



# OSTRAVA METROPOLITAN MAGAZINE

PRIMÁTOR / MAYOR  
**JAN DOHNAL**

Naše úspěchy  
musíme umět „prodat“

We need to “sell”  
our successes



**4\_ Primátor Jan Dohnal o budoucnosti Ostravy a jejího vnímání**  
Mayor Jan Dohnal on Ostrava's future and perceptions of the city

**12\_ Strategický plán dokument, který ukazuje městu směr**  
Ostrava's Strategic Plan points the city in the right direction

**16\_ Našel jsem u vás druhý domov**  
I've found a second home here

**24\_ Od neurologického kladívka až k umělé inteligenci**  
From the hammer and pin to artificial intelligence

**36\_ Cukrářka, která miluje svou práci**  
Making cakes and desserts is the sweetest job

**40\_ Pokračujeme v nabídce atraktivních investičních projektů**  
Ostrava continues to offer attractive opportunities for investment

**44\_ Wanderu a Vadtha ni nové expozice pro vzácné primáty v Zoo Ostrava**  
Wanderu and Vadtha ni a new home for rare primates at Ostrava's zoo

**48\_ Otec zakladatel a jeho město**  
The founding father of modern Ostrava

**52\_ Kde se pivo pije, tam se dobře žije**  
Where the beer is good, life is good!

**56\_ Jak chutná OSTRAVA!!!**  
How tasty OSTRAVA!!!

**66\_ Přijedte do Ostravy na všech osm oper Bedřicha Smetany**  
Come to Ostrava and Enjoy all Eight of Smetana's Operas

**72\_ Hokejový šampionát míří zpět do Ostravy**  
Ice Hockey World Championship returns to Ostrava



Naše úspěchy musíme  
umět „prodat“

We need to “sell”  
our successes

Ostravský primátor Jan Dohnal hodnotí  
směrování moravskoslezské metropole

Mayor Jan Dohnal spoke about the city's  
current and future development

Foto /  
Jiří Zerzoň



## Primátor Jan Dohnal o budoucnosti Ostravy a jejího vnímání

**Do čela Ostravy přicházíte s bohatými zkušenostmi komunálního politika z nejlidnatějšího ostravského obvodu, na magistrátu jste působil jako náměstek primátora pro dopravu a sport. Vy sám jste uvedl, že rozhodně neplánujete revoluci. Jakou cestou se Ostrava ubírá pod Vaším vedením?**

Tuto otázku dostávám po svém zvolení velmi často. Odpovídám vždy stejně. Jakožto současný primátor a náměstek předchozí koalice vnímám jasnou kontinuitu. Jsem tudíž stoupencem závěrů, které vyplývají z našeho strategického plánu a tím pádem hodlám pokračovat v započatých či zamýšlených klíčových projektech. Pokud nepřijde něco nenadálého, nevidím důvod tyto investiční akce pozastavovat či dokonce rušit.

Mám svou představu, jak chci Ostravu vést. Vnímám dva prvořadě úkoly – zamezit odlivu obyvatel a celkově zlepšit vnímání Ostravy mimo náš region. Ostrava totiž mnohé zvládla, město se zcela zásadně posunulo pozitivním směrem, ale v takové Praze o tom málokdo ví! Jestliže chceme zbořit stereotypy, musíme zapracovat na image. Umět představit čeho jsme dosáhli a přitáhnout pozornost lidí odjinud. Povést se nám to může právě přes špičkové sportovní a kulturní akce. Současnost ukazuje, že jde o správný trend. Já bych ho ještě posílil.

**Ostrava již dříve získala prestižní status Město sportu a dnes už je dějištěm sportovních akcí špičkové mezinárodní úrovně. Dá se této skutečnosti využít při budování trvalejšího pozitivního obrazu města?**

Nepochybně. Ať už se jedná o volejbalový turnaj Ostrava Beach Pro, atletické mítinky jako Zlatá tretra nebo Czech Indoor Gala, tenisový Ostra Group Open a další. Co si budeme povídat, sport táhne jak fanoušky, tak sponzory a potenciální investory. Ti lidé sem přijdou za kvalitním sportem a najednou zjišťují, že jejich představy o Ostravě byly naprosto mylné. Vidí zelené moderní město se spoustou atraktivit pro celou rodinu. Město, kterým se dá snadno projet hromadnou dopravou vysoké úrovně. To je ta cesta, kterou musíme neustále prodlužovat a dláždít. Mimochodem, příští rok v Ostravě přivítáme hokejové mistrovství světa, rád bych k nám tedy pozval všechny příznivce dobrého hokeje.

## Mayor Jan Dohnal on Ostrava's future and perceptions of the city

**You have a wealth of experience as a local politician from Ostrava's largest municipal district, and you have also been the Deputy Mayor responsible for transport and sport. You have said that you're certainly not planning a revolution. What path will Ostrava take under your leadership?**

I've been asked that question many times since I was elected, and I always give the same answer. As the current Mayor and a former Deputy Mayor in the previous coalition, I see a clear continuity. I'm a supporter of the principles that underlie our strategic plan, so I will continue to work on current and planned key projects. Even if unexpected circumstances arise, I see no reason to stop or cancel these investments.

I have clear ideas on how Ostrava should be run. I see two main tasks: to stop the "drain" of people away from the city, and to improve Ostrava's overall image outside our region. Ostrava has achieved many successes, and it has taken huge steps in the right direction – but in Prague, not many people are aware of that! To break down stereotypical perceptions of the city, we need to work on our image – to showcase what we've achieved, and to attract the attention of people outside the region. One way of doing that is by holding top-level sporting and cultural events. That is proving to be effective, and I would like to strengthen our efforts even more in that area.

**Ostrava has already held the prestigious title European City of Sport, and it regularly hosts top international sports events. Can that be useful in creating a positive image?**

Undoubtedly – whether it's the Ostrava Beach Pro volleyball tournament, athletics meetings like the Golden Spike or the Czech Indoor Gala, the Ostra Group Open tennis tournament, or other events. After all, sport attracts not only fans, but also sponsors and potential investors. People come to Ostrava to enjoy top-class sport, and they find that their image of the city was nothing like the reality. They see a modern, green city with plenty of activities for all the family. A city with superb public transport. That's the path that we need to be taking. Indeed, next year Ostrava will host the ice hockey world championship, so I'd like to invite all hockey fans to visit us then.

„Jestliže chceme zbořit stereotypy, musíme zapracovat na image. Umět představit čeho jsme dosáhli a přitáhnout pozornost lidí odjinud.“

„To break down stereotypical perceptions of the city, we need to work on our image – to showcase what we’ve achieved, and to attract the attention of people outside the region.“



**Sport je pochopitelně jeden z „pomocníků“. Co dalšího je třeba udělat, aby v Ostravě lidé zůstávali? Ba co víc – aby přicházeli noví?**

Krom výše uvedeného spatřuji důležitý prvek v kvalitním vzdělání všech stupňů, jakož i propojení středního a zejména vysokého školství se zaměstnavateli. Obě naše univerzity, Ostravská univerzita a Vysoká škola báňská - Technická univerzita Ostrava na tomto poli odvádějí dobrou práci. Vycházím z předpokladu, že když mladý člověk promýšlí nový životní start, zajímá jej kvalitní škola, která ho bude bavit, kulturní a společenské vyžití, perspektiva dobré práce a příjemné prostředí. Ostrava má v tomto směru vynikající potenciál, leccos už předvedla. Když budeme dané oblasti nadále rozvíjet, nemůžeme neuspět. Zároveň podotýkám, že jdeme naproti také požadavkům na moderní bydlení. V Ostravě již funguje několik rezidencí s komfortními nájemními byty, jako Střelniční nebo Janáčkova. Další (například Nové lauby) jsou ve výstavbě, eventuálně v plánu, třeba Rezidence Stodolní, které se věnovalo loňské číslo Metropolitanu.

**Stejně jako v ostatních krajských městech lidé v Ostravě řeší dopravu, ať už veřejnou nebo možnosti pro tu osobní. Co má Ostrava v tomto směru za sebou a co ji ještě čeká?**

Začnu hromadnou dopravou, protože jsem přesvědčen, že náš dopravní podnik patří k elitě. Spousta – nejen českých –

**Sport is definitely a useful “tool”. What else needs to be done to ensure people stay in Ostrava – and to attract new residents?**

Besides what I’ve already mentioned, another key factor is excellent education at all levels, as well as close links between the education system (secondary and higher) and employers. Both our universities – the University of Ostrava and the VŠB Technical University – are doing good work in that area. When a young person is considering their future, they want to receive a good and enjoyable education, they want a good range of cultural and leisure activities, the opportunity to find a good job, and a pleasant environment to live in. Ostrava has huge potential in all those areas, and it’s already proved that potential. If we continue developing in the right direction, we cannot fail. Another area we’re focusing on is modern housing. Ostrava already has several excellent rental apartment developments, such as those on Střelniční and Janáčkova Streets. Others are under construction (Nové Lauby) or at the planning stage (Rezidence Stodolní, which was featured in the last issue of Metropolitan magazine).

měst nám ho může závidět. Co se týče vozového parku, inovací, komfortu, poskytovaných služeb a obslužnosti, řadí se Dopravní podnik Ostrava k nejlepším v Evropě. Asi potěším redakci, když znovu odkážu na magazín Metropolitan a stejně jako můj předchůdce „vypíchnu“ starší rozhovor s věhlasným chirurgem Bohdanem Pomahačem, který si vždy po přiletu z ciziny domů nemůže vynachválit ostravské tramvaje. Mám pro něj – a nejen pro něj – dobrou zprávu. Město se rozhodlo zavést takzvaný systém „ostravského metra“, kdy páteřní linky pojedou díky kratším intervalům mnohem častěji a lidé na ně budou čekat kratší dobu. Samozřejmě, kvalita není zadarmo, tudíž náklady na hromadnou dopravu rostou. Proto bych se chtěl spolu s vedením dopravního podniku dohodnout na určité nové racionalizaci jeho řízení. Nezapomínáme ani na osobní dopravu, kdy chceme sladit ekologické a dopravní potřeby města s potřebami řidičů. Investujeme do parkovacích domů – poslední vznikl u často navštěvované ostravské zoo – čímž usilujeme dostat co nejvíce parkovacích ploch pod zem. Zřizujeme rovněž takzvaná parkoviště „Park and Ride“, kdy motorista vůz odstaví na okraji města, kde plynule přestoupí na naši MHD. Z hlediska širší dopravní infrastruktury jako město vidíme dva zásadní projekty, za jejichž rychlé dokončení trvale plédujeme a rozhodně v našich snahách neustaneme. Mám na mysli dostavbu Místecké ulice a dobudování Severního spoje, který uleví přetížené Opavské a Rudné.

**As in other regional capitals, transport is a key issue for Ostrava’s residents – both public and private transport. What has Ostrava achieved in that area, and what are its future plans?**

I’ll start with public transport, because I think our system is truly outstanding. Many cities (not only in this country) envy it: our public transport ranks among the best in Europe with regard to its vehicles, innovations, comfort and services. In another previous issue of Metropolitan magazine, the renowned surgeon Bohdan Pomahač gave an interview in which he said that Ostrava’s trams always impress him when he comes back here from abroad. I have good news for him – and for everybody else as well. We’ve decided to introduce a system called the “Ostrava metro”, which means that services on key arterial routes will run at much shorter intervals, which will reduce waiting times for passengers. Of course quality doesn’t come free of charge, so the costs of the system are increasing. That’s why I will be meeting with the transport company’s management to agree how to improve cost-efficiency. We shouldn’t forget about private transport: here we are aiming to harmonize drivers’ needs with environmental considerations and traffic management. We’re investing in parking garages (the most recent is at Ostrava’s zoo), and we’re prioritizing underground parking. We also operate a Park & Ride system, enabling drivers to park on the edge of the city and continue

**Může z hlediska dopravy sehrát roli další rozvoj letišť? V Metropolitanu přinášíme informace o zavedení městské autobusové linky Airport Express. Kam všude byste chtěl, abychom z Ostravy létali?**

Chtít je krásné – mít je ještě hezčí. Ale vážně. Letiště Leoše Janáčka je sice třetím největším v zemi, nicméně čelí silné mezinárodní konkurenci blízkých polských letišť v Krakově a Katovicích. Ta si oblíbilo taktéž velké množství cestujících z Moravskoslezského kraje. Přesto se nám daří „rozlétávat“ nové destinace, loni konečně došlo na očekávanou Varšavu. Přes ni lze pak letět do celé řady zemí. Už delší dobu se od nás dostanete do Londýna. Sezónní lety a chartery jsou poměrně pestré, míří do oblíbených turistických oblastí v Itálii, Turecku, Bulharsku, Egyptě, Řecku... Věřím, že spolupráce letiště s krajem a městem přinese časem více možností.

Ovšem letiště v Mošnově pro nás má ještě jeden důležitý význam. Tím je každoroční konání Dnů NATO v Ostravě & Dnů Vzdušných sil AČR. Unikátní přehlídka, převážně vojenské, techniky, na niž pravidelně zavítají tisíce a tisíce nadšenců. I tato akce napomáhá zvyšovat povědomí o Ostravě a tím pádem i její prestiž.

**„Nejen chlebem živ je člověk...“ Moravskoslezská metropole proslula rovněž několika kulturními akcemi, které přispívají k pozitivní image. Jakou roli může v jejich podpoře hrát město? A má ji vůbec hrát?**

Určitě má, ovšem spíše jako partner a pomocník, vytvářející příznivé podmínky organizátorům a účinkujícím. Tuto úlohu dlouhodobě zastáváme a daří se nám v ní. Důkazem budiž nehynoucí popularita hudebních i divadelních festivalů nejrůznějších žánrových druhů. Ať už mluvíme o Colours of Ostrava, Letních shakespearovských slavnostech, Beats for Love, Ostravě v plamenech, Mezinárodním hudebním festivalu Leoše Janáčka nebo Dream Factory.

Musím však říci, že kultura v Ostravě zdaleka nestojí „pouze“ na sezónních akcích. Můžeme se pochlubit skvělými divadly, vynikajícími hudebními tělesy a vůbec velkým množstvím oceňovaných uměleckých souborů. Ať už profesionálních, zájmových nebo dětských. Ví se o nás i v cizině. Uvedu jeden příklad za všechny – Janáčkova filharmonie Ostrava se letos vrátila z japonského turné, kde jí ve vyprodaných koncertních sálech aplaudovalo místní publikum.

their journey by public transport. With regard to our transport infrastructure as a whole, there are two key projects that we are constantly lobbying for, and will continue to do so: the completion of Místecká Street, and the northern link road that will reduce traffic on two heavily congested roads (Opavská and Rudná).

**What role can Ostrava Airport play in the city's transport system? In this issue of Metropolitan magazine there's a report on the new Airport Express bus service. Which destinations do you want the airport to serve?**

Wanting is one thing, having is even better. But to be serious – although Leoš Janáček Airport is the third largest in the country, it faces stiff competition from two nearby airports in Poland, Kraków and Katowice, which have become very popular with people from our region. Nevertheless, we've managed to expand the range of destinations, and flights to Warsaw finally began last year; Warsaw is a major hub that opens up access to destinations throughout the world. Ostrava–London flights are well established, and there is also a good range of seasonal and charter flights to popular tourist destinations in Italy, Turkey, Bulgaria, Egypt, Greece... I'm confident that close cooperation between the airport and the City will bring further improvements.

The airport is also important as the venue for the annual NATO Days and Czech Air Force Days events, which are unique and spectacular displays that attract many thousands of visitors – thus also helping to raise awareness of the city and boost our image.

**“Man does not live by bread alone...” Ostrava has also become renowned for hosting cultural events, which also contribute to a positive image. How can the City support such events? And should it do so?**

Certainly it should, but mainly as a partner, providing assistance and facilitating processes for the organizers and participants. We've played that role for many years, with great success, as reflected in a range of hugely popular music and theatre festivals – Colours of Ostrava, the Summer Shakespeare Festival, Beats for Love, Ostrava in Flames, the Leoš Janáček International Music Festival, Dream Factory, and more.

But I should point out that Ostrava's cultural scene is not only about once-a-year events. We have wonderful audiences, and we have superb ensembles of musicians, actors and other artists – both professionals and amateurs, including children. We are known internationally as a cultural city. I'll give just one example: this year the Janáček Philharmonic Orchestra returned from a tour of Japan, having earned standing ovations in arenas that were completely sold out.



Strategický plán  
dokument, který  
ukazuje městu směr

Ostrava's  
Strategic Plan

points the city in the  
right direction

# V Ostravě

RESTUPO!!!  
VÍCE FARMÁŘSKÝCH OBCHODŮ A ZOO  
Bezpečnost a pořádek

Čistější Ostrava  
Aby na B4L byl:  
Timmy Trumpet  
Více firem s technickými pozicemi  
(Lád'a, 62 let)

Vodou kterou prodal Ostrava  
4/1022, Joto bač.  
Vodou Ostrava  
MAURA  
LEVNĚJŠÍ MHD olivky

# bych chtěl..

Víc parkovacích míst na FN Ostrava  
KONEČNĚ KONCERTNÍ HALU PRO FILHARMONII KURŇA!  
Jirka, 53  
CHCI MĚSTO PRO A NE PRO  
VÍCE MÍST PRO STUDUM (VČETNĚ UČENÍ)

Méně odpadků, více kontejnerů na Bio  
POZITIVNĚ





Každý generál měl už ve starém Řecku svou strategii a plán. Co nejlépe vyhrát bitvu, zvolit při tom co nejlepší taktiku a dát svým lidem, co je pro ně nejlepší a po čem prahnou.

Také město Ostrava má svůj strategický plán. V něm se snaží naslouchat svým obyvatelům a řídit se při plánování budoucnosti rozvoje města i jejich vizemi. První strategický plán, na kterém se v roce 2016 podílelo svými náměty až dvacet tisíc obyvatel města, skončí letos. Nyní město připravuje plán nový, který chce vytyčit rozvoj města až do roku 2030.

Už na jaře úředníci strategického plánování vyslali mezi obyvatele Ostravy dotazníky, ve kterých se ptali, jak vnímají život ve městě, s čím jsou spokojeni a co jim ve městě chybí nebo by chtěli změnit.

*„Zapojilo se přes pět tisíc obyvatel. Z dotazníků vyplynulo, že s životem a trávením času v Ostravě je spokojeno šest z deseti lidí. Nejlépe hodnotí dopravu ve městě, trávení volného času, školství, zdravotnictví a sociální služby. Nejhůře kulturu a chování obyvatel, čistotu a vzhled veřejných prostor, bezpečnost ve městě a životní prostředí,“ říká vedoucí oddělení strategického plánování ostravského magistrátu Ondřej Dostál.*

Město získalo i spoustu námětů, co by mělo město postavit nebo zlepšit. „Lidi často napadnou věci, které by úředníci nebo odborníci od stolů nevymysleli. Často jsou to nápady, jak zvelebit nejbližší okolí, ale často i významnější a větší nápady,“ říká Ondřej Dostál.

Některé náměty obyvatel Ostravy však patří spíše do oblasti science-fiction, například rozšíření Rudné na šestiproudovku či vybudování lyžařských sjezdovek v uzavřených starých dolech. Avšak třeba nápad dopravovat návštěvníky do ZOO z ostravského

hlavního nádraží po železnici dospěl na město až k studii proveditelnosti. Jen se ukázalo, že je příliš nákladný. Tak možná jednou.

Nový strategický plán dostane svou jasnou podobu na přelomu roku. Spolu s širokou veřejností, která má stále možnost přispět k tvorbě plánu na sociálních sítích či webu FajnOVA, se dostanou ke slovu i odborníci. Město se chce také ještě do konce roku zúčastnit řady veřejných akcí se svým stánkem, ve kterém lidé mohou hodnotit projekty města nebo dát vědět, co jim v Ostravě chybí.

Ostrava také letos otevřela lidem takzvané pocitové mapy, do nichž zaznamenali rekordních 23 865 pocitů! Na kterých místech ve městě se cítí dobře, na kterých ne, kde by se mělo město rozvíjet.

Strategický plán má být pro město jakýmsi kompasem a ukazovat mu jasnou cestu. Jeho hlavním cílem je, aby se Ostrava ještě více přiblížila světu, lidem a přírodě. Aby nabízela atraktivní bydlení, práci a volnočasové vyžití. Jednoduše, aby se lidem v Ostravě žilo co nejlépe. A aby z ní lidé neodcházeli a naopak se do ní stěhovali další noví obyvatelé.

To znamená propojit město uvnitř i se světem, oživit historické centrum města, být centrem prvotřídního vzdělávání, zlepšit prostředí pro rozvoj podnikání, podporovat komunitní život, kultivovat prostředí pro život všech generací a přiblížit město přírodě.

To vše se v poslední době docela daří, Ostrava jen v poslední době revitalizovala řadu parků, otevřela novou lávku spojující centrum s Dolními Vítkovicemi, pomohla postavit City Campus Ostrava, začíná stavět koncertní halu. A to vše především pro obyvatele, kteří mají své město rádi.

Autor /  
**Petr Broulík,**  
redaktor, reportér, publicista

In ancient Greece, every general had his own strategy – a plan for how best to win a battle, using the best tactics and getting the most out of his troops.

Ostrava too has its strategic plan, which takes into account the views of the city’s residents and provides a vision and a road map for its future development. The city’s first strategic plan was drawn up in 2016, with the help of feedback from 20 000 local people – and 2023 is its final year. The City is now preparing a new plan, which will guide its development up to 2030.

During the spring of this year, Ostrava’s strategic planning team carried out surveys among residents to find out their opinions on living here, what they are happy with and what they would like to change.

Ondřej Dostál, the head of the strategic planning section at the City Authority, gave more details: *“We conducted surveys with over 5000 people. We found out that 6 out of 10 residents like living here. The highest satisfaction was with transport, leisure, education, health care and social services. Areas for improvement are public behaviour, the cleanliness and appearance of public spaces, safety, and the environment.”*

Respondents also suggested numerous things that should be done or improved. Dostál continued: *“People often mention things that officials or experts may not have considered – such as ways to improve their immediate environment, but sometimes also larger-scale changes.”*

Some of the suggestions are not particularly realistic, such as widening Rudná Street to create a 6-lane highway or creating ski slopes at former coal mines. But others have been analyzed in feasibility studies. For example, there was a suggestion to build a rail link from the main station to the zoo; the study found that

this would not be cost-effective at present, but maybe in the future it will be.

The new strategic plan will be finalized by the end of this year. Besides the general public (which can still contribute to the discussion on social media or the Fajnova web), there will also be input from experts. In the upcoming months, the City will be giving presentations at various public events, enabling people to express their opinions on projects or suggest future improvements.

This year, Ostrava launched a new initiative – a “feeling map”, where people can identify which places in the city make them feel good or bad, thus identifying areas for improvement. People contributed 23 865 comments to the map.

Ostrava’s strategic plan acts as a kind of compass and road map for the city. Its core goals are to bring Ostrava even closer to the world, people and nature, offering attractive housing, jobs and leisure opportunities. In short, its purpose is to make Ostrava a great place to live – which will help stop residents leaving the city and will also attract new people.

The plan addresses several priorities: building an interconnected city, revitalizing the historic city centre, being a centre for top-quality education, enhancing the business environment, supporting community life, creating a great environment for all generations, and bringing the city closer to nature.

Ostrava has achieved a good level of success in all those areas, with newly revitalized parks, a new footbridge linking the city centre with Lower Vítkovice, a new university campus, and the project for the new concert hall. All these projects are helping to make the city even better for its people.

Author /  
**Petr Broulík,**  
editor, reporter, journalist







# Roberts Bukarts

HOKEJISTA / HOCKEY PLAYER



# Našel jsem u vás druhý domov

říká bronzový medailista z Mistrovství světa a opora hokejových Vítkovic Roberts Bukarts

## I've found a second home here

says Roberts Bukarts, world ice hockey championship bronze medallist and mainstay of the Vítkovice team



**V uplynulém ročníku jste zaznamenal s Vítkovicemi rekordní sezonu, v květnu jste pak v dresu Lotyšska vybojoval bronzovou medaili na mistrovství světa. Máte za sebou „rok snů“?**

Těžko soudit, ale v hokeji se vždycky říká, že když vyhraje poslední zápas sezony, tak byla úspěšná. A povedlo se, takže ano, určitě to byla velmi dobrá sezona.

**Lotyšsko nikdy žádný cenný kov z velké mezinárodní akce nepřivezlo, jak velký úspěch je to pro vás?**

Vezmu to trochu oklikou. Poprvé jsem si uvědomil, že jsme schopní uhrát medaili už před rokem, těsně před olympiádou. Ve chvíli, kdy bylo jasné, že na olympiádu nepojedou hráči z NHL. V tu chvíli byly všechny týmy hodně vyrovnané. A něco podobného se stalo i letos na mistrovství světa. Samozřejmě, v každém týmu se našel nějaký hráč se zkušenostmi z NHL, ale nikdo neměl vyloženě rozdílového hráče, který za mořem pravidelně rozhoduje zápasy. A v tom byla naše výhoda. My jsme bojovali jako tým, nikdo nám nevěřil, ale měli jsme příležitost, kterou jsme využili. Když se nám podařilo postoupit do semifinále, věděl jsem, že medaili uděláme.

**Každopádně pro Lotyšsko to bylo něco nevídaného. Vždyť vláda po vašem bronzovém úspěchu vyhlásila i státní svátek...**

Ano, je to tak. Bylo to neskutečné. Už když jsme přistávali v Rize, tak celé letiště bylo obsypáno lidmi. Z letiště jsme jeli autobusem do města a celou cestu lemovali fandové a na náměstí nás čekalo

**Last year your club team Vítkovice had a record-breaking season, and in May you won the bronze medal playing for Latvia at the world championship. Was it a “dream year” for you?**

I'm not sure, but in ice hockey there's a saying: if you win the last game of the season, it's a successful season. So yes, it was certainly a very good season for me.

**It was Latvia's first ever medal-winning finish in an international tournament. How much of a success was that for you?**

I'll go back a bit further: I first realized that we were capable of winning a medal a year ago, just before the Olympics, when it was clear that the players from the NHL would not be taking part. At the time, all the teams were quite evenly matched. And it was similar at this year's world championship. Of course each team had some players with NHL experience, but no team had a real game-changing player, somebody who does that regularly in the NHL. And that benefited us. We battled as a team, nobody thought we could do it, but we had an opportunity, and we took it. When we reached the semi-final, I knew we would finish as medallists.

**It was certainly an unprecedented success for Latvia – in fact the government declared a national holiday when you won the bronze...**

Yes, they did – it was incredible. When we landed in Riga, the entire airport was packed with people. A bus took us into

nějakých šedesát tisíc lidí. Byli jsme na návštěvě u prezidenta, byl tam premiér, vláda. Ale upřímně, když jsem přijel domů, byl jsem neskutečně unavený. Den na to jsem v šest hodin ráno odletěl na dovolenou...

**Vyprávíte o tom prakticky bez emocí. Užil jste si vůbec oslavy světového bronzu?**

Nebyl čas si to užít. Všechno bylo strašně rychlé. Mám několik bláznivých zážitků... Podívejte, u nás v Lotyšsku se nikdy nic podobného nestalo a všichni to neskutečně slavili, ale já hned v jedné z televizních debat říkal – „My jsme udělali bronz, ale po nás přijde někdo, kdo udělá stříbro, nebo i vyhraje šampionát, takže tenhle náš dnešní úspěch zmizí v minulosti.“ Každý rekord je dříve nebo později překonán. Pro mě není tak důležitá medaile.

**Co je tedy pro vás důležitější?**

Když jsem byl dítě a hrál jsem s bratry a kamarády hokej, klidně jen za domem. Vždy jsme si představovali, jak jednou budeme hrát o Stanley Cup v NHL. Pro nás to tehdy byla reálnější představa než myšlenka, že bychom v dresu Lotyšska uspěli na mistrovství světa. Teď ale doufám, že dnešní děti, nejen v hokeji, vidí, že i v dresu Lotyšska lze dosáhnout úspěchu. A že tyhle děti si budou hrát právě na to, jak v národním dresu vyhrávají medaile. Ta motivace pro mladé generace, to je pro mě důležitější. I proto, že mám sám malého syna a chci, aby věděl, že nic není nemožné.

the city, and the roads were lined with fans, with about 60 000 people in the main square. We visited the president, the prime minister, the government. But to be honest, when I got home I was incredibly tired. And at 6 a.m. on the next day I caught a flight for my holiday...

**You don't seem very emotional about it. Did you enjoy the celebrations?**

There was no time to enjoy it. Everything was really quick. I had several crazy experiences... Look, nothing like that had ever happened in Latvia before, and everybody was celebrating wildly, but in a TV debate I said: “We won bronze, but in the future a team will win silver or even gold, so our success will be forgotten.” Every record is broken sooner or later, and medals are not particularly important to me.

**What is the most important thing for you?**

When I was a child, playing hockey with my brothers and friends, sometimes just outside our home, we always imagined playing in the NHL, in the Stanley Cup final. That was a more realistic prospect than winning something with Latvia in the world championship. But now I hope that today's children (not only in hockey) will realize that you can be successful with Latvia too – and that they will strive to win medals playing for their country. The really important thing for me is that kind of motivation for the younger generation – after all, I have a young son, and I want him to know that nothing is impossible.



**V minulé sezoně jste s Vítkovicemi bojovali o nejvyšší příčky, byli jste velmi blízko medaili, velmi blízko přímému boji o mistrovský titul. Jak vnímáte klubovou sezonu?**

Stačí se podívat, co se nám povedlo. Překonali jsme klubový rekord v počtu bodů v základní části – poprvé jsme překročili hranici sta bodů. Udělali jsme obrovský krok kupředu. V play off jsme byli dobří, byli jsme jeden gól od finále. O to těžší to ale, myslím, bude v nové sezoně, kdy se od nás bude více očekávat, bude na nás větší tlak od soupeřů. Ale věřím, že letos předvedeme něco speciálního.

**V Ostravě žijete s jednou přestávkou už čtyři roky. Jak se vám tady líbí?**

Pro mě je klíčové, aby se v mém působišti dobře cítila celá rodina. Už mám nějaký věk, máme děti, už není pro mě být někde půl roku bez rodiny. Rodina zde v Ostravě žije se mnou. A fakt, že jsem tady vlastně už čtyři roky svědčí o tom, že jsme spokojeni. Myslím, že to tady všichni vnímáme jako náš druhý domov.

**Fungujete v Ostravě tedy zcela běžně?**

Ano, zcela. Děti tady chodí do školky, do školy, syn se chystá začít hrát hokej ve Vítkovicích. Máme zde už i lékaře, kamarády. Známe to tady, víme, jak tady být šťastní. Je to pro nás skutečně jako doma.

**Máte v Ostravě „svá místa“?**

Samozřejmě. Rádi chodíme do Komenského sadů, děti tam jezdí na kolech, nebo se jen tak projít. Je tam krásné velké dětské hřiště. Také máme s manželkou pár míst, kam spolu rádi chodíme. A to nejen v Ostravě, ale třeba i mimo ni – jezdíme často za známými do Kunčic pod Ondřejníkem. Líbí se mi, že je tady pořád co dělat. Ostrava sice není největší město, ale celý region s řadou menších i větších měst okolo nabízí opravdu velkou škálu možností.

**Pokud byste měl někoho ze svých přátel v Lotyšsku pozvat do Ostravy, na co by to bylo?**

Myslím, že není potřeba nic speciálního zmiňovat. Příští rok je tady mistrovství světa a Lotyšsko hraje právě v Ostravě. To je pro všechny mé známé nejlepší pozvánka.

**A když se vás přátelé zeptají, kam zavítat v Ostravě, co jim doporučíte?**

To záleží na tom, co má kdo rád. Jsou tady výborné bary a restaurace. Ale je tady krásné historické centrum. Ostrava je průmyslové město, má velkou železárenskou a hornickou historii, takže samozřejmě bych doporučil Bolt Tower, Dolní Vítkovice, Hornické muzeum. Ale samozřejmě, tím se zase vrátím k dobrým restauracím s výborným českým jídlem a také kvalitním českým pivem, které je tady mnohem levnější, než na co jsme v Lotyšsku zvyklí.

Autor /  
**Zdeněk Janiurek,**  
redaktor, tiskový mluvčí HC Vítkovice Ridera

**Last season Vítkovice finished very strongly and came close to the playoff final. How do you rate the club's season?**

Just look at what we achieved. We broke the club record for the number of points in the regular part of the season, with over 100 points. We took a huge step forwards. We performed well in the playoffs, and we were just one goal away from reaching the final. I think that'll make it more difficult in the upcoming season, because expectations will be higher: we'll be under greater pressure from opponents. But I'm confident we'll achieve something special this season.

**You've lived in Ostrava for four years now. How do you like it here?**

The key thing for me is that my entire family enjoys living here. I've reached a certain age, I'm a father, and I can't spend six months away from my family any more. They live here in Ostrava with me – and the fact that I've been here four years shows that we like it here. I think we all see Ostrava as our second home.

**So you've really settled in Ostrava?**

Absolutely. Our kids are at school here, my son is going to play hockey for Vítkovice. We have our doctors, our friends here. We know the city, we know how to live well – it really is just like home.

**Are there any places in Ostrava you particularly like?**

Of course. We like the Komenského Sady park – our kids ride their bikes there, or we just stroll, and there's a large and really good children's play area. My wife and I also have some places that we enjoy – not only in Ostrava, but beyond. For example, we often visit friends in Kunčice pod Ondřejníkem. I like that there's always something to do here. Ostrava isn't the biggest city, but the entire region, with all its towns and villages, has so much to offer.

**If you were inviting friends from Latvia to come here, what event would you choose?**

I don't think there's any one particular thing. Next year Ostrava will be hosting the world championship, and Latvia will be playing here. That's the best invitation for all my friends.

**And when your friends ask you about the best places in Ostrava, what do you recommend?**

That depends on their personal preferences. The city has some wonderful bars and restaurants, but there's also a beautiful historical centre. Ostrava's an industrial city, with a great history of coal and steel, so of course I'd recommend Lower Vítkovice, the Bolt Tower, and the Mining Museum. But there are also superb restaurants with delicious Czech food and very good Czech beer – which is much cheaper here than we're used to in Latvia.

Autor /  
**Zdeněk Janiurek,**  
editor, HC Vítkovice Ridera press officer



## Letiště Leoše Janáčka Ostrava

### NA LETIŠTĚ ZA 25 KORUN S AIRPORT LINKOU DPO

Od května mohou cestující Dopravního podniku Ostrava (DPO) využít při cestě na nebo z letiště speciální linku Airport Express. Linka spojuje Letiště Leoše Janáčka s vybranými ostravskými hotely v blízkosti zastávek MHD. Linka je v tarifu ODIS.

Trasa nové linky je Mošnov, Airport nádraží - Dubina - Hotel Bělský les - Městský stadion - ÚAN - Elektra - Husův sad - Hornopolní. Obsluhuje ji primárně dvanáctimetrový CNG autobus s celozozovou klimatizací.

Spoje mají navazovat na přílety a odlety letadel z Varšavy a Londýna. V případě zpoždění letů autobus čeká na cestující do 60 minut.

Autor /  
**Tereza Šnoblová,**  
tisková mluvčí Dopravního podniku Ostrava

### NEW AIRPORT EXPRESS SERVICE FOR JUST 25 CZK

In May, Ostrava's public transport company introduced a special Airport Express bus service to Leoš Janáček international airport. The bus stops near several hotels in the city, and passengers pay the standard fare for using the integrated public transport system (ODIS).

Route: Mošnov, Airport Station - Dubina - Hotel Bělský Les - City Stadium - Central Bus Station - Elektra - Husův Sad - Hornopolní. The route is mainly served by a 12-metre CNG-powered bus which is fully air conditioned.

The schedule has been coordinated with the departure/arrival times of flights to/from Warsaw and London. If a flight is delayed, the bus will wait up to 60 minutes for passengers.

Author /  
**Tereza Šnoblová,**  
Press Officer, Ostrava Public Transport Company (DPO)



*„Chtěli jsme, aby Ostravané měli možnost využít dopravce, který je pro ně spolehlivým partnerem, a také konkurence schopným jiným variantám dopravy na letiště. Jízda s námi vyjde za osobu na 25 korun. Cestujícím nabízí prostor pro pohodlnou jízdu i se zavazadly. Chceme také, aby turisté, kteří do Ostravy přiletí, viděli jako první moderní tyrkysovou MHD, která je dnes už symbolem Ostravy.“*

**Daniel Morys,**  
generální ředitel DPO

*„We want to offer people the opportunity to use a reliable public transport service which is highly competitive compared with other options for travelling to and from the airport. The fare is just 25 CZK, and the buses are comfortable, with plenty of room for luggage. We also want our modern turquoise buses to be one of the first impressions that visitors get – because the colour of our vehicles has become one of Ostrava's symbols.“*

**Daniel Morys,**  
the Director of Ostrava's public transport company (DPO)



Doc. MUDr. Ondřej Volný, Ph. D.

**Od neurologického kladívka  
až k umělé inteligenci**

**From the hammer and pin  
to artificial intelligence**

Doc. MUDr. Ondřej Volný, Ph.D. sleduje trendy v neurologii a aplikuje je do klinické praxe. Mimo to se věnuje výzkumu využití umělé inteligence v diagnostice neurologických onemocnění. Poslední dva roky pro něj byly úspěšné, stal se nejmladším docentem neurologie v ČR a v minulém roce získal Cenu rektora Ostravské univerzity za mimořádnou vědecko-výzkumnou činnost akademiků do 35 let. Kromě své lékařské a vědecké činnosti ve Fakultní nemocnici Ostrava působí jako vedoucí Centra klinických neurověd na LF OU a jako zástupce přednosty pro vědu a výzkum na Neurologické klinice Fakultní nemocnice Ostrava.



The neurologist Ondřej Volný monitors the latest trends in neurology and applies them in clinical practice. He is also involved in research focusing on how artificial intelligence (AI) can be used in diagnosing neurological conditions. The past two years have been very successful for him: he has become the youngest associate professor of neurology in the Czech Republic, and last year he won the University of Ostrava Rector's Award for outstanding research by academics up to age 35. Volný is also the head of the Centre for Clinical Neurosciences at the University's Medical Faculty and the Deputy Director for Research at the Neurology Clinic of Ostrava University Hospital.

### Co se změnilo od doby, kdy hlavními vyšetřovacími nástroji v neurologii bylo kladívko a špendlík?

Kdybych se podíval do 19. století, změnilo se opravdu hodně. Neurologické kladívko a špendlík byly, společně se znalostmi a instinktem neurologa, hlavní vyšetřovací nástroje. Zatímco v jiných lékařských oborech se lékaři často zaměřují na konkrétní diagnózu a vnímám u nich jakési odosobnění od člověka, trůufám si říci, že my neurologové se stále zaměřujeme na jednotlivé pacienty, asi i proto, že máme k mozku, myšlení a v podstatě i duši blízko. To, co se změnilo, jsou především vyšetřovací metody a možnosti diagnostiky. S lepší diagnostikou se samozřejmě pojí i kvalitnější léčba a péče. Od konce 19. století, kdy byl i prostý rentgen teprve v plenkách, jsme se posunuli dopředu mílovými kroky. Já jsem se narodil do doby, kdy byly zobrazovací metody k bližšímu studiu mozku dostupné teprve krátce. Od té doby došlo k velkému pokroku. Na snímcích z CT i MRI nyní „vidíme“ daleko více parametrů, než v době před 12 lety, kdy jsem se neurologii začal věnovat. V posledních několika letech do tohoto pokroku vstupuje umělá inteligence, strojové učení a automatická analýza obrazu a dat. Jsme svědky velkého urychlení a zefektivnění diagnostiky, což je velkým přínosem především u akutních neurologických diagnóz, jako je např. cévní mozková příhoda (CMP), které se jako neurolog věnuji nejvíce. Nově pracujeme po vzoru jiných zemí i na projektu mobilních iktových jednotek, kdy je CT zabudováno přímo v sanitce a neurologové jsou součástí posádky. Čas, který uplyne od doby, kdy zjistíme diagnózu a zahájíme efektivní léčbu, se tímto opět zkrátí. Přes to všechno se stále ani v dnešní době neurolog bez neurologického kladívka a pečlivého vyšetření pacienta neobejde.

### Co bylo impulsem k tomu, abyste se věnoval vědecké práci v oblasti neurologie?

Byly to jednak pozitivní vzory mezi neurology, které jsem měl možnost poznat během studia medicíny v Brně, ale také bych řekl, že je to dílem náhody. Původně jsem se jako lékař chtěl věnovat ortopedii. Poté, co jsem měl možnost strávit mnoho hodin vestoje na operačním sále u operací páteře, jsem si uvědomil, že je pro mě pohodlnější neurologie (smích). K zaměření se na cévní mozkové příhody (CMP) mě pak dovedla rodinná zkušenost s CMP. U babičky, která tyto příhody opakovaně prodělala, jsem viděl konkrétní dopady na kvalitu jejího života a právě to mě asi nejvíce motivovalo profesně i výzkumně se věnovat této diagnóze. V klinickém výzkumu mě však nejvíce naučily stáže na prestižní univerzitě v kanadském Calgary (University of Calgary – Calgary Stroke Program).

### Lze o nějaké lékařské disciplíně, např. neurologii, říci, že je moderní?

Rozhodně bych se nechtěl dotknout nějaké jiné lékařské disciplíny. Všeobecně mohu říci, že jsme v lékařství na prahu velkých změn a m.j. rozvoje elektronizace zdravotnictví (e-Health). Co se týče vybavení nemocnic, tak naštěstí v ČR moderní jsme, i lékařská péče je u nás stále relativně dobře dostupná, existují velmi zapálení kolegové, kteří svému oboru a svým pacientům mnoho obětují. K modernizaci přispívají novinky jako je telekomunikace

### What has changed since the main diagnostic tools in neurology were a hammer and a pin?

Looking back to the 19th century, there have been huge changes since that era. The hammer and pin were indeed the main diagnostic tools, as well as the neurologist's knowledge and instincts. In other areas of medicine, the main focus is usually on the diagnosis, and the patient is rather sidelined. However, I'd say that we neurologists still focus primarily on patients as individuals – probably because we have such a close connection with the brain, thinking, and essentially the soul. The main changes have affected the methods and possibilities of diagnosis – and improvements in those areas have naturally brought better treatment and care. At the end of the 19th century, X-ray technology was in its infancy, but since then we have taken massive steps forward. When I was born, imaging methods for studying the brain had only just been developed – but progress since that time has been very rapid. Now, CT and MRI imaging enables us to view many more parameters than was possible 12 years ago, when I began to focus on neurology. In the past few years, developments have harnessed the potential of artificial intelligence, machine learning and automatic data and image analysis. Diagnosis has become much quicker and more effective – which is particularly beneficial when we're dealing with acute diagnoses such as strokes, which are my main focus as a neurologist. Now, like other countries, we're working on a project to install mobile stroke units in ambulances, with neurologists among the ambulance crew. This will once again reduce the time between the diagnosis and the start of effective treatment. Yet despite all this progress, even today neurologists still use the hammer and pin when examining patients.

### What led you to become involved in neurological research?

One factor was the positive role models I encountered among neurologists during my medical studies in Brno – but I'd also say it was partly by chance. Originally I wanted to specialize in orthopedics. But after spending hours standing in operating theatres observing spinal surgery, I realized that neurology would be a more comfortable option (laughs). My decision to specialize in strokes was motivated by direct experience within my own family: my grandmother suffered repeated strokes, and I saw the very real impact on her quality of life. That was the strongest motivation for me to become professionally involved in that area. In my clinical research, I have benefited greatly from study visits to the University of Calgary in Canada, where I participated in the prestigious Calgary Stroke Program.

### Is it possible to say that a medical discipline (such as neurology) is modern?

I certainly don't want to offend any other medical discipline. I can say that medicine as a whole now stands on the threshold of huge changes, including the development of "e-health", with electronic technologies playing an increasingly central role in health care. In terms of equipment, Czech hospitals certainly are modern, and medical care is still relatively accessible. There are many very committed medical professionals who make great

s pacientem, které mu mohou ušetřit návštěvu u lékaře anebo elektronické posílání receptů či poukazů na další vyšetření. Zemí, která by mohla být naším vzorem dalšího rozvoje a která zároveň investuje nemalé částky do výzkumu a aplikace virtuální reality, umělé inteligence anebo telemedicíny do zdravotnictví, je Izrael. Kéž bychom se tomuto mohli v následujících letech přiblížit, nicméně bez systematických investic a jasné strategie to bohužel snadno nepůjde.

### Jaké jsou podmínky pro vědeckou činnost a moderní neurologii v Ostravě?

Upřímně mohu říci, že se snažíme být moderní, sledujeme trendy a zavádíme s většími či menšími úspěchy inovace. Nehodnotil bych nás sice 5 hvězdičkami z 5, takto špičkových pracovišť je pouze několik na světě. Nicméně i u nás na severní Moravě probíhá řada zajímavých výzkumných projektů, spolupracujeme s úspěšnými startupy zaměřujícími se na zdravotnictví, naši pacienti se mohou účastnit výzkumných projektů i klinických studií, např. v rámci tzv. klinických hodnocení nejnovějších léků nebo využití robotické rehabilitaci nebo virtuální reality v rehabilitaci po CMP. Poskytujeme kvalitní lékařskou péči a občas se nám podaří přijít i s něčím novým. Možná, že fakultní nemocnice, ve které se teď nacházíme, podle obalu příliš moderně nepůsobí (zatím), ale to neznamená, že není moderní svým přístupem k pacientům a k inovacím.

### Jaké zajímavé výsledky přinesl v posledních letech neurologický výzkum o tom, jak se daří v době moderních technologií a sociálních sítí lidskému mozku?

Neurologie v posledních letech zažila obrovský rozvoj v diagnostice a naštěstí i léčbě neurologických onemocnění. Díky MRI jsme schopni studovat lidský mozek na úrovni, kterou okem nevidíme. Můžeme sledovat jeho změny i v čase (např. mozkovou atrofií – úbytek mozku). Nedávno byl dokončen unikátní mezinárodní projekt zaměřený na zmapování struktury a funkce lidského mozku. Jeho cílem bylo studovat, kde sídlí naše osobnost, emoce, vědomí, paměť, jak jsou jednotlivé části mozku vzájemně propojeny, čím se liší mozek člověka s epilepsií či schizofrenií od zdravého mozku apod. Díky intenzivnímu výzkumu posledních let byly odhaleny neuronální sítě mozku, o kterých se ještě před několika lety nevědělo. Nadále však mnohé z fungování našeho mozku zůstává neprobádáno a teprve čeká na své odhalení.

### Zaznívají i kritické hlasy k moderním technologiím a jejich dopadu na naše zdraví?

Samozřejmě, že zaznívají i kritické hlasy, nutno říci, že oprávněně, a to že až příliš často používáme aplikace a sociální sítě, které nás zbavují nutnosti nad některými věcmi přemýšlet. K otázce sociálních sítí bylo jednoznačně prokázáno, že se náš mozek stává závislý na sociálních sítích, na obdivu a lajkách, které fungují jako pozitivní odměna pro náš mozek. Závislosti mozku škodí, a ta, kterou si můžeme vybudovat na sociálních sítích je dokonce velmi podobná závislosti na návykových látkách. Ohroženou

sacrifices for their discipline and their patients. Modernization is being driven by innovations such as remote communication with patients, meaning that people do not always need to visit a doctor in person. One country that could serve as a role model for us is Israel, which is investing substantial sums in the research and application of virtual reality, AI and telemedicine. I hope we'll take great steps forward in this area during the upcoming years – but of course that will only be possible with systematic investment and a clear strategy.

### What are the conditions like in Ostrava for research and modern neurology?

I can honestly say that we're trying to be modern, we're monitoring trends, and we're introducing innovations with varying degrees of success. I wouldn't score us 5 out of 5 – there are only a few real top-class institutions of that sort in the world. But here in North Moravia there are a number of interesting research projects, we're working with successful start-ups in the health care sector, and our patients can participate in research projects and clinical studies – such as clinical evaluations of the latest medicines or the use of robotic or virtual reality rehabilitation methods for stroke patients. We provide excellent medical care, and occasionally we manage to offer something new. Perhaps the university hospital here in Ostrava doesn't look the most modern on the outside (at the moment), but that doesn't prevent it from offering modern, innovative patient care.

### Which interesting findings has neurological research produced in recent years with regard to the human brain in the era of modern technologies and social media?

In recent years there have been huge steps forward in neurological diagnostics – and fortunately, also in the treatment of neurological problems. MRI enables us to study the human brain at a level that is invisible to the eye. We can trace how the brain changes over time (e.g. cerebral atrophy, or shrinkage of the brain). A unique international project mapping the structure and function of the brain has recently been completed. It set out to study where our personality, emotions, consciousness and memory are located, how the different parts of the brain are interconnected, how the brain of a person with epilepsy differs from a healthy brain, and so on. Intensive research has revealed neural networks within the brain which were completely unknown just a few years ago. However, many workings of our brains have still not yet been explored – and that remains a task for the future.

### Are there any voices criticizing modern technologies and their impact on our health?

Of course there are voices criticizing (with good reason) our too frequent use of social media and apps that remove the need for us to think about certain things. With regard to social networks, it has been clearly proved that our brains are becoming dependent on these networks, on the admiration and “likes” we receive, which function as positive rewards for our brain. Dependency damages the brain – and dependency on social media is actually very similar

skupinou jsou bohužel děti a dospívající, kteří na sociálních sítích tráví mnoho času. Takováto závislost může vést k pocitům méněcennosti, nedocenění, úzkostem a depresi. Všichni přirozeně potřebujeme dostat pozitivní odměnu a náš mozek doslova baží po hormonu štěstí, dopaminu. Pokud si však mozek zvykne na pravidelnou stimulaci a ona se najednou nedostaví, tak se objevují pocity přesně opačné. Na druhé straně existují i vědecké důkazy, které např. vyvrátily negativní vliv na vývoj dětí při hraní nenásilných počítačových her. Byl prokázán pozitivní dopad na vývoj kognitivních funkcí jako jsou paměť, plánování nebo orientace v prostoru.

### Co náš mozek naopak potřebuje, co ho udržuje fit?

Nezbytný je kvalitní a dostatečný spánek. Svým pacientům, přátelům i vám doporučuji čtivou knihu Matthewa Walkera „Proč spíme“, která je napsána na výsledcích kvalitního výzkumu, právě v ní je vše týkající se spánku a odpočinku skvěle popsáno a vysvětleno. Další skvělou knihou k tomuto tématu je „Cirkadiánní kód“ od Sachina Pandy, ve které jsou pospány dopady střídání dne a noci a našeho porušování cirkadiánního kódu na celkové zdraví. Náš mozek potřebuje pravidelnou stimulaci vhodnými podněty (tzv. kognitivní trénink nebo jogging), takovou, která ovšem nevede k závislostem (společné hraní deskových her, sudoku, pexeso s dětmi apod.). Nezbytný je také pravidelný pohyb na čerstvém vzduchu, který má vliv na celý náš kardiovaskulární systém a ovlivňuje nejen kvalitu, ale i délku našeho života prožitého ve zdraví, což je s ohledem na prodloužení střední délky života velmi aktuální otázka. Protože je náš mozek jedna velká membrána tvořená tuky (velmi zjednodušeně řečeno), je doporučeno do stravy zařadit tzv. zdravé tuky, například ve formě oříšků, olivového oleje, mořských ryb nebo avokáda. Otázce kvalitního stravování ve vztahu k našemu celkovému zdraví se věnuje má oblíbená kniha „Zdravé potraviny aneb jídlem proti špatné náladě, únavě, mozkové mlze a demenci“ od Maxe Lugavere, na jejíž překladu a odborné korektuře jsem se podílel. Péče o náš mozek a jeho, a tudíž i naše zdraví, je tedy velmi komplexní a samozřejmě celoživotní.

### Zvládá mladý lékař a odborník na neurovědu naplňovat i své potřeby?

Kdybych řekl, že to bezvýhradně zvládám, asi by to nebyla úplně pravda. Určitě se o to s většími nebo menšími úspěchy snažím (smích). Každý člověk v průběhu času přijde na to, co potřebuje. U mě je to sauna, čas s nejbližšími a dobré jídlo. Snažím se ten záprah, ve kterém jsem, vždy svému mozku nějak vrátit a odměnit ho.

Autor /  
**Monika Žídková** – lékařka iktové jednotky a neurosonologie  
**Jitřenka Navrátilová** – PR manažerka Ostravské univerzity

to dependency on addictive substances. Unfortunately, children and young people are particularly vulnerable to this dependency, as they spend a lot of time using social media. This can lead to feelings of inadequacy and inferiority, anxiety and depression. We all have a need for positive rewards, and our brains all want dopamine, the hormone of happiness. But if our brains become used to regular stimulation and then suddenly this stimulation stops, we start feeling the opposite emotions. On the other hand, there is scientific evidence disproving the supposed negative influence of non-violent computer games on children's development. In fact, such games have been proven to enhance cognitive functions such as memory, planning and spatial orientation.

### What do our brains need in order to stay fit?

A key requirement is enough good-quality sleep. I recommend Matthew Walker's very readable book Why We Sleep to my patients and friends – and to you. It's based on high-quality research, and it describes and explains all the important aspects of sleep and rest. Another superb book on this topic is Satchin Panda's The Circadian Code, which describes the effects of the alternation of day and night and the impacts on our health if we break this circadian code. Our brains require regular and appropriate stimulation (known as cognitive training or jogging), though of course the stimuli must not lead to dependency (good stimuli include social board games, sudoku, memory games with children, and so on). We also need regular outdoor exercise, which benefits our entire cardiovascular system and improves the quality and length of our healthy lives – which is a very topical issue as human lifespans are becoming longer. Because our brain is (put in a very simplified way) one big

membrane made of fats, our diet needs to include healthy fats such as nuts, olive oil, saltwater fish, or avocados. One of my favourite books is Max Lugavere's Genius Foods, which describes how diet affects our brain's health and can make us happier while also preventing dementia; I was involved in the Czech translation and editing of the book. So looking after our brains – and our health in general – is a highly complex matter, and of course it's something that lasts an entire lifetime.

### Is it possible for a young neurologist to look after his own needs?

If I said I always manage to do that, it wouldn't be entirely true. I certainly try to, with varying levels of success (laughs). Over the course of time, every individual will realize what they personally need. For me, I need saunas, time with my loved ones, and good food. I always try to reward my brain for all the hard work it does.

Author /  
**Monika Žídková** – lékařka iktové jednotky a neurosonologie  
**Jitřenka Navrátilová** – PR manažerka Ostravské univerzity



## OSTRAVA STARTUPOVÁ

Bez nadsázky lze říci, že Ostrava má nakročeno mezi významné inovativní lídry. Do procesu porevoluční transformace vstoupila z poměrně obtížné startovací pozice, dnes však nabízí vhodné podmínky pro rozvoj startupů, nových a zralých firem i mnoho příležitostí pro mladé ambiciózní talenty.

V dynamice rozvoje podnikatelského ekosystému začíná krajská metropole směle konkurovat historicky úspěšnějším městům. Do karet jí přitom hraje důležitá podpora místních aktérů v čele s Moravskoslezským inovačním centrem (MSIC). Úspěchy se daří sbírat třeba na startupové scéně. Zářným příkladem je Stimiva, která vloni získala speciální cenu v mezinárodní soutěži nejrychleji rostoucích startupů Deloitte Technology Fast 50 CE. Umístila se v kategorii Impact Stars, která vyzdvihuje firmy s unikátním a inovativním produktem nebo revoluční službou.

Ostrava's business ecosystem has developed rapidly and dynamically, and it can now compete with cities that have a much longer tradition of commercial success. An important factor is the strong support provided by local institutions, chief among them the Moravian-Silesian Innovation Centre (MSIC). The start-up scene in Ostrava is also gaining a deserved reputation: one shining example is the start-up Stimiva, which last year won acclaim in Deloitte Technology's Fast 50 CE listings of the fastest-growing start-ups, ranked in the Impact Stars category which recognizes businesses with unique and innovative products or ground-breaking new services.



## OSTRAVA – START-UP CITY

It's no exaggeration to say that Ostrava is a leader in innovation. The city began its process of post-communist transformation from a very challenging position, but today it offers excellent opportunities for start-ups, new and established businesses, and ambitious young talents.

Navzdory svému progresu se město v mysli veřejnosti prozatím nezapsalo jako místo zaslíbené podnikání. Ostrava má přitom hodně co nabídnout. Ukazuje to i žebříček TOP desítky nejlepších startupů Moravskoslezského kraje, který MSIC každoročně vyhláší. Významné zastoupení v něm mají ostravské projekty, které reflektují nejnovější technologie s ambicí dobýt nejen Česko, ale celý svět. „Těší nás, že se prostřednictvím našich služeb a programů můžeme podílet na růstu a inovacích stovek místních firem. Právě podpora startupů a malých i středních podnikatelů je naším klíčovým posláním. Jsme proto rádi, že naše spolupráce nese ovoce,“ přibližuje činnost inovačního centra jeho ředitel Pavel Csank.

Ostrava's public image still lags behind its reality as a centre of business success. Yet the city has plenty to offer – as can be seen from the MSIC's annual top ten start-up rankings, which highlight projects that apply state-of-the-art technological solutions with the ambition of succeeding not only nationally, but also on international markets. MSIC Director Pavel Csank gave more details: “We're delighted that our services and programmes make a key contribution to the growth and success of hundreds of companies in the region. Our core mission is to support start-ups and SMEs, so we are very pleased that our work is bearing fruit.”

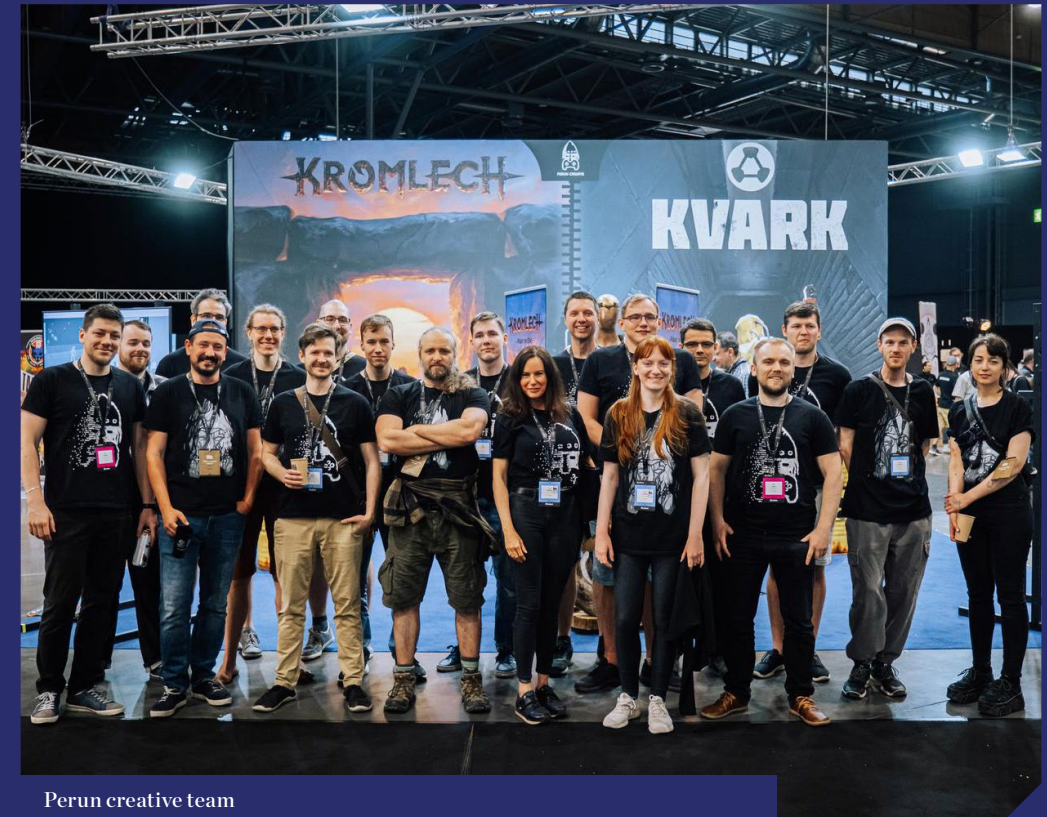




Nil textile team



Viderai team



Perun creative team



Lemonero team



Stimvia team



Autinno team



do autonomního systému plánování podnikových zdrojů a zajišťuje včasné dokončení projektů. Společnost získala podporu v hodnotě desítek tisíc dolarů od Amazon Web Services a svůj produkt spustila celosvětově.

Pozornost si vysloužilo i nezávislé studio Perun creative, které vyvíjí hry. Pochlubit se může unikátním studiem motion capture, ojedinělou integrací veškerého softwaru přímo pod střechou firmy a neotřelým přístupem ke kombinaci herních žánrů.

Image Ostravy jako města startupů podtrhuje i podzimní Unique Summit 2023. Po portugalském městě Braga je to právě ona, kdo přebírá štafetu hostitele této mezinárodní akce. Od 22. do 24. listopadu se tak u nás setkají týmy z celého světa – startupy, podnikatelé, ale i političtí zástupci, aby se vzájemně inspirovali, sdíleli nové poznatky a společně posouvali inovace jak v oblasti ekosystému, tak podnikání celkově.

launching its product. Aputime uses AI in its autonomous business resources planning system, helping to ensure that projects are completed on time. The company has received tens of thousands of dollars in funding from Amazon Web Services, enabling it to launch its product on the global market. Another local start-up featured in the MSIC rankings is the games developer Perun Creative, which has conducted a unique motion capture study and is known for its in-house software integration and its novel combination of game genres.

Ostrava's growing profile as a start-up hub is also reflected in its hosting of Unique Summit 2023 this autumn, following on from Braga in Portugal. From 22 to 24 November, teams from all over the world (start-ups, entrepreneurs and political representatives) will meet to share knowledge and inspiration, helping to push forward innovative thinking both within the start-up ecosystem and in the business sphere as a whole.

Autor /  
**Barbora Svobodová,**  
marketingová specialista Moravskoslezského inovačního centra

Author /  
**Barbora Svobodová,**  
marketing specialist, Moravian-Silesian Innovation Centre

## Vstříc lepší a udržitelné budoucnosti

Mezi deset oceněných startupů se letos zařadila již zmíněná Stimvia, která může přinést průlom v oblasti léčby chronického onemocnění. Společnost využívá neuromodulaci ke stimulaci nervů, čímž podporuje přirozenou biologickou odezvu. První klinické studie ukázaly, že tento systém má být jedním z neúčinnějších způsobů léčby inkontinence. K revoluci v textilním průmyslu má našlápnuto Nil textile. Firma ve jménu udržitelnosti s ohledem na životní prostředí přišla s prvním cirkulárním textilním konceptem na světě. V loňském roce otevřela výrobní prostory v Ostravě a dnes zájemcům nabízí hned čtyři cirkulární materiály. Svého zástupce má v žebříčku i oblast automotive – Autinno se věnuje unikátnímu systému pro vývoj „samořizných“ aut založenému na výzkumných výsledcích Vysoké školy Báňské.

Porotu zaujal také fintech Lemonero, který poskytuje chytré financování e-shopům s využitím umělé inteligence pro vyhodnocení žádostí. Tuto technologii využívají i další startupy. Viderai s její pomocí analyzuje sítnice. Poté, co firma v uplynulém roce úspěšně dokončila preklinické studie a testování v ambulancích, je teď blíže k získání potřebných certifikací pro uvedení produktu do praxe. Aputime implementuje umělou inteligenci

## Towards a better and more sustainable future

Among the top ten start-ups in this year's MSIC rankings is Stimvia, which is aiming to break new ground in the treatment of chronic diseases. The company uses neuromodulation techniques to stimulate patients' nerves, supporting natural biological responses. The first clinical studies have indicated that this system could become one of the most effective ways of treating incontinence. Another hugely innovative start-up is Nil Textile, which has developed the world's first circular textile concept as part of efforts to improve environmental sustainability. Last year the company opened a production site in Ostrava, and it now offers customers a range of four different circular materials. Another key sector is the automotive industry, where Autinno is developing a unique system for self-driving cars based on research at Ostrava's technical university.

The competition jury was also enthusiastic about the fintech company Lemonero, which supplies smart finance solutions to e-shops using artificial intelligence systems to evaluate customer requests. AI is a key area of innovation for start-ups. Viderai uses it to analyze the retina; last year the company successfully concluded pre-clinical studies and pilot testing, bringing it a step closer to the necessary certification for market-

 **Unique Summit**  
Ostrava by Global StartupCities

**22 - 24 NOVEMBER 2023**  
[www.uniquesummit.com](http://www.uniquesummit.com)





## Cukrářka, která miluje svou práci

### Making cakes and desserts is the sweetest job

**Maryna Ivankova patří mezi Ukrajinky, které našly bezpečné útočiště právě v Ostravě. Žena, jež musela uprchnout z ostřelovaného Mariupolu, nezapře kreativitu, činorodost a odhodlání splnit si svůj sen. V současnosti provozuje na Puchmajerově ulici v centru města vyhlášenou cukrárnu Royal Candy. Spolu se svou dcerou Alinou zde připravují české i ukrajinské sladkosti.**

**Maryna Ivankova is a Ukrainian who has found a safe haven in Ostrava after being forced to flee her home when the city of Mariupol came under Russian bombardment. She is creative, energetic, and determined to make her dream a reality. Currently she runs the Royal Candy shop on Puchmajerova Street in Ostrava's city centre, where she and her daughter Alina make delicious Czech and Ukrainian sweet treats.**

**Už více než rok žijete v České republice, jak jste se do Ostravy dostala?**

V únoru 2022 jsme se přemístili se synem do Černovic na západě Ukrajiny. Zůstat v Mariupolu bylo nebezpečné. Neustále jsme byli bez vody, bez elektřiny, bez spojení. Museli jsme spát oblečení, abychom byli připraveni kdykoli přejít do sklepa a skrýt se před ostřelováním. To bylo tak časté, že jsme v noci spali jen několik hodin. Ve sklepě byla zima, báli jsme se. Myslela jsem, že v Černovicích nebudeme dlouho a brzy se vrátíme domů. Pak mi sousedé poslali fotografii našeho panelového domu, zasaženého střelou. Uhořelo v něm několik lidí. To byl okamžik, kdy jsem se rozhodla odjet za dcerou, která studovala na gymnáziu v Ostravě. Zavolala jsem dceři, že opouštíme Ukrajinu. Zrovna se připravovala na maturitní ples. Do čtyř dní nám našla a pronajala byt. Ještě jsem nakoupila za 7000 hřiven pomůcky na pečení a koncem března jsme přijeli do Ostravy.

**You've lived in Ostrava for over a year now. How did you end up here?**

In February 2022 my son and I moved from Mariupol to Chernivtsi in the west of Ukraine. It was too dangerous to stay in Mariupol, where we were constantly without water, electricity and communications. We had to sleep wearing our clothes, so that if our home was bombarded we'd be able to escape to the cellar as quickly as possible. The shelling was so intense that we only slept a couple of hours every night. It was cold in the cellar, and we were frightened. I thought we would soon be able to return home from Chernivtsi, but then my neighbours sent me a photo of our apartment block – it had been hit by shells and several people had burned to death inside. At that moment I decided to join my daughter, who was attending high school in Ostrava. I phoned her and gave her the news. She was getting ready for the school-leaving ball, but within just four days she had rented an apartment for us. I spent 7000 hryvnias on baking equipment, and we arrived in Ostrava at the end of March.

**Věděla jste ihned, čemu se u nás chcete věnovat?**

Chtěla jsem pracovat v oboru cukrář. Ale záhy jsem pochopila, že české dezerty jsou jiné. Bála jsem, že to nebudu umět. Přemýšlely jsme s dcerou, co dál. A začaly hledat prostor, kde bych mohla dělat své dezerty. Nejdříve jsme se rozhlížely v Porubě, její Hlavní třída mě uchvátila. Bohužel, v té době byla místa pro nás vhodná obsazená, nebo drahá.

**Did you know immediately what you wanted to do here?**

I wanted to work as a confectioner, but I soon realized that Czech desserts were different to the ones I knew, and I was afraid I wouldn't be able to make them. So my daughter and I began looking for premises to open our own shop. First we considered Poruba, where I found the main avenue really magical – but at the time, all the suitable units were either occupied or too expensive.

**Co byste nám pověděla o Vašich podnikatelských začátcích?**

Jsem živnostníkem od roku 2003, začínala jsem jako realitní makléřka, pak jsem vedla realitní kancelář s několika zaměstnanci. Moje rodina i já jsme žili do roku 2014 v Doněcku, vedle letiště. Kvůli bombardování, následně i obsazení, města jsme přesídlili do Mariupolu. Rok 2014 byl pro mne mezníkem. Narodil se mi syn, nebyla jsem schopna v novém městě pokračovat se svou původní profesí a uvědomila jsem si, jak je důležité šetřit a mít prostředky na případný nový začátek. Ráda jsem pekla, rodině jsem chtěla dopřát zákusky z nejkvalitnějších

**What can you tell us about your first experiences in business?**

I've been self-employed since 2003. I began as an estate agent, then I managed a real estate agency with several employees. Until 2014 my family and I lived in Donetsk, near the airport. But when the city was bombed and occupied, we relocated to Mariupol.

surovin. Pustila jsem se do hledání receptů. Vybírala si francouzské, jsou méně sladké a méně tučné. Narazila jsem na MasterClass pro výrobu pralinek. Po absolvování jsem věděla, že mou novou podnikatelskou cestou nebudou pralinky, jejichž výroba je hodně složitá, ale zákusky a dezerty. Do pěti let jsem byla výhradním dodavatelem produktů ve dvou kavárnách. Před třemi lety jsem vymyslela originální velikonoční zákusek - mini plněný mazanec. Stal se tak úspěšným, že jsme získali a realizovali svou první velkoobjemovou dodávku do supermarketu. Výroba se rozšířila a musela jsem koupit další vybavení kuchyně. Chladicí box a novou troubu. Stačila jsem v ní dvakrát upéct. Přišel únor 2022 a my museli opustit Mariupol.



### Bylo složité pokračovat v podnikání v České republice?

Měla jsem strach, že nezvládneme připravit všechnu dokumentaci. Česky umí lépe dcera Alina, komunikaci s úřady jsem tak musela nechat na ní. Úředníci magistrátu i krajské hygienické stanice byli trpěliví. Absolvovaly jsme tři cukrářské zkoušky k založení živnosti, získaly razítko od stavebního úřadu a na živnostenském úřadě jsme si zapsaly provozovnu. Dne 11. 5. 2023 jsme mohly otevřít.

### Jakou roli v začátcích hrálo Ostrava Expat Centre (OEC)?

Dcera byla v Moravskoslezském inovačním centru v Ostravě (MSIC) na finančně-právní konferenci pro středoškoláky. Když jsme hledali dotaci k rozjezdu podnikání, oslovily jsme MSIC. Tím spolupráce s OEC začala. S expertem Miroslavem Markem jsme vytvořili business plán. Získaly jsme kontakty na právní poradenství, marketingovou komunikaci, účetnictví a daňový servis. Letos v průběhu dubna a května jsme vystavovaly naše čokoládové sochy na výstavě Expats & Locals Together ve Futureu organizovaném OEC.

### Jak vnímáte zdejší komunitu cizinců?

V cukrárně se potkáváme s různými národnostmi a jsem ráda, že jim naše zákusky chutnají a vracejí se. Zároveň, máme zkušenost ze školní třídy, kam dochází syn. Ve třídě jsou děti sedmi národností. Syn je tam velmi spokojený. Musím poděkovat hlavně paní ředitelce Monty School Ostrava, paní Alexandře Vidlákové. Syn skoro okamžitě nastoupil do

The turning-point for me came in 2014, when my son was born. I was no longer able to work in my original profession, and I realized that it was important to save money to fund a new start. I had always enjoyed baking, and I always used the best ingredients when making desserts for my family. So I set about finding recipes. I made a lot of French desserts, which are less sweet and less fatty. I attended a masterclass for making pralines. It soon became clear that pralines were not a viable business proposition, because the process is so complicated, so instead I focused on cakes and desserts. Within five years I was the exclusive supplier for two cafés. Three years ago I invented my own Easter cake, with a special filling. It became so successful that we won our first large-scale contract to supply a supermarket. Production continued to grow, and I had to buy more kitchen equipment, including a fridge and a new oven. I only managed to use the oven twice, because in February 2022 we had to leave Mariupol.

### Was it difficult to continue your business in the Czech Republic?

I was afraid that we wouldn't be able to deal with all the necessary paperwork. My daughter Alina speaks Czech better than I do, so she had to communicate with the authorities. The officials at the City and the Regional Public Health Authority were very patient. We passed three professional exams to get the necessary licence, and we registered our business officially. We were finally able to open our doors on 11 May 2023.

### What role did the Ostrava Expat Centre (OEC) play?

My daughter attended a conference about finance and law at the Moravian-Silesian Innovation Centre (MSIC), targeted at high school students. When we were looking for funding to help us start the business, we asked the MSIC, and that was where our cooperation with the OEC began. We drew up a business plan with help from the consultant Miroslav Marek. We made contacts with professionals in the fields of law, marketing, accounting and tax. In April and May of this year, we displayed our chocolate statues at the Expats & Locals Together conference, organized by the OEC.

### What is the local expat community like?

In the shop we meet people from so many different countries, and I'm glad they enjoy our products and keep coming back. We also have experience from my son's school; in his class there are children from seven countries, and he's very happy there. Above all I'd like to thank Alexandra Vidláková, the Director of the Monty School. My son was able to begin attending the school almost immediately, and he made friends very quickly – often he doesn't want to come home! So I'm very grateful to Mrs. Vidláková – she helped us find furniture and other household equipment, and to register with a doctor and a dentist – and she also taught us the Czech language free of charge.



školy, kde si rychle našel kamarády. Dnes se mu ani nechce z družiny domů. Paní ředitelce jsem moc vděčná. Pomohla nám sehnat nábytek do bytu, vybavit domácnost, najít praktického lékaře i zubaře a zdarma nás učila česky.

### Mají Ostravané zvláštní „chuťové preference“? Překvapilo vás na nich něco?

Češi mají rádi všechno velké, dobré a velké. Co mne překvapilo, jsou poznámky, že podnikám z jejich daní, že mi Česká republika dala peníze na rozjezd. Po zkušenosti z Doněcku jsem se v Mariupolu naučila odkládat peníze na horší časy. Díky těmto penězům jsem mohla v Ostravě začít znovu.

### Zaujaly vás i typicky české sladkosti?

Ano, větrník a špička. Konkrétně špička obsahuje velmi dobrý krém a větrník je z doopravdy chutného páleného těsta.

### Objevila jste už ve městě svá oblíbená místa?

Ostrava se mi líbí, zejména její architektura, a to jak v centru, tak v Porubě na Hlavní třídě. Rádi trávíme volný čas na procházkách, nejčastěji v Komenského sadech.

### Prozradíte nám Vaše plány do budoucna?

Chceme rozšířit. Syn chodí do Poruby do školy, nyní se tam stěhujeme. Doufám, že najdeme vhodné místo i pro další cukrárnu. V rámci výstavy Expats & Locals together jsem se seznámila s firmou Upraženo. Její káva z Beskyd je jedinečná. Věřím, že společně naše podnikání poroste. A určitě přijdu na trh s nějakým unikátním českým zákuskem.

### Chcete něco vzkázat na závěr rozhovoru?

MOC DĚKUJEME ČESKU ZA KLIDNÉ NEBE NAD HLAVOU

Autor / **Alena Danielová**, projektová manažerka Moravskoslezského inovačního centra

### Do customers in Ostrava have any “specific tastes”? Has anything surprised you here?

Czechs like things that are big and tasty. I was a bit surprised by comments that my business was funded from their taxes, because they said the Czech Republic had provided start-up funding. But after my experiences in Donetsk, I learned to save money for hard times – and it was that money that I used to start a new business here in Ostrava.

### Are you fond of any traditional Czech desserts?

Yes – the větrník (a type of profiterole with high-quality chou pastry) and the špička (a dessert in a glass with cream and eggnog).

### Have you found any favourite places in Ostrava?

I like Ostrava, especially its architecture – both in the centre, and the main avenue in Poruba. In our free time we enjoy going on walks – mainly in the Komenského Sady park.

### What are your future plans?

We want to expand. My son attends school in Poruba, and we're in the process of moving there. I hope we'll find premises that are suitable for opening another shop. As part of the Expats & Locals Together exhibition I made contact with the Upraženo coffee roastery in the Beskydy mountains, which makes superb coffee. I'm confident that we can join forces and move the business forward – and I'm sure I'll invent some unique new Czech dessert.

### Would you like to give our readers a final message?

THANK YOU CZECHIA FOR PEACEFUL SKIES ABOVE OUR HEADS

Autor / **Alena Danielová**, project manager, Moravian-Silesian Innovation Centre

Pokračujeme  
v nabídce  
atraktivních  
investičních  
projektů

Ostrava  
continues to  
offer attractive  
opportunities  
for investment



Již v předchozích obdobích vešla Ostrava ve známost jako město, které dokáže investory oslovit neotřelými projekty. Soukromí investoři tak získávají možnost podílet se na vzniku nepřehlédnutelných staveb, které mění tvář města a zvyšují kvalitu života jeho obyvatel.

Široký přehled investičních možností Ostrava představí také v říjnu na mnichovském veletrhu Expo Real 2023. Z nejvýznamnějších zmiňme nabídku pozemku o velikosti 10 000 metrů čtverečních v Plzeňské ulici. Oblast je ideální k výstavbě moderních zelených budov, zasazených do kultivovaného veřejného prostoru. Lukrativní pozemek investoři najdou také mezi ulicemi Opavská a Martinovská. Prioritně město hledá zájemce, který by v žádané lokalitě vybudoval novou dominantu – hotel s veškerým zázemím. K rozšíření vědeckotechnologického parku poblíž areálu technické univerzity poptává Ostrava investora, jenž by zde postavil budovu objektu T6.

Ostrava v neposlední řadě zůstává otevřena podnikatelům v oblasti start-upů a inovací. Ti mohou nadále využít služeb Moravskoslezského inovačního centra (MSIC).

**Veškeré podrobnosti o projektech jsou k dispozici na [www.investinostrava.cz](http://www.investinostrava.cz)**

Autor /  
**Marek Skřipsky,**  
redaktor Magistratu města Ostravy, spisovatel

Ostrava has become renowned as a city that is capable of inspiring potential investors with novel and ambitious projects. Private investors have the opportunity to help create exciting new buildings that transform the city and boost residents' quality of life.

In October, Ostrava will be presenting a full range of investment opportunities at the Expo Real 2023 fair in Munich. These include a 10 000 square-metre site on Plzeňská Street which is being offered for sale; the site is an ideal location for modern, eco-friendly buildings set in high-quality public spaces. Investors can also take advantage of a lucrative site between Opavská Street and Martinovská Street; here the City is looking for an investor to build a hotel with a full range of facilities, which will become a major focus of the entire district. Other plans include the expansion of the Science and Technology Park (next to Ostrava's technical university) to create a new building (T6).

Ostrava is also an important centre for innovation and start-ups, which benefit greatly from the services of the Moravian-Silesian Innovation Centre (MSIC).

**Full details of these and other projects are available at the City's investment website [investinostrava.cz](http://investinostrava.cz).**

Author /  
**Marek Skřipsky,**  
editor at Ostrava City Authority, writer





## Wanderu a Vadtha ni

nové expozice pro vzácné primáty v Zoo Ostrava

## Wanderu and Vadtha ni

a new home for rare primates at Ostrava's zoo

V létě 2022 byly v Zoologické zahradě a botanickém parku Ostrava otevřeny dva nové chovatelsko-expoziční komplexy pro vzácné a ohrožené primáty – Wanderu pro makaky lví a Vadtha ni pro gibony bělolící. Oba druhy do té doby obývaly stísněné prostory ve starém pavilonu primátů – makaci od roku 1978 a giboni od roku 2002. Nevyhovující stavbu z roku 1966 čeká v budoucnu demolice. Vzácní primáti se tak dočkali moderních chovatelských zařízení, která jim nabízejí mnohem více prostoru, vzrostlé stromy a podmínky důležité pro jejich přirozené chování.

In the summer of 2022, Ostrava's Zoological Garden and Botanical Park opened two new complexes with homes for rare and endangered primates – Wanderu (for lion-tailed macaques) and Vadtha ni (for northern white-cheeked gibbons). Previously, both species had cramped living spaces in the old primate house (where the macaques had lived since 1978 and the gibbons since 2002). The old building dates from 1966, and it is set to be demolished as it no longer meets modern requirements. The rare primates now have modern facilities that offer much more space, including tall trees and an environment that stimulates natural behaviour.





## Vadtha ni – chrám gibbonů

Název Vadtha ni v laoštině znamená Chrám gibbonů. Stavba je z části zpodobněna jako opuštěný chrám, který postupně zarůstá vegetací. Má tak naznačovat, že největší hrozbou pro tato arboreální (na stromy vázaná) zvířata je činnost člověka, který odlesňuje a zabírá plochy původního primárního lesa. Přímo hrozbou je také nelegální lov. Naopak, opuštěnou a nevyužívanou stavbu, třeba i starodávný chrám, si příroda může vzít zpět a pozvolna ji zaroste lesem. Giboni nemusí zmizet z povrchu země. Ještě není pozdě.

## Vadtha ni – the temple of gibbons

The name Vadtha ni means “temple of the gibbons” in the Laotian language. This building has been designed to partially resemble an abandoned temple that is gradually being taken over by vegetation. This reminds us that the greatest threat to these arboreal (tree-dwelling) animals is human activity, due to deforestation which removes their habitat. Another direct threat comes from illegal hunting. However, an abandoned building (such as an ancient temple) can be reclaimed by nature, so these gibbons need not become extinct – it’s not too late to save them.

### Gibbon bělolící (Nomascus leucogenys)

je jedním z nejhrozenějších primátů světa. Ve volné přírodě se vyskytuje již jen ostrůvkovitě ve stále zelených lesích v severních oblastech Vietnamu a Laosu. Původní se vyskytoval i v jihozápadní Číně, kde už byl vyhuben. Úbytek původního lesa pro ně znamená největší hrozbu. V Červeném seznamu IUCN je veden jako kriticky ohrožený druh. Gibbon bělolící se vyznačuje výraznou pohlavní dvojtvárností. Dospělý samec je černý s bílými licousy, dospělá samice je béžová s bílými a černými znaky na hlavě. Mláďe je po narození zbarvené jako matka, asi po půl roce změní barvu na černou. U dospívajících samic se černá změní opět na béžovou.

### The northern white-cheeked gibbon (Nomascus leucogenys)

is one of the most endangered primate species in the world. In the wild, it only survives in isolated pockets within the forests of northern Vietnam and Laos. Originally there was also a population in south-west China, but it was exterminated. The greatest threat to these gibbons is the loss of their natural forest habitat. They are classified as a critically endangered species on the IUCN Red List. The appearance of northern white-cheeked gibbons differs depending on their sex: adult males are black with white cheeks, while adult females are beige with white and black head markings. Newborns have the same colouration as their mothers, but after about 6 months they turn black. Adolescent females then turn beige once more.

## Wanderu

Stavba nese název, kterým je makak lví označován domorodci. Domorodý název byl přejat i do němčiny či angličtiny. Také v České republice, kde byli tito makaci dříve poměrně běžně chováni, se jim říkalo „wanderáci“. Dnes se však jedná o velice vzácný druh nejen v přírodě, ale také v lidské péči.

Autor /  
**Šárka Nováková,**  
tisková mluvčí Zoologické zahrady  
a botanického parku Ostrava

## Wanderu

The name of this building is the native word for the species in their natural habitat – and it is also used in English, German, and occasionally in Czech too. Today, lion-tailed macaques are very rare, not only in the wild but also in human care.

Author /  
**Šárka Nováková,**  
Press Officer, Ostrava Zoological Garden  
and Botanical Park

### Makak lví (Macaca silenus)

je nejhrozenějším druhem makaka. Obývá poslední zbytky tropického deštného lesa v pohoří Západní gháty (Western Ghats) v jihozápadní Indii. V důsledku kácení lesa jsou od sebe jednotlivé populace izolovány, čímž může docházet k nežádoucímu příbuzenskému křížení a snižování životaschopnosti populací. Ohrožen je i nelegálním lovem. Odhaduje se, že v přírodě žije méně než 2500 dospělých jedinců. V Červeném seznamu IUCN je veden jako ohrožený druh.

### The lion-tailed macaque (Macaca silenus)

is the most endangered macaque species. It lives in the last surviving remnants of the tropical rainforest in the Western Ghats – a mountain range in south-west India. Due to deforestation, the individual populations of these animals have become isolated from each other, and this can lead to inbreeding, which threatens the population’s long-term future. They are also at risk from illegal hunting. It is estimated that there are less than 2500 adult individuals still alive in the world. They are classified as an endangered species on the IUCN Red List.





# Jan Prokeš

Otec zakladatel  
a jeho město

The founding father  
of modern Ostrava





# Jan Prokeš

## Otec zakladatel a jeho město

## The founding father of modern Ostrava

V roce 2023 si připomínáme 150. výročí narození Jana Prokeše, nejvýznamnější osobnosti stojící v čele Moravské Ostravy v období první Československé republiky, ať už jako předseda správní komise města, vládní komisař, a nakonec v letech 1925–1935 jako starosta. U této příležitosti byla vydána kniha Jan Prokeš: Ostrava na cestě k velkoměstu, věnující se nejen jeho životu a politické kariéře, ale také architektuře, která vznikla v době jeho působení ve vedení města, představuje Jana Prokeše jako sběratele výtvarného umění, jednoho z iniciátorů stavby Domu umění a zabývá se i jeho láskou ke knihám. Monografie je dílem kolektivu autorů: Martina Jemelky (Masarykův ústav a Archiv Akademie věd ČR), Radomíra Sedlá (Ostravská univerzita), Gabriely Pelikánové (Galerie výtvarného umění v Ostravě), Romany Rosové a Martina Strakoše (oba z Národního památkového ústavu). Iniciátorkou projektu byla Ilona Rozehnalová, majitelka antikvariátu Fiducia a předsedkyně Okrašlovacího spolku Za Krásnou Ostravu.

Rekonstruovat Prokešův život bylo velmi obtížné vzhledem k tomu, že jeho písemná pozůstalost, uložená v Archivu města Ostravy, je velmi torzovitá. Dochovalo se pouze několik písemností, dopisů, fotografií a dalších dokumentů, které se vejdou do dvou kartonů. Bylo nutno prostudovat dobový tisk a řadu fondů jak v Archivu města Ostravy, tak v dalších paměťových institucích.

Přesto se podařilo odhalit několik nových skutečností. Jeho pozice v sociální demokracii, jejímž byl dlouholetým členem, nebyla tak pevná, jak se dříve předpokládalo. Ve straně si vytvořil poměrně silnou skupinu odpůrců, což se při jeho impulzivní povaze dalo očekávat. Překvapivou skutečností také je, že jeho druhá žena, Němka Isidora Hatwiegrová, byla odsunuta záhy po osvobození v roce 1945, bez jakýchkoli dohledatelných protestů. Přitom šlo o ženu nejvýznamnějšího starosty Moravské Ostravy období první Československé republiky! Víme také, že byl vášnivý hráč karet, a kvůli této zálibě někdy zanedbal i své poslancecké povinnosti (byl členem jak Říšské rady v době Rakousko-Uherska, tak Národního shromáždění republiky Československé).

This year sees the 150th anniversary of the birth of Jan Prokeš, the most prominent political figure in Ostrava during the inter-war period, who represented the city in various capacities culminating in his ten years as mayor from 1925 to 1935. To mark this special occasion, a book has been published, entitled Jan Prokeš: Ostrava's Path to a Metropolis. The book describes Prokeš's life and political career, as well as exploring the architectural legacy left by his time in office, his activities as an art collector (and his role in building Ostrava's House of Art), and his love of books. The monograph is the work of a team of authors: Martin Jemelka (Masaryk Institute, Czech Academy of Sciences Archives), Radomír Sedlá (University of Ostrava), Gabriela Pelikánová (Ostrava Gallery of Fine Arts), Romana Rosová and Martin Strakoš (both from the National Heritage Institute). The project was initiated by Ilona Rozehnalová, the owner of the Fiducia bookstore and the chair of the "Beautiful Ostrava" civic association.

Reconstructing Prokeš's life proved very challenging, as the surviving documents from his estate (held at Ostrava City Archives) are not numerous. The only documents that have been preserved are a number of letters, photographs and papers – all of which fit into just two archive boxes. It was necessary to study historical newspapers and a range of other documents held at the Ostrava City Archives and other institutions.

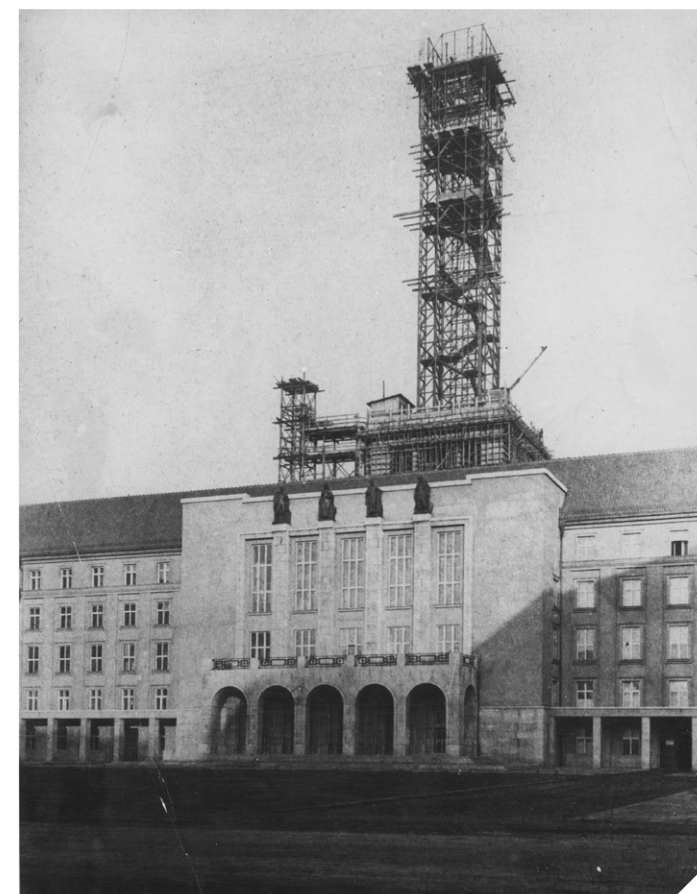
Nevertheless, the authors did make several new discoveries. Although Prokeš was a committed social democrat, his position in the party was not as secure as had previously been assumed. He had a sizeable group of political opponents within his own party – which was only to be expected, in view of his impulsive personality. It is also surprising that his second wife, a German named Isidora Hatwieger, was expelled from Czechoslovakia immediately after the country's liberation in 1945, with no record of any protests against this step – despite the fact that she was the wife of Ostrava's most prominent pre-war mayor!

Přesto zůstává jeho stopa v Ostravě nesmazatelná. Přes odpor opozice a části veřejnosti prosadil stavbu nepřehlédnutelného symbolu Ostravy – Nové radnice, dodnes největšího radničního komplexu v České republice. Každý Ostravan, či návštěvník města by si na Jana Prokeše měl vzpomenout, ať už při návštěvě radnice či bude-li jen procházet kolem...

We also know that Prokeš loved playing cards, a pastime which sometimes led him to neglect his parliamentary duties (he was a member of parliament both under the Austro-Hungarian regime and in the post-1918 independent Czechoslovak state). Nevertheless, he left an indelible mark on his city. Despite strong opposition (from politicians and some sections of the public), he succeeded in completing the construction of Ostrava's New City Hall – still the largest complex of its kind in the country. Worth remembering whenever you next pass this iconic landmark...

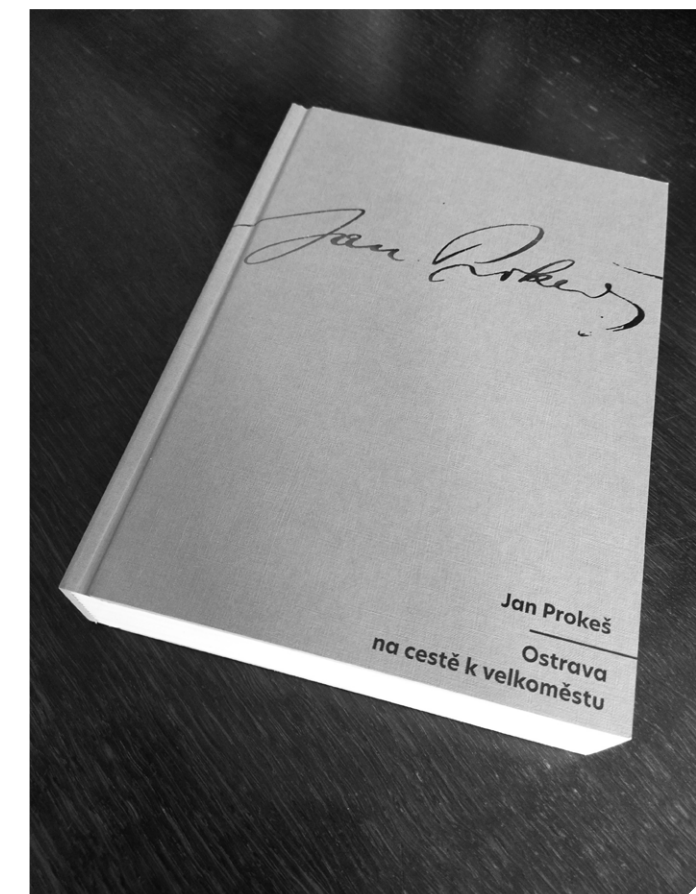
Autor /  
**Martin Juřica,**  
kronikář Archivu města Ostravy

Author /  
**Martin Juřica,**  
chronicler, Ostrava City Archives



Stavba vyhlídkové věže Nové radnice v roce 1930

Construction of the New City Hall viewing tower in 1930



Knihy Jan Prokeš: Ostrava na cestě k velkoměstu

The book Jan Prokeš: Ostrava's Path to a Metropolis

# Kde se pivo pije, tam se dobře žije

## Where the beer is good, life is good!



**Když v září 2012 otvírali Jiří Bajgar a Petr Kmetík na Pavlouskově ulici v Porubě svou hospůdku, nemálo škarohlídů jim věštilo krach. Předpokládali, že Ostraváci nikdy nepřijmou koncept „ochutnávkové“ hospody s většinou neznámými pivy na čepu. Dnes si v Kurnik Šopa Hospodě o víkendu neseďte bez rezervace. To platí taktéž o její přívozské sestře, otevřené roku 2017. V každé se na osmi kohoutech střídají piva od mikropivovarů, malých a středních pivovarů z celé republiky, ba i pivovarů zahraničních. Kudy vedla cesta k úspěchu?**

**V době vašich začátků ostravským hospodám vévodilo několik málo pivních značek. Jak vůbec vznikla myšlenka „dělat to jinak?“**

Petr Kmetík: Mně už zkrátka přestávalo pivo v hospodách chutnat. Zvláště, když jsem zjišťoval, jak mnoho pivovarů a druhů piva existuje. Nebylo kde je vyzkoušet. Protože s Jirkou máme letité zkušenosti z restauračního byznysu, řekli jsme si, že taková piva budeme čepovat právě my. S tím souvisela osvěta, museli jsme vysvětlit, o čem konkrétní druh piva je. Že ho stojí za to zkusit. Každopádně jsme začali dělat, co nás baví. Na vlastním písečku.

Jiří Bajgar: Ačkoliv každý z nás pracovně prošel mnoha podniky, dost věcí jsme se učili za pochodu. Některé zkušenosti nám neměl

**In September 2012, when Jiří Bajgar and Petr Kmetík opened their Kurnik Šopa pub on Pavlouskova Street in Poruba, there were plenty of pessimists who expected the venture to fail. They doubted that Ostrava would ever accept the notion of a “tasting pub”, serving a range of little-known beers. But today, Kurnik Šopa is a huge success – in fact, you’ll need to book in advance if you want to go there at the weekend. The same applies to the Přívoz branch of Kurnik Šopa, opened in 2017. Each of the eight taps hosts a regularly changing selection of beers, showcasing breweries ranging from micro to medium size, from all over the Czech Republic and even abroad. So, what has been the path to Kurnik Šopa’s success?**

**When you first opened, Ostrava’s pubs only served a very few well-known brands of beer. Where did you get the idea to do things differently?**

Petr Kmetík: Quite simply, I stopped enjoying beer in pubs. Especially when I discovered how many breweries and types of beer there were – but there was nowhere to sample them. Jirka and I had many years’ experience in the restaurant business, so we decided that we would serve those kinds of beer. We had to educate people – explaining what a particular style of beer was all about,

kdo předat. Skutečně jsme byli v roli průkopníků. Kurnik Šopa se nám ale také stala záchranou před vyhořením. Já osobně jsem se už neměl kam posunout a zvažoval konec v oboru, který dělám celý život od střední školy. A tohle byla možnost své zkušenosti zúročit ve svém podniku. Myslím, že to bylo jedno z nejlepších rozhodnutí našich životů.)

**Co tehdy vaší snaze říkaly samotné minipivovary? Jaká je s nimi aktuální spolupráce?**

JB: Počátky vypadaly proti dnešku skromněji. Měli jsme jen 3 kohouty z málo známých pivovarů, ale i to tehdy mezi pivaři zapůsobilo jako malá revoluce. Protože jsme chtěli sortiment rozšiřovat, začali jsme do různých pivovarů aktivně jezdit. Po pár letech snažení se situace otočila. Nyní už jsou to samy pivovary, které nás oslovují, že by u nás chtěly mít na čepu svá piva. A že je z čeho vybírat! Za těch jedenáct let vznikla opravdu spousta nových pivovarů a mnoho jich dělá skutečně parádní a velice zajímavá piva, kombinující spoustu druhů chmelů, sladů, kvasinek, varných postupů atd. Výsledkem jsou někdy až neuvěřitelně zajímavé chutě. Ale dokáží uvařit i parádní ležáky samosebou. Dnes je pivo opravdu zábava, když víte kam na něj.

and convincing people that these beers were worth trying. In any case, we began doing what we enjoyed, and we did it in our own way.

Jiří Bajgar: Although we had both worked for various employers, there were many things we had to learn as the business developed. In some aspects, there was simply nobody who had any experience to share with us – we were genuinely in the role of pioneers. But Kurnik Šopa also helped us to avoid burnout. I personally felt I had reached the end of the road, and I was considering abandoning the profession to which I’d devoted my working life since secondary school. Opening Kurnik Šopa gave us the opportunity to apply our experiences in our own business. I think it was one of the best decisions we’ve ever made.)

**How did the small breweries respond to your efforts? And what is your cooperation with them like today?**

JB: In the early stages, everything was on a more modest scale than it is today. We only had three taps, serving beer from little-known breweries, but even that caused something of a revolution among beer-lovers. We wanted to expand our range, so we began actively visiting various breweries. After a few years doing that, the situation turned around: now it’s breweries that contact us and ask us to serve their beer. And there are plenty to choose from – in the eleven years since we opened, many new breweries have

PK: Dnes už piva nemusíme shánět. Máme spoustu nabídek piv různých pivovarů, která odmítneme. S kvalitou by nebyl problém, ale kapacita už nám je neumožňuje přijmout. Disponujeme zachlazeným skladem s omezenou kapacitou. Takže někdy pro piva, která bychom si i přáli mít na čepu, prostě není místo, a když už je, tak nejsou již dostupná.

**Dá se říci, že Kurník Šopa Hospoda je ideální pro pivaře, kteří „píjí pivo jako víno“?**

PK: Absolutně! Naším hostům jsme otevřeli pivní svět a zprostředkovali jim mraky chutí. Nic proti ležákové hořkosti – vždy čepujeme nějaký kvalitní ležák – ale lidé poznali, kolik dalších chuťových požitků v sobě pivo skrývá a jak rozmanité vůbec může být.

JB: Měl jste někdy pivo s chutí gumových medvídků, nebo lehce kyselé s himalájskou solí? Chutí a pivních stylů je celá škála. Hosté je u nás mají ve velké míře možnost poznat. Každopádně oproti minulým létům jde vidět, že lidé se již vyznají a rozumějí pivní kultuře mnohem lépe. Máme z toho radost.

**Netajíte se tím, že Kurník Šopa má komunitní rozměr. Chcete, aby se u vás lidé setkávali, pořádáte výroční oslavy, koncerty, běh, cyklojízdu...**

JB: Tohle všechno vyplynulo po čase. Poté, co jsme viděli, jak jsou naši hosté naladěni, co by se jim líbilo. Protože hospodu do značné míry určují návštěvníci. Vznikl tu krásný okruh zajímavých lidí, kterým je tady příjemně. Vždy zdůrazňuji, že chceme dělat HOSPODU. A ta není jen o konzumaci. Jde o kamarátskou atmosféru, kterou tvoří z nemalé části personál, útulné prostředí, hudba a žádná televize, což vyplývá i z našeho loga :)

been established, and many of them are making truly wonderful and fascinating beers, combining various types of hops, malts, yeasts, brewing processes, and so on. This has created flavours that can be incredibly interesting – but they are also capable of brewing wonderful traditional lagers. Today, beer is great fun, if you know where to drink it.

PK: Nowadays we no longer need to go out and find beers. We get a lot of offers from various breweries that we have to turn down. The quality isn't the problem; we simply don't have the capacity to handle so many different beers. We have a chilled store, and it has a limited capacity. So sometimes there's just no space for us to serve beers that we'd really like to serve – and if we do have the space, the beer is not always available.

**Is it fair to say that Kurník Šopa is ideal for beer-lovers who “drink beer like wine”?**

PK: Absolutely! We open up a world of beer to our guests, offering them a plethora of flavours. We have nothing against classic lager – we always have an excellent lager on tap – but people have realized just how diverse the beer world is, with such a wide array of taste experiences.

JB: Have you ever tasted a beer with the flavour of gummy bears, or slightly sour beer with Himalayan salt? There exists a huge range of flavours and beer styles, and our guests can sample a large part of that range. Certainly, compared with the past, people today have developed a much greater awareness and knowledge of beer culture. We're delighted about that.

**You make no secret of the fact that Kurník Šopa plays a role in the community. You want people to meet there, you hold concerts, parties, running events, cycle rides...**

JB: All that emerged over the course of time, once we could see what our guests were like, what they would enjoy. After all, the guests play an important role in determining what a pub is like. Our guests



**Své podnikání vnímáte rovněž coby pivní osvětu. Mění se podle vás v Ostravě situace k lepšímu?**

PK: Rozhodně. Ze začátku lidé netušili, co znamená IPA, APA, Rauchbier a podobně. Stálo nás to hodně trpělivého vysvětlování. Mnohdy lidé kroutili radostně hlavou, když ochutnali své první svrchně kvašené pivo, kdy do té doby znali jen uniformní ležáky velkých pivovarů. Dnes již není problém najít hospodu, kde ochutnáš jiné druhy než jen ležáky. Na kohoutech se objevují různé speciály nejen z minipivovarů. Rapidně se zlepšila dostupnost netradičních chmelů, přibývá firem, které vozí suroviny nebo prodávají technologie. Zásadní je pochopitelně stálý rozmach minipivovarů.

JB: Zlepšení vidíme na první pohled, i když jsem se před těmi lety domníval, že hospod našeho typu bude více. My setrváváme v nastoupené cestě a zároveň každému novému podniku přejeme jen to dobré. Nevedeme konkurenční boj. Pro dobré hospody je v Ostravě vždy místa dost.

form a really interesting community of people who enjoy coming here. We always emphasize that we want to create A PUB – which is not only a place for drinking. It's also about creating a friendly atmosphere, including the staff, as well as a cosy ambience, good music, and no TV – as you can see in our logo :)

**You also see your business as a form of beer education. Is the beer scene in Ostrava changing for the better?**

PK: Definitely. In the early days, people had no idea about IPA, APA, Rauchbier and so on – so it took a lot of patient explanation on our part. People often expressed amazement and delight when they first tasted a top-fermented beer, having previously only encountered the uniform lagers made by the big breweries. Nowadays, it's no longer a problem to find a pub serving other beers besides just lager, with various guest beers from breweries of all sizes. There's been a rapid improvement in the availability of non-traditional hop varieties, and more and more companies are importing ingredients or equipment. Naturally, a key factor is the ongoing boom in small breweries.

JB: You can see the improvements at first sight – though when we started, I thought that more pubs like us would emerge. We're going to continue along the same path, and we also wish all the best to any new pub that opens. We're not interested in destroying competitors – there'll always be a place for good pubs in Ostrava.

Autor /  
**Marek Skřípský,**  
redaktor Magistrátu města Ostravy, spisovatel

Author /  
**Marek Skřípský,**  
editor at Ostrava City Authority, writer

# Jak chutná OSTRAVA!!!

# How tasty OSTRAVA!!!



**Lukáš Hejlík**

Herec a foodblogger  
Actor and food blogger



## HOSPODSKÁ KLASIKA V OSTRAVSKÝCH KULISÁCH

### CLASSIC PUB FOOD WITH AN OSTRAVA BACKDROP

#### Sbeerka

Hlavní tř. 39, Ostrava-Poruba  
sbeerka.cz

V ostravské Porubě najdete moc povedený koncept, který stojí na řemeslném pivu a skvělém jídle. Vaří věci, které si chcete k pivu nebo po pivě dát. Hezký, moderní interiér vám napovídá, že to nebude zasmrádlá ležácká paluša, na čepu je opravdu pestrá sbeerka pivních stylů z několika pivovarů Česka.

Pro vaši představu to může být třeba IPA z Kamenice nad Lipou, Pale Ale od Mazáka, ale nebojte, je tu i jedenáctka od pivovaru Morava z Frýdku-Místku nebo Plzeňský Prazdroj. V zimě určitě nebude chybět Stout nebo Bock.

Doted' vzpomínáme na ty hovězí krokety s jalapeños, pravda, to byl pak splávek. Božsky s pivem fungují i našlehané tvarůžky, opět to nakopává chilli, uzemňuje rozpečený chleba. Vážení, co si tu však musíte dát, je kulajda, ta patří dobře do naší top desítky z celého Česka. Restované bramborové rizole, stejně tak žampiony, přesně trefené vejce, koprový olej, to je prostě mana.

Kdybyste měli velký hlad, můžete kulajdu přetáhnout na koprovku s lehkým bílkovým knedlíkem, ať už je opět s vejcem na 63 stupňů nebo trhaným hovězím. Pak už je to taková ta klasika, pivovarský guláš, burger, líčka žebra, kachní prso nebo steak.

#### Sbeerka

Hlavní tř. 39, Ostrava-Poruba  
sbeerka.cz

In Ostrava's Poruba district you'll find a really great concept based on craft beer and superb food. They serve things that go brilliantly with beer (or after a beer). The smart modern interior clearly signals that this is no grubby old-style pub: they offer a really varied range of beer styles from several Czech breweries.

To give you an idea, you can try an IPA from Kamenice nad Lipou or a pale ale from the Mazák brewery – but don't worry if you fancy a more classic Czech style, because you can enjoy an 11° lager from the Morava brewery in Frýdek-Místek or a Pilsner Urquell too. The winter range also includes stout and bock.

We still remember the beef croquettes with jalapeños – washed down with plenty of beer, of course. Another classic beer accompaniment is the whipped tvarůžky cheese with an extra chili kick, brought down to earth by toasted bread. And of course there's the traditional creamy mushroom soup called kulajda – one of our top ten anywhere in Czechia. Fried potato rissoles, mushrooms, eggs done just right, dill oil – it's manna from heaven.

If you have a really big appetite, you can choose a version of the kulajda as a dill sauce with a light egg-white dumpling, with eggs done at 63° or pulled beef. And then there are the true classics – beer goulash, burgers, cheeks, ribs, duck breasts or steaks.





## Harenda

Pod Lanekem 68, Ostrava-Petřkovice  
harenda.cz

Landek park vůbec stojí za návštěvu, ale ať už se do hornického muzea v Ostravě vydáte nebo ne, zajděte si do Harendy. Málokterá hospoda sází tradiční českou kuchyni na talíře v tak pěkném moderním provedení.

Za podnikem stojí dva kamarádi, Honza Navrátil a šéfkuchař Adam Cakl. Ti si otevřeli restauraci v prostorách bývalé hornické kantýny. Menu tu nazývají doslova aktuální a přesně to naznačuje jeho časté obměny. Téměř vždy tam ale najdete telecí capaccio, krásně ho tu dohrává opražený pražený ořech, majonéza a celé to nakopává křen.

Tady ještě žádné stopy české tradiční kuchyně nenajdete, ale my dodnes vzpomínáme na králíka, který byl natrhaný v nádherně kynutém knedlíku, který byl zvrchu ještě osmažený, to celé přelité báječnou paprikovou omáčkou se zakysankou.

Nevíme, co na kartě najdete vy, ale pokud to bude česnekačka se sýrem, vejcem a uzeným, opět v provedení, že vám vybuchne Instagram nebo třeba smažené kuře v buchtě s blaťáckým zlatem a miso zeleninou, potěší to všechny vaše smysly. Vlastně vám doporučujeme jakékoliv jídlo s omáčkou. K tomu všem hezky čepované pivo, jakkoliv zůstávají jen u ležáku, nebo domácí limonáda.

Brno je město, kde vřou gastronomické trendy, ale takovou restauraci nemá. Praha má Výčep na Korunní, kde vaří Jiří Hrachový z Frenštátu. Ale Ostrava má Harendu. Už teď se těšíme zpět.



## Harenda

Pod Lanekem 68, Ostrava-Petřkovice  
harenda.cz

Landek Park is a great destination, but whether or not you choose to visit the mining museum there, you should certainly try out the Harenda restaurant. There are not many places that serve up such a delightful modern take on Czech classic dishes.

Harenda is the creation of two friends – Honza Navrátil and the head chef Adam Cakl. It was their idea to open a restaurant in the building of a former miners' canteen. They describe the menu as up-to-date, and it changes frequently to keep up with trends. But you'll almost always find veal carpaccio, wonderfully accompanied by roasted nuts and mayonnaise, with an extra kick of horseradish.

It's true there's no hint of traditional Czech cuisine in that dish – but we still remember a wonderful dish of raised-dough dumplings stuffed with pulled rabbit, pan-fried on one side and coated with a wonderful soured cream and paprika sauce.

We don't know what you'll find on the menu, but if it's garlic soup with cheese, egg and bacon (guaranteed to be an Instagram hit) or fried chicken in a bun with cheese and miso vegetables, then it will be an absolute delight for your taste-buds. Actually, we recommend any dish with a sauce. Accompanied by wonderful draught beer (even though they only offer lager) or home-made lemonade.

Brno is a city that sets gastronomic trends, but it doesn't have a restaurant like this. Prague has the Výčep restaurant on Korunní Street, where the chef is Jiří Hrachový from Frenštát. But Ostrava has the Harenda – and we're already looking forward to our next visit.



hudba / music

Moravskoslezská metropole  
hraje všemi tóny

Ostrava – all the colours  
of the musical rainbow



# Moravskoslezská metropole hraje všemi tóny

## Ostrava – all the colours of the musical rainbow

Říkalo se jí „ocelové srdce“ republiky a z barev na ní zbyla „černá“. To už dávno neplatí. Ostrava dostala i jiné přezdívky, protože se stala městem kultury a sportu. Je přezdívána coby „klavírní líheň“, Ostravsko je totiž rodným krajem plejády skvělých klavíristů jako Ivo Kahánek, Martin Kasík, či Nikol Bóková. Mnozí ji považují za „divadelní velmoc“, vždyť divadelní scéna Ostravy je fenoménem srovnatelným z českých měst pouze s Prahou.



Moravskoslezský kraj určuje po desetiletí tempo i populární hudbě. Asi nepotkáte nikoho, kdo by neznal Richarda Krajčera, Jaromíra Nohavici, Mirai, Davida Stypku, Tomáše Kluse nebo Ewu Farnou. O nových talentech jako jsou Nika a Moonshye brzy uslyšíte mnohem víc. Zveme vás na prohlídku po hudebních tisech, které můžete v Ostravě během celého roku navštívit.

Máte-li rádi klasickou hudbu, neprohloupíte návštěvou koncertů Janáčkovy filharmonie Ostrava. Tento špičkový orchestr je v novém tisíciletí jedním z horkých magnetů, který přitahuje umělce jako Tata Bojs, Hradišťan, Michal Hrůza, Tomáš Klus a další jména českého showbyznysu. Ostravské filharmoniky čeká výstavba reprezentativní koncertní haly, která pozvedne prestiž města na světovou úroveň.

O klasickou hudbu dále pečují Mezinárodní hudební festival Leoše Janáčka, kde je možné navštívit koncerty špičkových zahraničních interpretů. Srovnatelnou kvalitu nabízí na podzim zážitkový Svatováclavský hudební festival, který přináší pro změnu do kostelů a chrámů pestrou komorní, instrumentální a orchestrální hudbu. Během letních měsíců probíhají na střídačku festivaly Nové dny ostravské opery a Ostravské dny. Ostrava je městem patriotů, hrdých na svou vlastní kulturu; svědčí o tom stále lákavější program festivalu Hudební současnost.

Ostrava used to be known as the “steel heart” of the country, and it was often called a “black” city thanks to its coal mining tradition. Nowadays, neither of these descriptions is true. Ostrava is now known as a city of culture and sport. As the hometown of pianists such as Kahánek, Martin Kasík and Nikol Bóková, it has been dubbed “a piano hotbed”. Sometimes it is described as “a theatrical powerhouse”, as its theatres can rival those of Prague.

For decades, Ostrava and the entire Moravian-Silesian Region has also been a hotbed of popular music: much-loved Czech performers from the area include Richard Krajčo, Jaromír Nohavica, Mirai, David Stypka, Tomáš Klus and Ewa Farna, and emerging talents such as Nika and Moonshye are certainly names to watch. So we’ve decided to give you a few tips for musical experiences that you can enjoy in Ostrava all year round.

Lovers of classical music shouldn’t miss a concert by Ostrava’s very own Janáček Philharmonic Orchestra – a renowned ensemble that also attracts artists such as Tata Bojs, Hradišťan, Michal Hrůza, Tomáš Klus and other big names in Czech showbusiness. The planned new concert hall will be a world-class venue for the orchestra, and it will put Ostrava on the global map as a vibrant cultural hub.

The Leoš Janáček International Music Festival is an annual event that features concerts by a range of top international performers.



Every autumn, Ostrava hosts the St. Wenceslas Music Festival, which presents a rich palette of orchestral, instrumental and chamber music in churches and cathedrals. In the summer, contemporary music-lovers can enjoy the festivals New Opera Days Ostrava and Ostrava Days. The city’s Music of Today festival is a relatively young event that showcases Ostrava’s own talented composers.



Zmínili jsme Ostravu a její populární hudbu. Umělce odevšad je možné spatřit a různých adresách. K těm nejzásadnějším patří kluby Parník, Barrák, Hudební bazar, Heligonka, Akord, Poklad a Rock Hill. Existuje celá řada dalších, jako třeba Kulturní centrum Provoz, tradiční řecká taverna Agiu Georgiu na Zámku Poruba a mnoho dalších. Populární hudbě se věnují různé hudební festivaly. Královnou mezi nimi je Colours of Ostrava. Festival patří k nejprestižnějším a největším hudebním přehlídkám na světě. Jeho elektronickým a tanečním dvojčetem je neméně vyhlášený Beats for Love, který jen v letošním roce navštívilo přes 40 tisíc diváků.

Ani skromnější festivaly není nutno podceňovat. K nejpestřejším patří Michalfest v poutavém industriálním areálu Dolu Michal a Štěrkovna Open Music poblíž hlčínského jezera. Ostravsko je také líhňí rockové, metalové i folkové muziky. Tvrdší žánry je možné slyšet na festivalu Ostrava v plamenech. Folkovou a popovou hudbu sklízí festival Hudební žně v Porubě a jazzovou reprezentuje Jazz Open na Slezskoostravském hradu. Ostrava je zkrátka město nepřeborných možností. Stačí pouze přijmout výzvu, inspirovat se a zážitek vás nemine!

Autor /  
**Milan Bátor**  
Kulturní publicista, kytarista a pedagog

As a renowned centre of popular music, Ostrava also offers a wide range of exciting venues – including several legendary clubs (Parník, Barrák, Hudební bazar, Heligonka, Akord, Poklad and Rock Hill). Other popular venues include the Provoz cultural centre, the traditional Greek taverna Agiu Georgiu at the chateau in Poruba, and more. Naturally, the city hosts several popular music festivals – and the undisputed queen among them is Colours of Ostrava, one of the world’s largest and most renowned multi-genre music festivals. A twin event focusing on electronic dance music is Beats for Love, which this year attracted over 40 000 visitors.

It’s also worthwhile taking in some of Ostrava’s smaller festivals – including Michalfest (set in the unique industrial surroundings of a former coal mine), and Štěrkovna Open Music (held next to a large lake in the nearby town of Hlučín). For more hard-core sounds, try out the festival Ostrava in Flames. For folk and pop, you can enjoy Music Harvest in Poruba, while the Jazz Open at the castle in Slezská Ostrava is a great showcase for jazz talents. In short, Ostrava offers an amazing diversity of musical experiences, with something for every taste. Just accept the challenge, and you’re sure to enjoy an unforgettable experience!

Author /  
**Milan Bátor**  
Cultural journalist, guitarist and teacher







**V roce 2024 uplyne dvě stě let od narození českého hudebního skladatele Bedřicha Smetany (1824–1884) a zároveň sto čtyřicet let od jeho úmrtí. Národní divadlo moravskoslezské ve spolupráci s Janáčkovou filharmonií Ostrava připomene obě výročí kompletním uvedením všech osmi dokončených oper velikána české hudby ve dvou časových blocích v březnu a květnu 2024. Jsme tak jediný operní dům na světě, který v Roce české hudby uvede kompletní operní dílo Bedřicha Smetany ve vlastním nastudování.**

**Next year will mark the 200th anniversary of the birth of the Czech composer Bedřich Smetana (1824–1884), as well as 140 years since his death. The National Moravian-Silesian Theatre (in conjunction with the Janáček Philharmonic Orchestra) is commemorating both milestones by performing all eight of Smetana's completed operas, grouped into two separate blocks in March and May 2024. We are the only opera house in the world that will present its own productions of all eight Smetana operas in 2024 – which has been declared the Year of Czech Music.**

## **Rok české hudby 2024: Přijedte do Ostravy na všech osm oper Bedřicha Smetany**

### **2024: The Year of Czech Music Come to Ostrava and Enjoy all Eight of Smetana's Operas**

Pro svou skladatelskou, dirigentskou a také organizační činnost patří Bedřich Smetana k zakladatelům moderní české hudby. Jako kapelník Prozatímního divadla (dnešní terminologií umělecký šéf opery) svou systematickou prací v letech 1866–1874 položil základy budoucího souboru opery Národního divadla – prvního českého stálého operního souboru. V roce 1874 musel svou práci opustit – onemocněl a následně ohluchnul. Komponovat však nepřestal. V tomto období složil tři opery, dva smyčcové kvartety či dvě houslová dua *Z domoviny*, a především cyklus symfonických básní *Má vlast*.

Operní tvorba patří k hlavním pilířům pozoruhodného Smetanova díla. Dokončil celkem osm oper a všechny jsou zralými a svou dramaturgií originálními díly. Každé přitom představuje jiný hudebně-dramatický svět. Není ve světové literatuře tolik skladatelů, jejichž poměrně rozsáhlé operní dílo lze takto uvádět celé – jako rovnocenné kompozice, byť je každý titul žánrově jiný.

Ostravská opera poprvé uvedla celý cyklus Smetanových oper v roce 1924 – v šestém roce existence NDM, poté v roce 1956 a naposledy v roce 1984. To byl rok, v němž cyklus oper Bedřicha Smetany uvedlo také pražské Národní divadlo. Od té doby se o něj ale nepokusil žádný operní dům u nás ani ve světě. Po roce 1989 se Smetanovy opery z repertoáru našich divadel vytratily a objevují se velmi sporadicky.

Dramaturgie opery Národního divadla moravskoslezského se rozhodla zmíněný stav tímto projektem zásadně změnit. Od roku 2014 do roku 2024 v Ostravě dáváme systematickou příležitost zaznít v nových nastudováních všem osmi dokončeným operám Bedřicha Smetany. V průběhu sezóny 2023/2024 je pak budeme jednotlivě prezentovat a v kontextu Smetanovského operního cyklu a souborně uvedeme s ohledem na obě skladatelova výročí –

Bedřich Smetana was a leading composer, conductor and cultural organizer, and he is considered one of the founding fathers of modern Czech music. From 1866–1874 he was what would nowadays be called the artistic director of the Provisional Theatre, where he laid the foundations for what later became the Czech National Theatre's opera company – the first permanent Czech operatic ensemble. In 1874 he had to leave the job, as serious illness had made him deaf. But he continued to compose; in this period of his life he wrote three operas, two string quartets, two violin duos (*From the Homeland*), and above all the cycle of symphonic poems *My Country*.



Operas were an important element in Smetana's oeuvre. He completed eight operas in total, all of them mature and original works yet each inhabiting a distinctively different musical and dramatic world. There are very few composers in the history of music whose entire operatic oeuvre can be presented in its entirety – each opera with its own distinct value, and each representing a different genre.

The first performance of all eight works at Ostrava's opera house was in 1924, the sixth year of the National Moravian-Silesian Theatre's existence. The next full performance of the cycle was in 1956, and the most recent was in 1984 – a year when the Prague National Theatre also performed all eight operas. Since then, no opera house anywhere in the world has presented the entire cycle in its entirety – and after 1989 Smetana's operas largely disappeared from Czech opera companies' repertoires, with only sporadic exceptions.

Around ten years ago, the National Moravian-Silesian Theatre decided to rectify this situation, and since 2014 (up to 2024) we have been giving audiences the opportunity to enjoy all eight of Smetana's completed operas. During the 2023/2024 season

narození 2. března a úmrtí 12. května. Poprvé od 2. do 10. března a podruhé od 4. do 12. května 2024. Slavnostní Libuše pak nebude repertoárovou záležitostí a zazní pouze dvakrát vždy v závěru každého z bloků v koncertní podobě v provedení Janáčkovy filharmonie Ostrava, sólistů a Pražského filharmonického sboru.

Cílem Smetanovského operního cyklu Ostrava 2024 je tedy i vznik inscenací, které nabízejí současný divadelní pohled na Smetanovu operní tvorbu; pohled prodechnutý fantazií, vědomím souvislostí a plným respektem ke Smetanovu dílu, k jeho bohatému vnitřnímu světu a jeho hudbě. Pro svou interpretační náročnost cyklus poskytuje možnost růstu nové generaci interpretů skladatelových oper. V neposlední řadě je ambicí opět přiblížit celé Smetanovo operní dílo současným



divákům nejen tuzemským, ale i zahraničním. Jde o mimořádnou příležitost poznat všechny Smetanovy opery najednou a v krátkém časovém rozestupu.

Vstupenky lze zakoupit na oba cykly již nyní na [www.ndm.cz](http://www.ndm.cz)  
Další informace pro zájemce ze zahraničí: mgr. Soňa Zapletalová  
([sona.zapletalova@ndm.cz](mailto:sona.zapletalova@ndm.cz))

Autor /  
**Jiří Nekvasil,**  
ředitel Národního divadla moravskoslezského

we will present them first individually, and then as a complete set, timed to mark the anniversary of the composer's birth (2 March) and death (12 May). The first block of performances will take place from 2 to 10 March, and the second block is from 4 to 12 May. The festival opera Libuše will not form part of the standard repertoire; it will only be performed twice, once at the end of each block, as a concert performance by the Janáček Philharmonic, soloists, and the Prague Philharmonic Choir.

One aim of the Smetana opera cycle in 2024 is to create fresh productions that reflect current theatrical approaches to Smetana's operas – powerfully imaginative yet also respecting the historical context of the composer's work, his rich inner life and his distinctive musical personality. The operas present a major



challenge to performers, and they will help a new generation to grow artistically. Last but certainly not least, our ambition is to open up the world of Smetana's operas to contemporary audiences, both in the Czech Republic and abroad. The cycle represents a unique opportunity to enjoy all eight of Smetana's operas within a very short timeframe.

Tickets for both parts of the cycle are already on sale at [www.ndm.cz](http://www.ndm.cz)  
More information for international audiences is available from Soňa Zapletalová ([sona.zapletalova@ndm.cz](mailto:sona.zapletalova@ndm.cz))

Author /  
**Jiří Nekvasil,**  
Director of the National Moravian-Silesian Theatre



# PLATO

Městská galerie současného umění  
City Gallery of Contemporary Art



[www.plato-ostrava.cz](http://www.plato-ostrava.cz)



# Hokejový šampionát míří zpět do Ostravy

# Ice Hockey World Championship returns to Ostrava

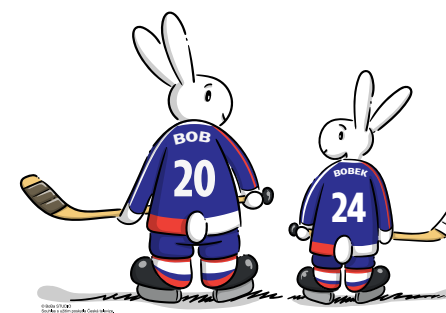


Mistrovství světa IIHF v ledním hokeji se po devíti letech vrací do České republiky. Nejlepší hokejisté světa si o medaile zahrají od 10. do 26. května 2024 v Praze a Ostravě. Ve skupině B, ve které se bude bojovat o postup do play-off v moravskoslezské metropoli, se představí týmy z USA, Švédska, Německa, Slovenska, Francie, Kazachstánu, Polska a hrdinové posledního šampionátu – bronzoví Lotyši.

Organizátoři by se rádi přiblížili rekordní návštěvnosti z roku 2015. *“Přejeme si zaplnit obě haly na všechna utkání, proto vstupenky opět nabízneme co nejširšímu hokejovému publiku. Divákům chceme poskytnout maximální hokejový zážitek,”* říká prezident ostravského organizačního výboru Aleš Pavlík. Prodej vstupenek odstartuje 10. října v 10 hodin. Kromě hokejových utkání se pořadatelé chtějí zaměřit také na zprostředkování zážitku díky show a doprovodného programu pro fanoušky ve fanzónách, které budou v bezprostřední blízkosti arén.

The IIHF Ice Hockey World Championship will return to the Czech Republic in 2024 after a nine-year absence. The world's top international hockey teams will compete in the host cities Prague and Ostrava from 10–26 May. Ostrava will be the venue for the games in Group A, which will feature the USA, Sweden, Germany, Slovakia, France, Kazakhstan, Poland, and Latvia – the bronze-winning heroes from the 2023 World Championship.

The organizers are keen to come close to the attendance record set in 2015, as the head of the Ostrava organizing committee Aleš Pavlík explained: *“We want both arenas to be full for all the games, so once again we'll be offering tickets to the widest possible range of hockey fans – and we're sure they'll enjoy an unforgettable experience.”* Tickets will go on sale from 10 October, 10:00 CET. Besides the games themselves, the organizers will also be focusing on various events and accompanying activities at the fan zones that will be located next to the arenas.





# SRDCE DĚLÁ HRY

MISTROVSTVÍ SVĚTA IIHF  
V LEDNÍM HOKEJI 2024

10-26/5



  @MSLIIHF2024  
2024.IIHFWORLDS.COM

Governed by  Official Main Sponsor 



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