatloukal.

Prospěch ukrajinských dětí budou učitelé v tomto školním roce hodnotit pouze slovním zhodnocením. Podle Gazdíka se bude spíše jednat o potvrzení absolvování školní docházky.

Většina registrovaných dětí ukrajinských uprchlíků však ještě do škol nenastoupila. Hlavní nápor se očekává v září, zápis ukrajinské děti teprve čeká. „Zaregistrovaných jich je v Česku celkem asi 130 tisíc, v září jich do škol může nastoupit podle odhadů 50 až 150 tisíc,“ uvedl ministr školství Petr Gazdík. Podle českých zákonů musí školou povinné děti uprchlíků po 90 dnech pobytu v Česku nastoupit ke školní docházce. Integrovaní proces i samotné vzdělávání ukrajinských dětí na základních školách nyní komplikuje to, že mnoho jich ještě pokračuje v distanční výuce z Ukrajiny.

Gazdík uklidňuje obavy rodičů, že nebudou místa ve školách pro české žáky či se zhorší výuka, podle něj tyto obavy nejsou namístě. **ČTK a IDNES.cz**

**Divadlo ve třiceti pokojích**

V paláci Hrzánů z Harasova v Praze se konala generální zkouška inscenace románu Michaila Bulgakova *Mistr a Markétka* v podání divadelního souboru *Tygr v tísni*. Divák bude procházet 30 pokoji a hledat si cestu v panoptikálním labyrintu obrazů, slov, indicií a informací. **3x ČTK**



INZERCE

# NIKDO NEBUDE DIKTOVAT, O ČEM SMÍME PSÁT

ParlamentníListy.cz

# Ve stínu oscarového dramatu. Elektrošoky nejsou za trest

**Vzdorný pacient se upoutaný zmítá v těžkém třesu. Elektrody mu vypouštějí do těla silné výboje.**

Kontroverzní a ne všemi lékaři přijímané. Takové jsou dějiny elektrošoků (viz box), jak se laicky i slangově mezi zdravotníky říká využití elektřiny v léčbě duševních chorob. Vedle primitivních metod z počátku letopočtu se začala naplno elektřina v psychiatrii a u nervových onemocnění používat v první polovině minulého století.

## Trpké a bolestné začátky

První pokusy při léčbě epilepsie nebo schizofrenie nepřinášely ale pokaždé žádoucí výsledky. „Technické pro-

středky ještě nebyly na úrovni, lékaři také nevěděli, jak a v jakém množství správně aplikovat výboje,“ popisuje počátky využívání elektřiny v psychiatrii Jozef Buday, vedoucí lékař neurostimulačního centra Psychiatrické kliniky Všeobecné fakultní nemocnice (VFN) a 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy Praha.

První pokusy působily někdy zlomení kostí nebo natržení svalů. „Proud se navíc aplikoval bez anestezie, čas na zotavení v porovnání se současnými metodami se počítal na hodiny,“ říká Buday.

## Totální vymývání mozku na filmovém plátně

K pověsti této metody nepřispívalo ani překroucené trestání vězňů elektrickými výboji v nacistických koncentračních táborech, které trýznitelé uplatňovali vůči uvězněným a s psychiatrií nemělo



VFN umožňuje léčbu elektrošoky i ambulantně. METRO

nic společného. „Dobrou pověst této metodě nedodaly ani některé filmy, především mám na mysli slavný Formanův Přelet nad kukaččím hnízdem,“ připomíná Buday.

V románu od Kena Keseye i v samotném filmu od Miloše Formana používá Velká sestra elektrošoky jako tresty pro vzpurné chovance psy-

chiatrie a výsledkem šoků je téměř totální psychická devastace pacienta.

## S mýty je těžký boj

Současná elektroléčba je už na hony vzdálená té, která se uplatňovala v prvopočátcích. Nejnovější kroky v této léčbě podstupuje pacient v anestezii, navíc utlumení

krátkodobé paměti a zotavení se počítá na osm až deset minut. Přitom ještě v 70. letech to bylo kolem 45 minut. To umožňuje, aby pacient docházel na léčbu ambulantně.

Beztak se musejí psychiatrii vypořádávat s přetrvávajícími mýty. Vymaže mi to paměť. Stane se ze mě zombie. Bolí to. Změní mi to osobnost. To jsou některé mýty, se kterými se moderní psychiatrie setkává. „Zajímavé bylo srovnání studentů medicíny, kteří o elektrošocích jen slyšeli nebo je znají jen z filmů, s těmi, kteří se seznámili se současnými metodami této léčby,“ popisuje Gabriela Podgorná z Psychiatrické kliniky VFN.

Budoucí lékaři bez konkrétních znalostí vykazovali podstatně menší ochotu tuto metodu použít, doporučit ji, případně ji podstoupit, kdyby sami trpěli některou z nervových chorob. PAVEL HRABICA

INZERCE

## NENÍ DĚDEK JAKO DĚDEK

Bez peněz z reklamy by vaše oblíbené pořady nebyly tak kvalitní anebo by nevznikly vůbec. O tom, proč reklamní sdělení nepřetáčet, se dozvíte více na:

**Nepřetáčeje reklamu**  
**WWW.NEPRETACEJ.CZ**

## Léčba s využitím proudu není mladá

Elektřinu neznali. Přesto její účinky uplatňovali již staří Římané. Stačila jim k tomu ryba.

- Metoda „elektrošoků“ byla poprvé využita v prvním století našeho letopočtu v Říši římské. Nemocným epileptikům byl na hlavu přikládán živý rejnok elektrický.
- V druhé polovině 19. století proběhly první pokusy se stejnosměrným proudem vysílaným do mozku.
- První využití elektrošoků se datuje do 30. let 20. století v Itálii.
- Jiná forma „elektrické“ neurostimulace tDCS se používá například při odvykání kouření.

## Elektřina versus léky

# 1

Ročně podstoupí elektrokonvulzivní terapii (EKT), jak se elektrošokům odborně říká, přibližně jeden milion pacientů po celém světě. V Česku ji podstoupí ročně stovky nemocných.

# 85

Účinnost EKT dosahuje asi 85 procent v porovnání s medikamenty (65 procent).



## Česko testuje vlaky na vodík

V těchto dnech pokračují testy a prezentace vlaků na vodíkový pohon. Ty by po českých kolejích mohly jezdit za pět let. Budou potřeba legislativní změny. Tyto vlaky jsou podle expertů jednou z ekologických variant budoucího provozu zejména na regionální železnici. Na snímku je vodíkový vlak na roadshow v Cerhenicích.

ČTK



## Biden potěšil Tchaj-wan

Spojené státy by byly ochotné vojensky zasáhnout v případě útoku na ostrov Tchaj-wan, který si Čína nárokuje jako součást svého území. Na tiskové konferenci v Tokiu to včera uvedl americký prezident Joe Biden. Agentura AP hovoří o jednom z nejsilnějších vyjádření podpory Tchaj-wanu za poslední desetiletí. Peking podle očekávání Bidenova slova ostře kritizoval a zdůraznil, aby prezident „nepodceňoval jeho odhodlání“.

AP

### Krátce

#### Stud ze Ženevy

Představitel ruské mise při OSN v Ženevě Boris Bondarev včera odstoupil kvůli nesouhlasu s válkou na Ukrajině. V dopise, ve kterém zdůvodnil svůj krok, napsal, že se za svou zemi nikdy nestyděl více. Bondarev je patrně prvním ruským diplomatem, který se oficiálně

vzdal funkce kvůli invazi na Ukrajinu.

#### Opouští Rusko

Americký kavárenský řetězec Starbucks odchází po téměř 15 letech z ruského trhu. Firma to podle médií včera oznámila svým zaměstnancům. Následuje tak další západní podniky. **čtk**

# Finsko má nový hit Otan Olutta

**Hláška „jdu na pivo“ dostává v zemi tisíce jezer zcela nový, vlastenecký rozměr.**

Fin Petteri Vanttinen, pivovarník z městečka kousek od hranic s Ruskem, nabízí pěnívý speciál, který má slogan „chuť bezpečí s nádechem svobody“. Zbrusu nové pivo se jmenuje Otan Olutta. „Jsem nadšený z přihlášky mé vlasti do Severoatlantické aliance,“ zřít Vanttinen, jehož chmelový produkt má nálepku vyvedenou v modré barvě a značně se podobá znaku NATO.

Název piva Otan Olutta je zároveň slovní hříčkou: OTAN ve francouzštině znamená NATO a Otan Olutta ve finštině prostě znamená „jdu na pivo“.

#### Zájem o pivo explodoval

Šéf pivovárku z východofinské Savonlinny nyní neví, kde mu hlava stojí. Poptávka po jeho pivu je enormní. „Prostě to explodovalo. Dostávají objednávky z celého světa, ze Spojených států, Japonska, Německa. Těch zemí je příliš mnoho, než abych si je



Finské pivo s příběhem

TWITTER

zapamatoval,“ usmívá se dvaadvacetiletý Fin, kterému telefon zvoní nepřetržitě už bezmála týden.

#### Založený v ruské říši

To ale není vše. Do zapadlého malého pivovaru, postaveného ještě v dobách, kdy Finsko bývalo součástí carského Ruska (v letech 1809–1917, pozn. redakce), se také hrne nepřetržitý proud zákazníků. Pivo je tak prakticky vyprodané hned, co sjede z linky. „Jsme malý pivovar, mám osm zaměstnanců. Děláme maximum, ale nestíháme,“ připustil Vanttinen. „Normálně jsme prodávali sto plechovek denně. Teď je jich přes 2000,“ dodal. **HAL**

#### Hruzy války v Davosu

Rusko by za normálních okolností mělo na Světovém ekonomickém fóru ve švýcarském Davosu vlastní dům sloužící jako výkladní skříň pro podnikatele a investory.

- Letos však jsou prostory na hlavní ulici v Davosu přeměněny ukrajinskými umělci na „dům ruských válečných zločinů“. Návštěvníci mohou vidět obrazy, na kterých je třeba těžce popalovaný muž v Charkově po ruském ostřelování, či film složený z tisíců snímků mrtvých civilistů a zničených domů. **čtk**

## Lítost. Seržant Vadim Šišimarin

Ukrajinský soud včera odsoudil na doživotí ruského vojáka za zavraždění neozbrojeného civilisty. Soud v Kyjevě byl prvním procesem za válečné zločiny od začátku ruské invaze na Ukrajinu na konci února. Doživotí navrhl prokurátor. Obhájce uvedl, že se jeho klient proti rozsudku odvolá.

Jednadvacetiletý seržant Vadim Šišimarin byl shledán vinným, že 28. února na rozkaz jiného ruského vojáka zastřelil z okna auta dvašedesátiletého Ukrajince ve vsi Čupachivka na severovýchodě Ukrajiny. Svou vinu přiznal hned první den procesu.

Šišimarin v pátek soudu řekl, že svého činu lituje a že neměl v úmyslu zabít. „Lituji toho, co jsem udělal. Byl jsem v té situaci nervózní. Nechtěl

jsem zabít,“ dodal mladý muž s oholenou hlavou. O den dříve vypověděl, že jednal na přímý rozkaz vystřelit na civilistu, aby neprozradil přítomnost ruských vojáků.

Soud podle listu Ukrajinska pravda odmítl tvrzení obhájce, že Šišimarin jen plnil rozkaz. Ten totiž vydal voják, který nebyl Šišimarinovým velitelem, a samotný rozkaz byl podle soudu zločinný. Ani projevená lítost se soudu nezdála upřímná. Šišimarina uznal vinným z porušení válečného práva a zvyklostí. Vdova po Oleksandru Šapulynovi podle agentury Unian před soudem uvedla, že požaduje pro okupanta doživotí, ale že nebude proti, pokud ruského vojáka vymění za zajaté ukrajinské vojáky z oceláren Azovstal v Mariupolu. **čtk**

## Time vybral

Ukrajinský prezident Volodymyr Zelenskyj zvítězil v hlasování čtenářů časopisu Time. Zelenskyj je jedním ze stovky nejvlivnějších lidí světa, po jeho bok se zařadila i předsedkyně Evropské komise Ursula von der Leyenová. Time charakterizuje svůj včera vyhlášený výběr jako seznam sta nejvlivnějších, nikoli nejmocnějších, lidí světa, protože moc je zřejmá, ale vliv méně. Ke kritériím výběru patří aktivismus, inovace a úspěchy. Sto vybraných je řazeno do podkategorií, jako jsou političti vůdci, inovátoři, umělci, giganti, velikáni a idoly či průkopníci. Mezi idoly se letos ocitli španělský tenista Rafael Nadal nebo britská zpěvačka Adele či šéfredaktor ruských novin Novaja Gazeta Dmitrij Muratov. **AP**



INZERCE

S | Televize Seznam



DNES 20:00  
**CO JE DOMA, TO SE POČÍTÁ, PÁNOVÉ.**

## Kostelec. Keramický den doprovodí dudáci

Pokud jste doposud nenavštívili Kostelec nad Černými lesy v poslední květnovou sobotu, tak teď je před vámi ta pravá příležitost. V tento den se totiž koná nejvýznamnější akce města s bohatou keramickou minulostí.

Tradiční keramický den, letos již 34. ročník, proběhne tuto sobotu od 9.00 do 17.00 na kosteleckém náměstí. Čekat na vás bude nepřeberné množství autorské kerami-

ky, soutěž pro diváky, točení na hrncířském kruhu anebo si budete moci poslechnout v 15.00 vystoupení dudáků v podání skupiny Blue Squadron Pipe Band. Trh je rozšířen o přehlídku jiných řemesel.

Doprava z Prahy je od metra Háje linkami 381 a 387 anebo z Prahy vlakem do Českého Brodu a pak autobusem do Kostelce. Vstup je zdarma. Více na [www.kostelecnci.cz](http://www.kostelecnci.cz). **ČTK**

# Pod vysílačem pobaví i Ivánek

**Na žižkově nuda nehrozí.** Petra Rychlého zrežuruje syn Ondřej, Václav Vydra zazáří s Janou Paulovou.



Zleva Luboš Veselý, Ondřej Rychlý, Petr Rychlý

DIVADLO KALICH

Letošní ročník Prima Hvězdného léta pod žižkovskou věží na letní scéně Divadla Kalich otevře 28. června komedie Na útěku s Carmen Mayerovou a Terezou Kostkovou. Do 7. září je naplánováno téměř 60 divadelních představení a koncertů.

### Tátovi šéfuje syn

Nejočekávanější premiérou letošního ročníku je francouzská komedie z prezidentské pracovny s názvem S pravdou ven. Premiéra proběhne 30. června, herce Petra Rychlého a Luboše Veselého v ní režuruje Ondřej Rychlý.

Jedná se o první dlouhodobou spolupráci, na které se s Petrem Rychlým dohodl producent Divadla Kalich Mi-

chal Kocourek. „Co se týká hraní v létě, nejsem v tom nováčkem. Kdysi jsem hrál na Hradě Shakespearovské slavnosti nebo na otáčivé scéně v Českém Krumlově, kde ještě v současné době hraju představení Ženy Jindřicha VIII., a musím říct, že si to vždycky užívám, protože ti diváci jsou úplně jiní. Jsou natěšení, pokud je dobré počasí, ale je to i adrenalin, když se hraje v dešti,“ řekl Rychlý. Režisérem představení S prav-

dou ven je Rychlého syn. „Volba Ondřeje není o zametání cestíček otcem, ale viděl jsem jeho skvělé představení Mrk, které zrežuroval v Divadle v Dlouhé. Moc se mi líbilo. Bylo vidět, jak skvěle pracoval se souborem. A tak mě napadlo ho požádat o spolupráci. Navíc se těším na střet dvou vidění divadelního světa. A láká mne jako otce si zkusit práci se synem. Věřím, že nás to může obohatit. Co se týče Luboše Veselého, to

není můj nápad, to už je práce mého Ondry,“ podotkl Rychlý.

### Soboty budou patřit dětem

Nepřízeň počasí scénu pod žižkovskou věží neohrozí, protože je také letos krytá lehkou střechou chránící diváky před deštěm i slunečními paprsky. Vedle komediálních titulů i novinek pořádajícího Divadla Kalich, Komorního divadla Kalich a Divadla Palace program nabídne také

tituly Saturnin, Caveman, Můžem i s mužem, Dva nahatý chlapi, Carmen Y Carmen, Hrdý Budžes, jevištní talk show Jana Krause a Honzy Dědka. Své koncerty také odehraje Tomáš Klus, Ondřej Havělka s Melody Makers nebo 4TET, největší hity Karla Gotta zazpívají v programu Jdi za štěstím Bohuš Matuš a Marian Vojtko. Sobotní dopoledne budou patřit pohádkám.

Druhou letní premiérou Hvězdného léta pod žižkovskou věží bude 12. července společná inscenace Jany Paulové a Václava Vydry Nikdy není pozdě, v níž se představí v šesti rolích. Třetí novinkou v programu je v úvodu zmíněná komedie Na útěku.

Očekávaná je také obnovená premiéra představení Petra Čtvrtníčka a Jiřího Lábusa Ivánu, kamaráde, můžeš mluvit?, která se uskuteční 9. srpna. Představení vzniklo jako reakce na odposlechy fotbalových funkcionářů z roku 2005. Více informací k programu Prima Hvězdného léta se nachází na webu [www.divadloklich.cz](http://www.divadloklich.cz). **MET**

INZERCE

**Portmonka**

TVOJE DIGITÁLNÍ PENĚŽENKA NA VĚRNOSTNÍ KARTY



PRO ZÍSKÁNÍ APLIKACE NASKENUJTE QR KÓD

NYNĚ NA Google Play

Stáhnout v App Store

SPOLEČNÝ KONCERT



HRADIŠŤAN

### Hradišťanu to ladí s Javory

Dvojalbum plné písní tak známých, že řada z nich už zcela zlidověla, nese název Společný koncert. Jedná se o live záznam společného koncertu Hradišťanu a Javory Beatu, jejichž repertoár má mnoho společného, a to nejen hudebně, ale i svojí poetikou. Nahrávka vycházející na CD pochází z kroměřížského koncertu loni v listopadu. **MET**

metro

ZDRAVÍ

KOMERČNÍ PŘÍLOHA

24. května 2022, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

PROFIMEDIA



*Zdravý pohyb*

# Jak připravit klouby na letní zátěž

Konečně nastala doba pravého letního počasí a vše nabádá k tomu, abyste vyrazili na výlet za památkami nebo krásnou přírodou. Jenže máte strach, že vaše klouby začnou proti pohybu protestovat? Když budete vědět, jak o klouby správně pečovat, nebudete mít důvod se bát.

**Zatěžujte klouby postupně** Ačkoliv totiž sluníčko vlévá do žil novou energii, mnohdy nás vyláká ven nepřipravené. Díky sluníčku za oknem se vám může zdát, že máte sil na rozdávání, ale po zimním období může být vše ve skutečnosti jinak. Raději proto své klouby zatěžujte postupně, místo toho, abyste se rovnou pustili do náročné činnosti nebo výslapu. **Hlavní je dopřát svým kloubům čas.** V rámci dnů až týdnů zátěž postupně zvyšujte.

**Dejte si pozor na vysoké teploty a vlhké počasí** Njen chladné a větrné zimní dny mohou prohlubovat kloubní potíže. Stejný úči-

nek na klouby, zejména na kolena, má právě i vlhké a horké letní počasí. **Čím je venku tepleji, tím více jsou klouby náchylné k otokům a přetížení.** Na změny tlaku reagují receptory v kloubech. Ve vlhkých dnech, kdy dochází k poklesu barometrického tlaku například těsně před bouřkou, mají navíc tkáň uvnitř kloubu, šlachy a vazy tendenci se rozpinat. Pomocí proti tomu, je poměrně jednoduchá. Za vlhka a deště zůstaňte uvnitř a výlet nebo práci na zahradě si naplánujte na

jiný den. Případně se do ní pusťte časně ráno nebo později večer. V horkých dnech jsou dobré chladivé obklady na klouby.

**Používejte užitečné pomůcky, které vám usnadní pohyb**

Klouby umí někdy pořádně potrápít. Naštěstí ale existuje spousta praktických pomůček a nástrojů, pomocí

a hole na nordic walking usnadňují chůzi v terénu a pomáhají zapojit do pohybu i horní polovinu těla. Využít je také můžete jako oporu na nebezpečných cestách a při náročnějších výšlapech. Dále byste neměli zapomenout na kvalitní obuv. Hlavní je, abyste vždy nosili dostatečně prostornou, pružnou a zároveň pevnou obuv odpovídající roční době a terénu. To samé platí pro pracovní obuv.

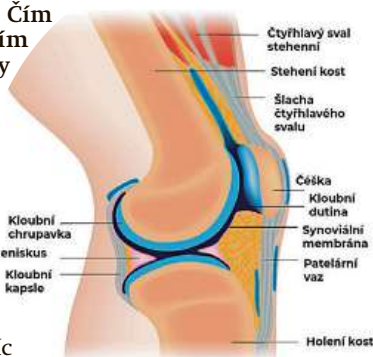
**Dodržujte dostatečný pitný režim**

Kloubní chrupavka a meziobratlové ploténky, jejichž úlohou je tlumit nárazy při došlapu a snižovat tření kostí o sebe, jsou tvořeny přibližně z 80 % z vody. Naneštěstí s vyšším věkem celkové vody v těle ubývá, čemuž také příliš nepomáhají vysoké letní teploty. Dehydratace se tak může projevit i na stavu kloubů. Z toho důvodu je důležité, abyste dodržovali dostatečný pitný režim. Stačí si pamatovat, že jednomu kilogramu hmotnosti odpovídá zhruba 35 ml tekutin.

**Dbejte na pestrou stravu plnou vitamínů a minerálů**

Bez vitamínů a minerálů se lidské tělo nedokáže obejít. A dokonce ani klouby nemohou bez jejich přísunu správně fungovat. Pokud tedy již pociťujete nějaké problémy s klouby, **rozhodněte nepodceňte kvalitní potraviny plné vitamínů a minerálů.** Důležitý je zejména vitamin C, který podporuje tvorbu vlastního kolagenu, a vitamin D a H. Z minerálů je nezbytný vápník, železo a hořčík. Všechny tyto minerály přispívají k dobrému stavu kostí, kloubů a svalů.

Mezi kvalitní zdroje vitamínů, minerálů a dalších významných látek patří například zelenina, ovoce, rybí maso a ořechy. Pokud víte, že nejíte právě zdravě, zvolte doplněk stravy, který vám pomůže chybějící vitamíny a minerály doplnit. Nalézt je můžete dokonce i v kloubní výživě OsteFit. Více informací u specialisty OsteFit na tel. čísle 277 771 190.



kterých jim můžete trochu ulevit. Jednou takovou pomůckou jsou například hole na turistiku. **Trekové hole**

## SILNÁ KLOUBNÍ VÝŽIVA PRO LIDI, NE PRO KONĚ

ČESKÁ KLOUBNÍ VÝŽIVA PRO DOBRU FUNKCI KOSTÍ A CHRUPAVEK

**Český vynález na klouby pro sportovce, který důchodci berou útokem!**



V Česku velice oblíbený doplněk stravy OSTEFIT, který si za několik měsíců získal oblibu u zákazníků, zažívá nečekaný zájem důchodců. OSTEFIT je český doplněk stravy speciálně vyvinutý v České republice pro podporu pohybového aparátu sportovců. Jedno balení obsahuje 30 sáčků s unikátním složením pro klouby. Sáček denně vysypete do suché sklenice, zalijete proudem vody, zamícháte a vypijete. Proč užíváme sáčky? Vejde se do nich více kloubní výživy než do kapslí nebo tablet. V jedné běžné kapsli naleznete v průměru 500 mg účinné látky. OSTEFIT obsahuje v každém sáčku 4 743,4 mg účinných látek!

**BEZ VEDLEJŠÍCH ÚČINKŮ A BEZ PŘEDPISU**

Vyroben v České republice, řádně ohlášen na ministerstvu.

**SKVĚLÁ CHUŤ, SILNÝ ÚČINEK!**

Nevyrábíme produkty pro koně, ale pro lidi. OSTEFIT nejen účinkuje, ale také skvěle chutná!

**VYSOKÝ OBSAH KOLAGENU**

Dodejte tělu základní stavební hmotu pojivových tkání.

**HODNOCENÍ ZÁKAZNÍKŮ:**



95 % zákazníků uvedlo, že jim OsteFit pomohl.

**PANÍ EVA:** „Výrobek užívám nejen já, ale také ostatní členové mojí rodiny a přátelé, kterým jsem to doporučila. U všech bylo patrné zlepšení

pohyblivosti kloubů již po použití druhé krabičky. Snadno se to užívá a nepřináší žádné komplikace. Za mě super výrobek.“

**PAN MICHAL:** „Mohu vřele doporučit, zhruba po měsíčním používání OsteFit neskutečně zabra. Užival jsem mnohem dražší značky doplňků stravy na klouby a žádné nezabraly. Jedině OsteFit!“

OsteFit již užívají všechny věkové skupiny, jak sportovci, tak lidé v důchodu. Mladý sportovec

**DAVID UVEDL:** „Jako dlouholetý sportovec jsem začal pociťovat klouby, hlavně kolena. Zkoušel jsem různé kloubní výživy s různým složením, cenou i dávkováním včetně OsteFitu a mohu říct, že po čtrnácti dnech užívání jsem pocítil velké zlepšení, po měsíci jsem zátěž kolena už vůbec nevnímal. Byl jsem velmi spokojen.“



**BALENÍ ZDARMA**

Zavolejte ihned a využijte akční nabídky pouze pro čtenáře – k nákupu balení ZDARMA jako bonus. SPĚCHEJTE! Vaše balení ZDARMA jsou limitovány pouze na skladové zásoby a jakmile dojdou, akce se nemusí opakovat.

**Zavolejte ihned**

**277 771 190**

Volejte Pondělí – Pátek: 8–20 hod., Sobota – Neděle: 10–16 hod. Hovor bez příplatku, běžné místní spojení.

Vitamin D přispívá k udržení normálního stavu kostí a normálního stavu svalů. Vitamin C přispívá k normální tvorbě kolagenu pro normální funkci chrupavek a kostí. Doplněk stravy.



# Pravidelná chůze pomáhá proti projevům stařecké demence

**Každý krok se počítá, radí lékaři.**

O chůzi se říká, že je nejpřirozenějším pohybem člověka. A navíc skvěle okysličuje mozek. S přibývajícím věkem a zdravotními problémy ale počet kroků, které denně učiníme, obvykle výrazně klesá. Podle lékařů je přitom optimální, když každý den zvládneme okolo šesti tisíc kroků. Těch „magických“ 10 tisíc, o kterých se píše či hovoří snad všude, je jen mýtus nepodložený vědci. Zkrátka hausnumero. Zato šest tisíc je zdravý průměr, který opravdu přináší výsledky. Přirozeně si držíte váhu, nebo dokonce mírně hubnete.

„Chůze je nejdůležitějším pohybem působícím proti řídnutí kostí,“ řekl pro magazín ONA DNES fyzioterapeut Kryštof Kuba. Lékaři přidáva-

jí další benefity chůze: snižuje výskyt kolorektálního karcinomu i rakoviny prsu, zmenšuje míru působení stresu na organismus, zabraňuje úbytku svalové hmoty.

„Je škoda ztrácet svalstvo nesmyslnými dietami, protože právě svalová hmota ovlivňuje, jak dlouho tady budeme,“ tvrdí odborníci. Co nejčastější přesun po svých účinně bojuje také proti stařecké demenci. Alespoň to prokazuje již téměř čtyřicet let probíhající studie mezi pěti tisíci zdravotními sestrami.

V pokročilejším věku ale lidi trápí při chůzi stále více problémů, vytrácí se smysl pro rovnováhu. Za poruchy chůze jsou označovány ty, které nejsou vyvolané zraněním či kloubní chorobou. Poznáme je podle snížení svalové síly, špatné koordinace a neobratnosti.

U starších osob je každopádně vhodnější chůze a ni-



Chůze udržuje svaly a tělo v kondici.

PROFIMEDIA

koliv běh. Čím pružnější a rychlejší, tím lepší. „Doporučuji také trekingové hole, díky nimž se zapojují svaly na pažích a horních zádech. Dalšími aktivitami, které se dají provozovat i v pozdním věku, jsou jízda na kole, cvičení nebo posilování. Člověk upoutaný na lůžko může zase například hýbat palci na nohou nebo mačkat v rukou balonek,“ radila seniorům na serveru iDNES.cz lékařka Renáta Petrová.

„Chodit a chodit. A také protahovat, vybrat si rehabilitační cvičení. Volbou může být i jízda na kole, ale u starších lidí už bych byla opatrná. Je třeba myslet na to, že zranění se s přibývajícím věkem hůře hojí. Klouby už jsou přecitlivělé na otřesy, svalová hmota minimální. Ale strečink, fyzioterapie a kompenzační cvičení by mohly být dobré,“ doporučuje lidem nad 60 let fitness trenérka Markéta Brožová.

Při chůzi je důležité rovněž správně zapojovat svaly na nohou, protože díky tomu netrpí ani kolena nebo kyčle. Zjednodušeně lze říci, že správná chůze vychází už z palce u nohy, díky čemuž se zapojují všechny svaly kolem chodidla. A mimochodem, doporučovanou prevencí proti zlomeninám při pádech seniorů s křehkými kostmi je pravidelné podávání vitamínu D3 a vápníku.

Patříte k seniorům, kterým je v chladných měsících větší zima než jiným lidem ve vašem okolí? Jednou z příčin může být právě nedostatek pohybu.

„Jedině pohybem se tvoří svalovina a pracující svalovina vyrábí teplo. Naopak bez pohybu dochází k rychlému úbytku svalů, i když lidé přijímají dostatečné množství živin. Takže kulicha, bundu a hybaj na procházku do parku,“ uvádí Petrová. **5 PLUS 2**

## Zdravý pohyb

Chladný začátek jara s omezeným setkáváním nás samotné sportovat venku nelákal. A tak blížící se léto s rozvolněním nám dovoluje posílit svaly v přírodě.

Najednou však zjistíme, že jsme zanedbali starost o nohy, které mají podat výkon. Při větrání sice již tolik nezapáchají, ale při zátěži ztvrdlá kůže na patách praská až do krve, meziprstí se drolí jako sýr, zahnědlé nehty na palcích zesilují a od lůžka je nadzvedává pěnovitá hmota tak, že při běhu mačkají na botu a bolí.



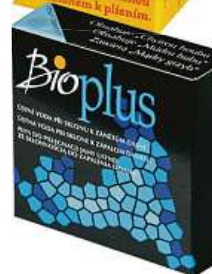
oligandrum obsažený v přípravcích vysává plísně, kvasinky a potlačuje růst bakterií. Neprodukuje an-

### Jak nohám pomoci?

Použijte chytrou houbu a zbavte se plísní. Mikroorganismus Pythium

tibiotika a živý se pouze plísněmi. Proto je nazýván „Chytrá houba“ a v současnosti je považován za nejbezpečnější řešení pro odstraňování plísní. Dnes jsou v lékárnách k dispozici přípravky pro péči o nohy - BIODEUR 3x1g, CHYTRÁ HOUBA PYTHIE BIODEUR NAIL, CHYTRÁ HOUBA PYTHIE BIODEUR PREVENT a CHYTRÁ HOUBA PYTHIE BIODEUR PREVENT FOOT POWDER. CHYTRÁ HOUBA PYTHIE BIO BIODEUR je certifikovaný bioprodukt.

Chytrou houbu používáme na místa, kde nás trápí plísně nebo kvasinky. Můžeme s ní odstranit i zkažený dech ústní vodou BIO PLUS nebo CHYTRÁ HOUBA PYTHIE BIO PLUS.



Kvasinky se množí ve vlhku a teple, což může být i riziko při koupání, kdy zůstáváme v mokrých plavkách. Ale i tady je možné použít pro intimní hygienu a místa náchylná k výskytu kvasinek Chytrou houbu v přípravku FEEL FRESH.

Pythium oligandrum ke svému hodování na plísních produkuje enzymy, které rozkládají buněčné stěny plísní. Zároveň výzkum potvrdil, že blahodárně působí na pokožku,

kteřá je náchylná k lupénce nebo atopickému ekzému. Enzymy zklidňují pokožku i na místech, kde se vyskytují opruzeniny a to nejen u dětí. Chytrou houbu oceňují i diabetici, zvláště při suché kůži, která má větší sklony k výskytu plísní. Pro suchou pokožku se sklonek k lupénce a atopickému ekzému doporučujeme přípravky BIODELTA, BIOGAMA a PYTHIE BIOGAMA JEMNÁ MAST.

Přípravky s Chytrou houbou dostanete ve své lékárně. Vaše otázky, rádi zodpovíme. tel.: 773 773 970, e-mail: pythium@pythium.cz

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

Výrobce: Bio Agens Research and Development – BARD, s.r.o.

**Sudoku**

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

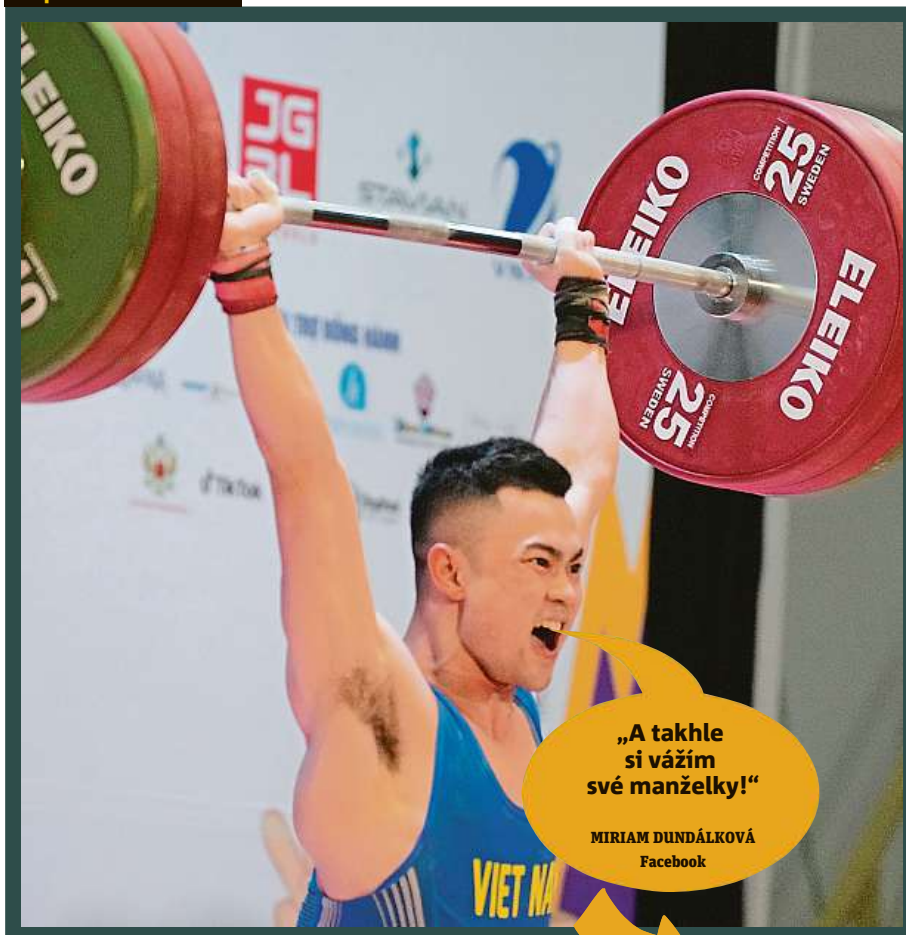
**Luštěnka**

J	E	K	O	Ž		
		1				
K	A	Z	N	Ě	L	
	2					
T	O	A	U	Ř	I	
					3	
O	D	A	H	O	P	
		4				
M	Y	S	L	P	Ů	R
					5	

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

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

**Napište svou bublinu**



**Počasí**

DNES	ZÍTRA	ČTVRTEK	PÁTEK
19/23 °C	17/21 °C	19/23 °C	17/21 °C

Teplotní rekordy: ↓ 3,4 °C (1867) ↑ 31,2 °C (1953) Bio: ❤️❤️❤️



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

FOTO: 2x AP

**TV tipy**

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>16.20 Zavolejte porodní sestřičky VII (7/8)</p> <p>17.15 AZ-kvíz</p> <p>17.40 Černé ovce</p> <p>18.00 Události v regionech</p> <p>18.25 Kde domov můj?</p> <p>19.00 Události</p> <p>19.56 Branky, body, vteřiny</p> <p>20.10 Obsluhoval jsem anglického krále</p> <p>Komedijní drama (ČR/SR/N/Mad., 2006)</p> <p>22.05 Ach, ty vraždy!</p> <p>23.40 Místo činu – Berlín</p> <p>01.20 Zajímavosti z regionů</p> <p>01.45 AZ-kvíz</p> <p>02.15 Dobré ráno</p> <p>04.45 Hobby naší doby</p> <p>05.15 Černé ovce</p>	<p>16.20 Deník zvířecích mláďat (2/3)</p> <p>17.10 Trumpova show (1/4)</p> <p>18.05 Maroko, tisíciletá civilizace</p> <p>19.00 Cyklotoulky</p> <p>19.10 Křesťanský magazín</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Kuratorium</p> <p>21.40 Fotografové smrti</p> <p>22.35 Letecké katastrofy</p> <p>23.25 Apokalypsa: Válka světů (3/6)</p> <p>00.20 Fargo (7/10)</p> <p>01.10 Letecké katastrofy</p> <p>01.55 Cesty víry</p> <p>02.20 Dnešní člověk v krajině</p>	<p>15.55 Kriminálka Las Vegas V (6)</p> <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.30 Na lovu</p> <p>18.25 Ulice (4277)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Utajený šéf IV</p> <p>21.50 Kriminálka Anděl III (13)</p> <p>23.00 Vikend</p> <p>23.50 Kriminálka Las Vegas V (5)</p> <p>00.45 Kriminálka Las Vegas V (6)</p> <p>01.45 Mentalista V (2)</p> <p>02.25 Střepiny</p> <p>03.00 Na lovu</p> <p>03.45 Doktorů z Počátků (69)</p>	<p>16.50 Policie v akci</p> <p>17.50 Prostřeno!</p> <p>18.55 Hlavní zprávy</p> <p>19.40 Krimí zprávy</p> <p>19.55 Showtime</p> <p>20.15 Zoo (32)</p> <p>Nebezpečné SMS. Rodinný seriál (ČR, 2022)</p> <p>21.35 7 pádů Honzy Dědka</p> <p>22.40 7 pádů Honzy Dědka</p> <p>23.55 Ano, šéfe!</p> <p>01.15 Like House 3</p> <p>01.55 Like House 3 Night show</p> <p>02.10 Námořní vyšetřovací služba V (17)</p> <p>Tvář. Krimiseriál (USA, 2007)</p> <p>03.10 Jake a Tusloch IV (24)</p> <p>04.15 Kriminálka Montpellier III (9)</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 FIT VÝZVA S IVKOU</p> <p>FITBAKE</p> <p>14.35 Óčko trendy</p> <p>15.00 Mixxxer Live</p> <p>17.00 Óčko hity</p> <p>17.30 Smartmania</p> <p>17.35 Óčko hity</p> <p>18.00 CZ &amp; SK</p> <p>18.59 Nebud dřevák, dej si tělák</p> <p>19.00 Óčko hity</p> <p>21.30 Naked Warm-up</p> <p>22.00 Naked Attraction</p> <p>22.30 Óčko flirt</p> <p>Proud klipů se vzkazy diváků Óčka</p>

# Vejmelka pohlídal nulu, hokejisté udolali USA

**Další výhra** určila, že Češi skončí ve skupině nejhůře na třetím místě.

Čeští hokejisté porazili na mistrovství světa v Tampere tým USA 1:0 a zajistili si účast ve čtvrtfinále. Do vyřazovacích bojů postoupí nejhůře ze třetího místa základní skupiny B, takže se vyhnou nejlepšímu celku skupiny A v Helsinkách. Jediným střelcem zápasu byl útočník Matěj Blümel, který skóroval po přihrávce Hynka Zohorný. První fázi turnaje uzavře výběr finského kouče Kariho Jalonen dneš od 19.20 souborem s domácím Finskem.

Američané, kteří si museli opět vystačit jen s pěti obránci, byli v úvodním dějství střelecky aktivnější. Na Vejmelku mířilo osm střel, zatímco Češi páli na branku střezenu Swaymanem pouze třikrát. Národní tým byl přesto o něco nebezpečnější. Přesto šli do vedení Češi. Hughes nastřelil Zohornu, spadl, český útočník posunul kotouč před rozjetého Blümela, jenž se řítí sám na Swaymana a precizním blafákem do forhendu otevřel skóre.

Ve druhé třetině tuhý boj pokračoval. Při největším zá-



Český brankář Karel Vejmelka ve vítězném zápase proti Američanům vychytal svou první reprezentační nulu na MS. ČTK

varu před Vejmelkovým brankovištěm neuspěl Bellows.

Posledně jmenovaný americký hráč ve 43. minutě zasáhl loktem Šimka, jenž zůstal chvíli otřesený na ledě. Češi dostali výhodu pětiminutové přesilovky, ale nevyužili ji. Už dvě a půl minuty před vypršením základní hrací doby sáhli Američané ke hře bez gólmána. Vejmelka však

svou premiérovou nulu na MS uhájil a Češi mohli slavit postup do play-off.

Čtvrtfinálový soupeř pro národní tým vzejde z pětice Kanada, Německo, Dánsko, Slovensko a Švýcarsko. Tým helvétského kříže však s nejvyšší pravděpodobností helvetskou skupinu opanuje, tím pádem se mu hokejisté vyhnou. **SIM a ČTK**

1	0
Česko	USA
<b>Branka: 8. Blümel</b>	
<b>Diváci: 5270</b>	

## Sestup

Ve druhém večerním odpoledním zápase se rozhodlo o prvním sestupujícím týmu.

- V přímém souboji o sestup ve skupině A Kazachstán porazil 5:2 Itálii, která si za rok zahraje o soutěž níže.

INZERCE

## Fortuna. Jalonen proti Jalonenovi? Remíza!

**Před duelem s Finskem jsme položili tři otázky expertovi Fortuny Romanovi Kovaříkovi.**

**Překvapí Česko domácí Finy?**

Popravdě řečeno papírovým favoritem jsou Finové. Domácí celek bude mít v zádech zaplněnou halu, svěřenci Jukky Jalonena měli den odpočinku navíc, zatímco naši hráli včera s Amerikou. Finové na turnaji neprohráli ani jednou v základní hrací době, mohou se pochlubit skvělou defenzivou. Seveřané ke všemu nemají o motivaci nouzi, bojují o první příčku ve skupině, a tudíž i lepší nasazení, respektive snazšího soupeře pro play-off. Český tým má ale Davida Pastrňáka, který ukazuje na mistrovství, že je nejlepším hráčem

turnaje, i nadále nám funguje celá první formace. Česko v posledních třech vzájemných duelech se Seveřany neprohrálo ani jednou v normální hrací době, tým má navíc finského kouče Kariho Jalonena. Remíza (4,65) nebo nepohra Česka je v kurzu 2,07 lákavá.

**Bude zápas s Finskem dietní na branky?**

Vypadá to, že se žádná přestřelka nechystá, což potvrzují i poslední vzájemné duely (3:1, 1:2p, 2:3p). Jak už bylo zmíněno, Finsko má na šampionátu skvělou defenzivu, když inkasovalo jen pět branek. Také česká obrana, respektive gólmán Vejmelka se dostal do dobré formy a jeho čísla úspěšnosti zákroků letí nahoru. V koncovce českému týmu zatím funguje spolehlivě první útok, ale ostatní formace i obránci se trochu trápí,



a tak maximem v utkání bude zase pět branek. Kurz 1,61 pak naznačuje, že stejný názor mají i bookmakeři Fortuny. Utkání má velkou důležitost, a tak se bude hrát z obou stran na výsledek, tedy opatrně.

**Kdo by byl nejlepším soupeřem pro případné čtvrtfinále?**

V poslední době se českému týmu ve vyřazovací fázi příliš nedařilo, takže těžko říct. Švýcarsko má na turnaji nejlepší kádr za poslední roky s řadou hráčů z NHL, Kanada nám dlouhodobě neseď svým stylem hry a velkým důrazem, kartami mohou zamíchat i Němci, kteří vyhráli pět utkání v řadě. Osobně bych si přál asi Německo, poté možná Švýcarsko a nejhůře variantou by asi byla reprezentace javorového listu. Český tým sice ve Finsku úplně herně nezářil, nicméně kvalita kádrů je papírově velká. Mužstvo i trenér si dali před turnajem za cíl medaili, respektive zlato, takže ambice mají. V jednom utkání se navíc může stát všechno, a pak by se na tým koukalo úplně jinou optikou. Porazit každopádně můžeme kohokoliv, nikdo není letos odskočený.

## Krátké

## Synek se rozloučí proti pěti rivalům

Nejlepší veslař české historie Ondřej Synek se na zářijovém mistrovství světa v Račicích symbolicky rozloučí s kariérou. Pětinásobný světový šampion a držitel dvou stříbrných a jed-

né bronzové olympijské medaile se v exhibičním závodě na 500 metrů utká s pěti svými dlouholetými rivaly a kamarády Mahém Drysdalem z Nového Zélandu, Olafem Tuftem z Norska, Britem Alanem Campbellem, Švédem Lassim Karonenem a Iztokem Čopem ze Slovinska.

## Je druhá v Evropě

Taekwondistka Petra Štölbová se stala v Manchesteru vicemistryní Evropy. Češka, jež vloni v listopadu vybojovala stříbro i na prvním MS žen v Rijádu, nestačila až ve finále kategorie do 62 kilogramů na Španělsku Magdalenovou.

## 2024

Fotbalový brankář Manuel Neuer prodloužil smlouvu s Bayernem Mnichov. Německá reprezentační jednička by měla v bavorském velkoklubu působit až do léta roku 2024.

## Končí v národáku

Kapitán slovenské fotbalové reprezentace Marek Hamsík ukončil ve 34 letech kariéru v národním týmu. Záložník Trabzonspor za něj odehrál rekordních 135 utkání a s 26 góly je historicky nejlepším střelcem své země. **ČTK**

# Primátorky spojí sport a umění

**Sport sám o sobě probouzí emoce, často se odehrává ve velmi zajímavém prostředí.**

Veslování tyto dva atributy dokonale splňuje, a tak je skvělou inspirací k umělecké tvorbě.



Na závodící lodi je úžasný pohled.

2x CEZPRIMATORKY.CZ



Karel Jerie, Vyšehradská zatáčka. Akryl na plátně.

Nadcházející 109. ročník Primátorek, českého nejprestižnějšího veslařského závodu, doplní výstava s příznačným názvem ROW ROW ROW. Od 27. května do 9. června ji bude hostit Kobka č. 17, která stojí na smíchovském břehu Vltavy Hořejšího nábřeží a zároveň nedaleko cíle závodu. Návštěvníkům se představí jedenáct předních českých výtvarníků.

Veslování je čistý, přehledný a elegantní sport, k němuž je potřeba výborná technika a fyzická síla. Jen hrstka sportovců má za tělocvičnu klidnou hladinu obrovské vodní plochy a zanechává za sebou útlou stopu, která se záhy rozplyne. Jednotlivé dis-

ciplíny navíc kloubí nutnost poradit si sám se zodpovědností za výkon celého týmu. Sport nabízí umělcům širokou paletu inspirace. Díla ve výstavě ROW ROW ROW reagují na nejtradičnější český závod, ke kterému se váže celá historie veslování v Česku. „Vyznačují se osobitým rukopisem, jejich stylové rozpětí zahrnuje expresivní, realistický i abstraktní projev. Celek slibuje zajímavou dynamickou, nevšední podívanou, jež se vymyká z běžné galerijní výstavní rutiny,“ upozorňuje na netradičnost kurátor výstavy Petr Volf.

Na výstavě budou obrazy, sochy, grafiky, fotografie nebo videoart. Třeba malířka

Alena Anderlová dodala celý soubor pláten. K vidění budou také akvarely hudebníka a výtvarníka Milana Caise, malby Marka Číhala, Jiřího Hauschky, Karla Jerie či abstrakce Karla Štědrého. Julius Reichel přidal velkoformátový cyklus tří obrazů, Michal

Cihlář grafiku, sochařka Paulina Skavová zbrusu nový objekt a Zuzana Bahulová video. Věhlasné studio Tomski&Polanski, které stojí také například za plakáty 109. ČEZ Primátorek a dalších sportovních akcí, přidá k dobru ilustraci.

## Kobka č. 17

Její prostor otevírá své brány vernisáží 26. května v 19.00.

- Návštěvníci pak mohou přicházet od úterý do pátku mezi 15. a 20. hodinou, v sobotu a v neděli bude otevřeno od 11 do 17 hodin.

## Účast

## 1010

V loňském roce se Primátorek zúčastnilo 1010 veslařů ve 130 posádkách. Letos by měly být počty ještě vyšší. Soubor mužských osem loni ovládla favorizovaná Slavia.

Primátorky (4. a 5. června 2022) píšou svou historii už od roku 1910 a jsou vnímány jako jedna z největších událostí svého druhu v Česku a jako největší regata ve střední Evropě. Závod se těší velké oblibě i ve světě, a tak se kromě českých posádek účastní i zahraniční. Štafetu pořadatelských klubů tohoto ročníku napínávého závodu přebírá VK Smíchov.

„Veslařský klub Smíchov těší, že bude hlavním pořadatelem tohoto tradičního závodu v roce, kdy oslaví 95 let od svého založení. Doufáme, že bude na co se dívat a uvidíme závodit ty nejlepší české veslaře,“ říká jeho předseda Václav Maleček. **MEZ**

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

## Práce - nabídka

**Bezpečnostní pracovník (M/Ž)**  
JE Temelín

**Mzda od 165 Kč/h**

+ příplatky

Pomůžeme zajistit zbrojní průkaz

**Nástup IHNEB**

800 111 112 **m2c**

## Auto-moto - poptávka

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

T: 734843403



## Paříž je bez obhájkyně

Grandslamový turnaj Roland Garros pokračoval druhým dnem, na programu byla další várka zápasů prvního kola mužské a ženské dvouhry. Petra Kvitová jako čtvrtá Češka v Paříži postoupila. Maďarku Bondárovou porazila 7:6 a 6:1, skóre však musela otáčet. Naopak Barbora Krejčíková (na snímku) loňský titul neobhájí. Na centrálním dvorci proti domácí Parryové vyhrála 6:1 první set, v dalších dvou však prohrála 2:6, 3:6 a na turnaji, který včera pozdržel déšť, překvapivě končí. **AP**