

# Relax



„**Divadlo je manžel a film milenec**  
Andrea Daňková o tom, co ji přivedlo k herectví  
a jaké role má nejraději

ČTĚTE  
na straně 33

SOBOTA 10. LEDNA A NEDĚLE 11. LEDNA 2015

LIDOVÉ NOVINY



Dříve vycházky s kočárkem do parku patřily výhradně ženám. Role pečovatelské o děti se ale stále častěji ujímají muži. Pokud je tedy matky do svého teritoria pustí.

FOTO SHUTTERSTOCK



MARIE  
VEJVODOVÁ  
redaktorka LN

## Sexy táta

Přebalují, broukají ukolébavky, dětem dávají najevo lásku a city, pyšně vystavují své fotografie s potomky na internetu. Moderní muži se za roli aktivního a pečujícího otce nestydí. Naopak. Jsou si velmi dobře vědomi **otcovské exkluzivity**. Nezřídka je totiž okolí považuje za hrdiny, a navíc na ně letí ženy.

Miminko zavěšené v šátku na hrudi, za ruku malou dcerku s potiskem „I Love My Daddy“ na tričku, hrdý výraz ve tváři. Vychutnávají si obdivné pohledy okolí a sebevědomě sdělují světu: Já jsem táta. Kdo si myslí, že muž, který se zapojuje do péče o dítě a domácnost, je výstřední exot nebo zženštlá citlivka, zastává dnes již menšinový názor. Být mužem 21. století čím dál tím víc znamená být i aktivním otcem.

### Taktika pro lov

Podle průzkumu Táta na plný úvazek organizace Liga otevřených mužů z loňského roku jsou pro šedesát pět procent dotázaných mužů na rodičovské normální chlapi, dalších třicet procent je považuje dokonce za frajery. Dobrou pověst aktivním otcům dělají i mnohé známé osobnosti. Pobytím s dítětem v domácnosti se nijak netají například ekonom Tomáš Sedláček, herec Jan Dolanský nebo ředitel Vodafonu ČR Filip Hrubý.

Na veřejnosti se se svými ratolestmi pyšní i takové symboly mužnosti jako Brad Pitt, Johnny Depp nebo fotbalista David Beckham a ženy se při pohledu na drsné svalnaté muže, kteří k tělu vinou malého človíčka, jen rozplývají. Například herec Matthew McConaughey, jenž byl americkým magazínem People vyhlášen za nejvíce sexy muže planety

roku 2005, sebevědomě prohlásil, že titul určitě vydobude znovu, jakmile ho lidé uvidí s jeho čerstvě narozeným potomkem.

Muži jsou si oné otcovské exkluzivity velmi dobře vědomi a nezřídka ji využívají jako svoji tajnou zbraň při „lovu“ partnerek. Na internetových seznamkách na svých osobních profilech vystavují na odív fotografie, na kterých se zářivým úsměvem chovají batolata, a to i přesto, že mnohdy děti nejsou ani jejich vlastní.

„Je to taktika mužů, jak ženu upoutat na první pohled,“ vysvětluje Veronika Vinterová ze seznamovací agentury Náhoda. „Stoupnou v ceně, protože ženě, která hledá životního partnera, tímto způsobem ukazují, že mají smysl pro rodinu a nebojí se projevit emoce.“ Z požadavků klientek agentury Náhoda vyplývá, že vysněným mužem je pro ně cha-

rismatický džentlmen, který se dokáže postarat o rodinu.

Podle Vinterové sice ženy stále dají na tradiční hodnoty a ve svém partnerovi hledají oporu i „chlapáctví“, to ale rodinné citění nevyklučuje. „Muži, stejně jako ženy, dnes v životě zastávají více rolí. V práci jsou to průbojní vůdci, doma citliví a pečující ochránci,“ říká Vinterová. „Ten, který tohle dokáže skloubit dohromady, je vnímán jako alfa samec a u žen má vyhráno.“

### Tři generace – a každá jiná

Dnešní otcovství už zdaleka není to, co bývalo. A dlužno říci, že v dobrém slova smyslu. Za dob dědečků dnešních otců by bylo přímo faux pas, když by byli na veřejnosti spatřeni, jak po chodníku tlačí kočárek. Otcové, kteří děti vychovávali za komunismu, se sice setkali se štedrou podporou rodi-

V rámci rodiny se mohou potkat i tři generace mužů – dědečkové, synové a vnuci, z nichž každý má docela jinou rodičovskou zkušenost i přístup. Od současných otců je vyžadováno něco, co u svých mužských předků nikdy neviděli.



ny, prodloužila se mateřská dovolená a zvýšil rodičovský příspěvek. Většina výhod byla ale adresována ženám a od mužů se větší zapojení do péče o dítě a domácnost vůbec neočekávalo. Rodinu zakládali ve velmi nízkém věku, třeba i kolem dvaceti let, někdy dokonce ještě před nástupem do základní vojenské služby. Nebylo proto výjimkou, že mladí tátové první léta potomků vůbec nezažili. Požadavky na dnešní otce už jsou však docela jiné a nevěřicně se na ně dívá naopak v případech, když se rodinného života straní.

V rámci jedné rodiny se mohou potkat i tři generace mužů – dědečkové, synové a vnuci, z nichž každý má docela jinou rodičovskou zkušenost i přístup. Od současných otců je tedy vyžadováno něco, co u svých příbuzných nikdy neviděli.

„Při výběru partnera a zakládá-

ni vlastní rodiny buď kopírujeme model, který známe z domova, anebo se snažíme dělat pravý opak,“ popisuje běžné situace Vinterová.

Jinými slovy: mnozí muži jsou na sebe pyšní, když nejdou ve stopách svého otce, kterého v dětství skoro neviděli, protože se vracel z práce, když už oni dávno spali, anebo o rodinu nejevil příliš velký zájem. Dnes už je běžné, že je to právě táta, který vezme novorozence do náručí jako první, ještě dříve než matka. Pokud u porodu nebyl, musí skoro obhajovat proč.

### Starší a zralejší

Na aktivnější zapojení otců do rodinného života má mimo jiné vliv i jejich věk, který je dnes výrazně vyšší, než tomu bylo před pětadvaceti lety. V roce 1989 se podle údajů Českého statistického úřadu skoro třetina mužů stala tátou mezi dvaceti a čtyřiatřiceti lety, v 2013 už to bylo jen jedno procento. Nejvíce prvorozených dětí se předloni narodilo otcům ve věku mezi třiceti až čtyřiatřiceti lety, druhá v pořadí byla skupina třicetipětí- až třicetidviletých. Ve chvíli, kdy se dnes muži narodí dítě, je mnohem vyzralejší a na rodičovství se cítí připraven.

Pavel Nevřala, který se do aktivní tátovské role dostal až jako čtyřiatník, to potvrzuje: „S mou první rodinou jsem doma příliš nebyl. Hodně jsem se soustředil na kariéru a léta, kdy děti vyrůstaly, mi utekla mezi prsty.“ Podruhé už prý stejnou chybu udělat nechtěl. „Přehodnotil jsem priority a postavil rodinu na první místo.“ Se svým synem z druhého manželství strávil na rodičovské dovolené dva roky.

Pokračování na straně 32

## Sexy táta

Dokončení ze strany 31

Zájem o rodičovskou mezi muži roste. Nechtějí přijít o příležitost vybudovat si s dítětem úzký vztah: dvanáct procent dotázaných mužů by chtělo jít na rodičovskou dovolenou, pokud by se jim narodilo dítě, a osmdesát procent by o této možnosti alespoň uvažovalo. U úvah ale většinou také zůstane. V praxi jdou na rodičovskou jen necelá dvě procenta českých mužů. „Na vině je stát. Jsme jedna jen z šesti zemí západní Evropy, které neprosazují podporu aktivního otcovství,“ vysvětluje nízký počet mužů na rodičovské Lukáš Talpa z Ligy otevřených mužů. Na Islandu nebo v Norsku rodičovský příspěvek čerpá až devadesát procent mužů. Aktivní otcovství ale prosazuje třeba i Slovinsko, kde je určena otcovská dovolená na dvanáct týdnů a využívá ji přes sedmdesát procent z nich. „Když se otců ptáme, proč nechtějí jít na rodičovskou, důvodem jsou vždycky peníze,“ představuje překážky Talpa, který si sám rodičovskou na čtvrt roku vyzkoušel. Pokud s dítětem zůstane doma muž, rodina si většinou finančně pohorší. Podle výzkumu Platy.cz je průměrný rozdíl mezi mužskou a ženskou mzdou kolem šesti tisíc korun, někdy ale dosahuje až dvaceti pěti procent v neprospěch žen.

### Občas si také zašlšíáme

Na rodičovskou dnes tedy muž jde v podstatě jen v případě, že si to rodina může dovolit. Podporu zatím poskytují jen jednotliví zaměstnavatelé, benefitům pro otce jsou nakloněny zejména velké a nadnárodní společnosti. Stále častěji si totiž všimají, že si muži berou neplacené volno nebo klasickou dovolenou právě proto, aby mohli trávit čas s rodinou. Podle odborníků a z osobních zkušeností přináší pobyt otců na rodičovské dovolené mnohé výhody. Nejen že si muž vytvoří silné pouto se svým potomkem, ale také se naučí, jak rodina funguje, utuží se i vztahy mezi partnery. „Máme tendenci si myslet, že ten druhý to má jednodušší. Nyní se ale se ženou dokážeme navzájem lépe pochopit. Zjistil jsem, že rodičovská ve skutečnosti není žádná dovolená, ale těžká práce. Manželka si zase vyzkoušela, jaké to je, být živitelka rodiny,“ popisuje pozitivní zkušenosti Nevřala.

Paradoxně ale nastupu otců na rodičovskou mnohdy brání samy ženy. Průzkumy organizace Ligy otevřených mužů přinesly výsledek, že šedesát šest procent dotázaných žen si nepřeje, aby muž na rodičovskou dovolenou vůbec šel. „Často od mužů slyšíme, že jim manželka ‚dovolila‘ zůstat doma,“ všimá si Talpa. „Ženy mateřství vnímají jako svoje posláním. Domácnost je jejich teritorium, které si ostražitě brání a nikoho dalšího tam nechtějí pustit,“ vysvětluje Talpa. Nevřala se během rodičovské dovolené chopil i domácích prací a pro svého syna působil jako vzor, že i muž může doma přiložit ruku k dílu. „Prát a žehlit mám ale zakázáno. Žena trvala na tom, že jí něco doma přece jen musím nechat,“ říká Nevřala, v jehož rodině je manželka nyní živitelkou.

Mezi další důvody patří i obava žen, že partner se o potomka nedokáže postarat stejně dobře jako ony anebo že pozornost věnují jen hraní s dítětem a zanedbávají domácnost. Nezdídko se stává, že se muž tak zabere do stavění modelu letadélka, až docela zapomenou, že je třeba ještě vyluxovat a uvařit večeři. I z průzkumů vyplývá, že se v domácnosti muži nejčastěji angažují v plánování volného času, hrách a sportovních aktivitách, zatímco péči o nemocné děti, krmení nebo přebalování zastávají převážně matky.

Muži sami ale mýty o otcovství odmítají. „Můj oblíbený film S tebou mě baví svět by se při určité genderové vztahovačnosti dal v podstatě brát jako urážka chlapů, ukazuje přece, jak to otcové nezvládají,“ říká Otakar, který si přezdívá Nudný otec. „Být táta ale není žádná věda. V okruhu svých přátel není snad nikdo, kdo by neuměl vyměnit plenu, a není to tak, že bychom se snažili být nějakí moderní otcové, bereme to jako normální věc.“

Muži a ženy se své rodičovské role ujmají každý po svém. Zatímco ženy považují mateřství za své posláním, snaží se plnit svou roli na sto procent, a pokud v něčem zaostávají, trpí pocitem viny, muži své otcovství berou s mnohem větším nadhledem.

O jejich postoji svědčí i filozofie kavárny Nudný otec, kterou Otakar založil na pražské Letné a kde se rodiče scházejí. Ve dne mohou přijít i s ratolestmi, jak ale hlásá nápis v podniku, hlučet je dovoleno pouze dospělým. Večer už místo slouží výhradně plnoletým k jejich pobavení a odreagování. Když se v Nudném otcí sejdou tátové na pivo, tématem konverzace nebývají dudlíky a pleny. „Občas si také zašlšíáme, nemáme ale tendenci bavit se o chodu domácnosti. Naopak od těchto témat utíkáme co nej-dál.“

Otcové se shodují, že muži nejsou se svou rodičovskou identitou tak srostlí, a dokážou si tudíž lépe udržet kontakt s okolním světem, přátelé a nadále se věnují svým koníčkům. „Člověk by se neměl stát otrokem svých dětí, přehnaná pozornost jim stejně nijak neprospívá,“ zastává názor otec Otakar. „I máma s tátou musí někdy spát, jíst a bavit se. Každý rodič má právo být občas nudný.“

Muži říkají, že jim manželka „dovolila“ zůstat doma. Ženy mateřství vnímají jako posláním, domácnost je jejich teritorium, které si brání. Nikoho dalšího tam nechtějí pustit.

”



Padesátá léta minulého století: tátové sice ochotně zapožovali u kočárku, péče o děti ale byla výhradně ženská záležitost FOTO SHUTTERSTOCK



Kromě jablek jsou na závin skvělé také hrušky, tvaroh, mák či švestky, popřípadě jejich kombinace. K doladění stačí trocha moučkového cukru, ale pokud máte čas a trpělivost, zkuste k němu vanilkovou omáčku či zmrzlinu – to je teprv lahoda. FOTO SHUTTERSTOCK

# Tažený štrúdl

Se začátkem roku se to všude hemží dietami a jim poplatnými recepty, ne všichni však hubnout chceme nebo musíme.

Tažený závin podle receptu Romana Pauluse je navíc lehounký a plný jablek, čili vlastně dietní.

### ROMAN PAULUS

Šéfkuchař pražského hotelu Alcron a držitel michelinské hvězdičky



**P**okud se vám po svátcích opět vrátila chuť na sladké, je dnešní recept michelinského šéfkuchaře právě pro vás. Tažený štrúdl podle Romana Pauluse sladké chutě spolehlivě zažene. Navíc není těžký na přípravu ani na žaludek a jablka mu dodávají vládnost a příjemnou navinulost. Oproti jiným zimním moučnickům má krom toho velkou přednost: stojí na hromadě jablek, tudíž je možné bez výčitek spořádat hned několik kousků denně. Jste-li jen trochu šikovni, není na něm možné prakticky nic zkazit, a výsledek je přitom vždycky famózní (že si na tažený závin může troufnout jen zkušená kuchařka, je jen chabá pověra).

### Váleček jen na chvíli

Základem úspěchu je tenoučké těsto, doprůsvitná vytažené, křehké. Jablka v podstatě jen drží po kupě. Aby se vám právě takové podařilo, radí Roman Paulus nespěchat:

„Těsto je potřeba dobře propracovat, klidně v robotu,“ říká, „cílem je na pohled hladký, uvnitř vláčný bochánek.“ Ten by pak měl nejméně hodinu, ještě lépe však tři a v ideálním případě přes noc odpočívat. Těsto, které chcete zpracovat až druhý den, ovšem skladujte

v lednici, nejlépe v misce zlehka vymazané olejem a přikryté potravinářskou fólií – aby neosychalo. „Dají se použít i dva olejem vymazané hluboké talíře – do jednoho těsto vložíte a druhým je jen přiklopte,“ doplňuje šéfkuchař.

Odpočaté těsto je před vyvalováním a hlavně tolik důležitým tažením dobré nechat dojt na pokojovou teplotu – prohřáté se lépe vytahuje. „Těsto válejte jen zlehka, příliš na ně netlačte a nespěchejte, aby se nepotrhalo,“ radí Roman Paulus. Rozválený plát je dobré předtím, než se do něj pustí vaše ruce, přenést na utěrku nebo menší ubrus. Těsto můžete vytáhnout do podoby tenkého papíru; díky utěrce či ubrusu je pak vždy perfektně

zavinete. Nejsnáž je vytáhnout tak, že strčíte pod plát obě ruce, sevřete je v pěst dlaněmi dolů a pohyby od sebe je hřbety napínáte. „Těsto by se mělo začít natahovat. Opatrně je vytahujte do všech směrů, pokud není dostatečně tenké; pomoci si můžete i hranou stolu nebo válů. Výsledný plát by měl být velký aspoň jako utěrka a vzor na ní či na ubrusu by měl těstem prosvítat,“ popisuje šéfkuchař.

Pro lepší „tažnost“ těsta se do něj někdy dává trocha octa. Roman Paulus nepřidává ocet, nýbrž špetku soli, která má stejný efekt. „A k tomu i vajíčko či žlutek, které ve většině receptů naopak chybí. Myslím, že pak těsto lépe ‚drží‘.“

Ve chvíli, kdy plát leží na utěrce, byste už měli mít připravenou náplň – jablka, oloupaná a zbavená jádřinců, rozinky, případně ořechy, skořici a cukr.

### Nestrouhat, nakrájet

„Ovoce je možné hrubě nastrouhat nebo najemno nakrájet. Osobně mám radši druhou možnost: je to sice o fous pracnější, ale myslím, že pak jablka při pečení nepouštějí tolik šťávy, takže nevytečou. Kromě toho nakonec kousky štrúdlu lépe vypadají,“ doplňuje šéfkuchař. Kromě skořice a cukru je možné jablka dochutit i kapkou rumu (případně v něm nechat máčet rozinky) a citronovou šťávou – to především v případě, že jsou jablka moučná, tedy dosti sladká.

„Těsto nejprve pomůžeme trochou másla a teprve potom na něj navrstvíme jablka,“ pokračuje Roman Paulus. „Z každé strany přitom nechte volný asi dvoucentimetrový okraj a podél jedné z kratších stran – tedy tam, kde chcete se zavinováním končit – můžete nechat místa ještě víc: štrúdl se snáz zabalí a hlavně bude lépe držet.“

Náplň také nemusíte rozprostírat po celé ploše těsta, stejně tak je možné navrstvit ji jen u jedné strany a posléze několikrát zavinout. Tak jako tak vám zabalení půjde snadno: „Celou dobu bylo těsto na utěrce a díky ní se dobře přehazuje a nakonec taky přemísťuje na plech,“ vysvětluje šéfkuchař.

Připravila Iva Pospíšilová

### ZÁVIN S JABLKY

- Těsto:**
- 300 g hladké mouky
- 1 vejce
- 150 ml vlažné vody
- 50 ml oleje
- sůl

- Náplň:**
- 1 kg oloupaných a jádřinců zbavených jablek
- 200 g orestované strouhanky
- cukr, skořice, rozinky, rum
- citronová šťáva
- máslo

Do mísy prosijeme mouku, přilijeme vlažnou vodu, přidáme olej a špetku soli a zpracujeme spíše řídké těsto. Mísu vymažeme

olejem, těsto do ní vložíme, pomůžeme ještě trochou oleje a přikryjeme potravinářskou fólií. Necháme přes noc odpočinout.

Oloupaná jablka nastrouháme a smícháme s cukrem, skořicí, strouhankou, ořechy a rozinkami namočenými v rumu. Na pracovní plochu rozprostříme větší utěrku, posypeme ji moukou a položíme na ni těsto. Těsto rozválíme a poté pomůčnými rukama dotenka vytahujeme. Plát těsta zlehka pomůžeme rozpuštěným máslem, rozložíme na něj připravenou náplň z jablek a opatrně zavineme. Pečeme ve vyhřáté troubě při 180 °C asi 20–25 minut.