Někdy nesete outfit vy *a někdy outfit nese vás*

„Oblečení nám může dodat energii, klid, pocit bezpečí i odvahu," říká módní stylistka a zakladatelka Fashion & Lifestyle Academy **Blanka Zahradníková Kašparová,** se kterou jsme probírali pro ženy atraktivní téma, a sice módu.



„Do nové sezony jsem si pořídila nové peplum sako," říká Blanka.

Vizitka

- Vystudovala ekonomii na Wirtschaftsuniversität Wien a má více než 20 let profesních zkušeností především v oblasti marketingu a mezinárodního obchodu.
- Posledních šest let se zároveň věnuje vlastnímu podnikání v oblasti módy.
- Se svým mužem již pět let provozuje Fashion Café s italskou módou ve Freeport Fashion Outletu u Znojma, odkud pochází.
- Je zakladatelkou Fashion & Lifestyle Academy a autorkou konceptu Style Intelligence – Inteligence stylu, metody pro porozumění vlastnímu stylu a vědomou práci s ním.

Blíží se podzim, nastupují podzimní módní trendy. Sledujete je a podléháte jim? Co letos na podzim a v zimě bude frčet za barvy a střihy?

Podzim módě velmi sluší. Miluji vrstvení a letos navíc opravdu přijde ke slovu síla samotného stylingu. Nové proporce a nečekané kombinace barev, vzorů a materiálů dokážou úplně nově definovat i dobře známé kousky šatníku. Trendy mám moc ráda. Jsou pro mě ale možnost, ne povinnost. Každou sezonu si pořídím něco, co mě osloví. A podzim/zima 2026–27 budou opravdu štědré – nápadité a překvapivé. V barvách tentokrát nebudou vládnout jen dva nebo tři odstíny – paleta barev bude opravdu široká. Vínová až bordó, temně třešňová, jemná pudrová až starorůžová, pálená oranžová… Ze zelených odstínů se prosadí matcha, sytá zelenomodrá, silné budou i odstíny hnědé a fialové. Velkou roli bude hrát nečekané vzájemné kombinování barev stejně tak jako kombinování vzorů. Ve střizích a siluetách se bude hodně pracovat s novými proporcemi: výraznější ramena, zdůrazněný pas, objemnější boky a celkově rafinované ženské linie. Peplum sako, tedy sako v pase přiléhavé a dole se rozšiřující, je ostatně jeden z trendových kousků, který jsem si už pořídila. V materiálech budou výrazné samet, krajka, šifon a další průsvitné látky, ale také denim. Důležitou roli budou hrát perly a výšivky. Kdybych měla letošní podzim a zimu shrnout několika slovy, řekla bych: více odvahy, osobitosti, ženskosti a hravosti v práci s doplňky.

Jaký módní styl vy osobně preferujete?

Můj styl se nedá jednoduše zařadit do jedné škatulky. Hodně záleží na příležitosti, roli, ve které se právě nacházím – jestli mám poradu se svým týmem, prezentaci před zákazníky, jdu na rodičovskou schůzku nebo třeba do divadla. A také na tom, jak se chci v daném oblečení cítit. Jedna věc ale mým stylem prochází téměř vždy – ženskost. Mám ráda nadčasovou eleganci. Ve volném čase je pro mě důležité pohodlí, ale když jdu na společenskou akci nebo někam, kde chci působit reprezentativně, jsem ochotná z něj trochu slevit ve prospěch krásy. Vysoké podpatky nebo pevně stažený pásek v pase zkrátka někdy vyžadují, aby se žena trochu podřídila outfitu. Ve společnosti se také nebojím být lehce overdressed. Když už někam jdu, raději budu trochu víc vidět, než abych se ztratila v davu. Baví mě si s tou hranicí hrát a lehce ji posouvat. A právě v takových chvílích si uvědomuji, jakou sílu oblečení má. Někdy nesete outfit vy – a někdy outfit nese vás. Dokáže dodat energii, sebevědomí a pomoci nám naladit se na to, jak chceme působit. Baví mě kombinovat luxusnější kousek s něčím úplně obyčejným. Vlněný kabát, kvalitní boty, pásek, kabelku nebo koženou bundu klidně spojím s jednoduchou bílou košilí nebo bavlněným tričkem. Na podzim a v zimě miluji šály, šátky a rukavice – právě doplňky dokážou i jednoduchý outfit okamžitě pozvednout a dát mu úplně jiný charakter. A když jdu na večeři se svým mužem, klidně chci být i sexy. Pro mě zkrátka osobní styl není jeden přesně pojmenovaný módní směr, nýbrž kombinace příležitosti a emocí – a oblečení je nástroj, kterým můžeme to, jak se právě cítíme, nejen vyjádřit, ale také aktivně změnit a podpořit.

Móda a oblékání jsou přece radost

Říkáte, že co si oblékáme, může zpětně podpořit naše sebevědomí a odvahu být vidět. Jinými slovy potvrzujete, že šaty dělají člověka...

S větou „šaty dělají člověka" principiálně souhlasím. V této krátké větě se ale skrývá mnohem více psychologie, než by se na první pohled mohlo zdát. Stačí si uvědomit, že lidé si o nás vytvářejí první dojem během



Boty, které jí pochválil Karel Gott, mají dodnes jako nostalgický kousek své místo v Blančině botníku



V létě na dovolené ráda nosí vzdušné šaty



S Bibiankou společně navštívily Santa Clause na polárním kruhu

několika málo sekund. Velmi rychle si nás někam zařadí, vytvoří si o nás určitou představu a očekávání. Oblečení je přitom jednou z věcí, kterými můžeme vědomě ovlivnit, jak chceme na své okolí působit. A zároveň funguje i opačný směr – to, co máme na sobě, ovlivňuje náš vlastní pocit, držení těla, sebejistotu nebo způsob, jakým komunikujeme s ostatními. Je to vlastně docela velká věda – a zároveň trochu alchymie. Možná to bude znát více čtenářek z úplně obyčejného života. Když jsem upravená, mám na sobě outfit, ve kterém se sama sobě líbím, a potkám někoho známého, ráda se zastavím, popovídám si a vůbec nepřemýšlím nad tím, jak vypadám. Je to vlastně takový podporující element. A pak je tu druhý scénář. Vaříte, zjistíte, že vám doma chybí mléko, tak na sebe ve spěchu něco hodíte a vyběhnete do obchodu. Cestou si říkáte: „Hlavně ať nikoho nepotkám." A když se tak stane, máte najednou skoro potřebu to vysvětlovat: „Ježiš, já jsem jenom odběhla od plotny…" Myslím, že tohle někdy na vlastní kůži zažila skoro každá z nás. A právě na takové úplně obyčejné situaci je krásně vidět, co s námi oblečení dokáže udělat. Něco sděluje lidem kolem nás a současně ovlivňuje nás samotné. A právě s tím se dá ve stylu velmi krásně a vědomě pracovat.

Podnikáte v oblasti módy a jednou z vašich rolí je také style & fashion coaching. Vytvořila jste vlastní metodu Style Intelligence, tedy Inteligence stylu. V čem spočívá a co byste mě v rámci takového koučinku naučila?

Inteligence stylu je metoda pro porozumění vlastnímu stylu a vědomou práci s ním. Propojuje osobnost, tělo, emoce, životní role, prostředí i naše hodnoty. Co bych vás naučila? Samozřejmě bychom se věnovaly praktickým věcem – proporcím, barvám, střihům, siluetě, ale třeba i nákupním návykům. Tím to ale zdaleka nekončí. Povídaly bychom si o tom, v jakém životním období se právě nacházíte, jakými změnami procházíte vy nebo vaše tělo, co dnes od svého oblečení očekáváte a jaké jsou vaše skutečné potřeby a preference. To všechno jsou pro mě důležité informace, abychom mohly s vaším stylem dále vědomě pracovat. Inteligence stylu totiž posouvá klasické poradenství mnohem dál než k pouhému „Co si mám obléct?". Vnímám ji jako dovednost, kterou se žena může naučit a postupně si ji osvojit. Je to podobné jako s jakoukoli jinou dovedností. Když začnete cvičit v posilovně, také nestačí vědět: tohle je činka a tohle švihadlo. Potřebujete pochopit, jak je používat, jaké cviky jsou vhodné právě pro vás a jak si z nich postupně sestavit funkční trénink. A se stylem je to podle mě velmi podobné. Nechci ženám předávat svůj styl ani jim diktovat, co mají nosit. Chci jim pomáhat lépe porozumět tomu jejich, vědomě ho rozvíjet a postupně získat takovou jistotu, aby se dokázaly samy dobře rozhodovat.

Módní a osobní styl spojujete také s emocemi. Jenže naše emoce se dost často i během dne mění. Jak to v souvislosti s módou funguje?

Neoblékáme se jen podle toho, jak se cítíme. Můžeme se oblékat také tak, abychom podpořili to, jak se cítit chceme. Oblečení nám může dodat energii, klid, pocit bezpečí nebo třeba odvahu pro situaci, která nás čeká. Proto je podle mě dobré položit si ráno před skříní otázku: Co dnes potřebuji zvládnout a jak se při tom chci cítit a působit? Když například jdu na rozhovor do televize, můžu si říct, že se potřebuji cítit sebejistě a kompetentně a zároveň chci působit inspirativně. Podle toho si zvolím outfit, který mě během dne určitým způsobem podrží. A toto „zadání" dokáže změnit i energii, se kterou do celého dne vstupuji. Samozřejmě se během dne nemění jen naše nálada, ale také role, které potřebujeme zastávat. A i s tím se dá pracovat. Někdy stačí pár drobných změn – jiný doplněk, boty nebo třeba vyměnit sako za koženou bundu – a stejný základ outfitu dostane úplně jiný charakter. Z denního oblečení tak můžeme velmi jednoduše vytvořit třeba večerní.

Spousta žen má plnou skříň, ale každé ráno pocit, že nemají co na sebe. A mnohé ženy i vědí, že by měly ve skříni mít základní sestavu oděvů, ze kterých vždy sestaví skvělý outfit, např. bílou košili, sako, džíny… Ale znáte to, nabídka oděvů je tak pestrá, někdy žena prostě neodolá a nakoupí si šaty nebo kousek, který pak nemá s čím zkombinovat. Prostě podlehne „emoci" vášně nebo touhy „tohle" mít… Učíte tedy své klientky tyto emoce ovládat? ☺

Tady k tomu možná přistupuji trochu jinak, než bývá ve stylingovém světě obvyklé. Já ženám neříkám, že každému spontánnímu nákupu musí odolat. Když se vám něco opravdu líbí, tak proč ne? Móda a oblékání jsou přece také radost. I taková malá dopaminová odměna k životu patří. A když doma v klidu zjistíte, že jste tentokrát šlápla vedle, není to žádné drama. Většina obchodů dnes umožňuje zboží vrátit, vyměnit nebo vám nabídnou poukaz na příští nákup. Dokonce si myslím, že je někdy lepší mít oblečení o něco více než příliš málo. Větší výběr totiž znamená také více možností, jak jednotlivé věci kombinovat – za předpokladu, že s ním umíme pracovat. Můj praktický recept je vytvářet si z celého šatníku menší kapsule *(sady oblečení, pozn. red.).* Buď sezonní, nebo podle jednotlivých životních rolí – například pracovní šatník, volný čas, společenské příležitosti nebo konkrétní hobby. Na dané období si tuhle část šatníku jakoby „zaktivuji", mám ji po ruce a vím, co s čím můžu kombinovat. Pochopitelně to vyžaduje věnovat tomu potřebný čas a mít ochotu se svým šatníkem a vlastně celým tímto tématem zabývat.

Předpokládám, že vaše služby vyhledávají spíš ženy.

Ano, převážně ženy, už proto, že máme butik s italskou dámskou módou. Naše klientela je ale opravdu velmi různorodá – jsou to ženy různých věkových kategorií, profesí, vzdělání i různých typů postav. Zakládám si na tom, že si u nás dokážou vybrat oblečení ženy napříč generacemi. Běžně se u nás například stává, že si přijde slečna vybrat šaty

na maturitní ples a nakonec se u nás na tuto příležitost obleče i její maminka a babička.

Co nejčastěji vaše zákaznice řeší, co je trápí?

Často řeší, jestli si ve svém věku ještě mohou něco dovolit, jak se samy sobě líbit v oblečení, když mají pár let nebo pár kilo navíc. Mívají pocit, že zamlada jim slušelo všechno lépe – že před dvaceti lety a před dvaceti kily bylo oblékání mnohem jednodušší. A právě tady se jim snažíme ukázat, že se mohou krásně obléknout a především se samy sobě líbit i teď, s tělem a ve věku, který aktuálně mají.

Jak se podle vás pozná dobře oblečená žena? Je to otázka peněz, vkusu, sebevědomí, nebo něčeho úplně jiného?

Řekla bych, že je to kombinace všeho. Sebevědomí určitě není podmínkou toho, aby byla žena objektivně dobře oblečená. Ale pokud se ve svém oblečení cítí sebejistě, dodává to celému stylingu další rozměr. Najednou z ní vyzařuje úplně jiná energie. Vkus samozřejmě hraje jednu z hlavních rolí. A díkybohu se s ním nemusíme narodit, můžeme se učit jej kultivovat a postupně rozvíjet. A peníze? Samozřejmě i rozpočet hraje svoji roli, ale s dobrým stylem se dá pracovat s různými finančními možnostmi. Vkusně se tedy dá oblékat v jakékoli cenové kategorii.

Jaké nejčastější chyby nebo nešvary u svých zákaznic pozorujete?

Špatně zvolený střih a velikost.

Jaké módní pravidlo byste nejraději jednou provždy zrušila?

Jednou provždy bych zrušila větu: „Na tohle už nemám věk.“ Protože věk není dress code.

Kdybyste měla ženský šatník zredukovat na pár opravdu užitečných kousků, bez čeho byste se vy osobně neobešla?

Záleží samozřejmě na ročním období. Momentálně se těším na svoje černé dvouřadé sako se zlatými knoflíky z naší kolekce micio milano. To se mnou prošlo už několika módními obdobími – nosila jsem ho k legínám, potom k širokým kalhotám, následně k džínám s vysokým pasem a loni jsem ho začala kombinovat s průsvitnými šifonovými šaty. Letos už k němu mám připravenou úplně průhlednou krajkovou sukni délky midi. Právě na takových kouscích je krásně vidět, že jedna kvalitní věc může fungovat mnoho sezon, jen ji pokaždé spojíte s něčím, co odpovídá aktuální módě. A letos mám ještě jednu malou osobní módní výzvu. Pořídila jsem si saténový pyžamový set – tmavě modrý s bílým lemováním. Mám v plánu nosit ho normálně ven mezi lidi, třeba na kávu jako společenský casual. Tak jsem sama zvědavá, jestli se odvážím. ☺

Ve Freeport Fashion Outlet u Znojma jste před pěti lety otevřela vlastní butik s italskou dámskou módou. Co v něm klientky mohou najít?

Jedná se o poměrně unikátní koncept. Propojujeme italskou dámskou módu s kavárnou, takže to celé vnímáme spíš jako takovou lifestyleovou záležitost než jen klasický obchod s oblečením. K 5. narozeninám jsme našemu Fashion Café nadělili název micio milano, což je ostatně značka, pod kterou prodáváme kolekce italských výrobců již od začátku. Žena si zkouší oblečení, muž si mezitím dá kávu nebo pivečko. Přijdou dvě kamarádky, dají si prosecco, vyberou si šaty a udělají si hezké odpoledne. Maminka nakupuje a děti si dají zmrzlinu. Chtěli jsme zkrátka vytvořit místo, kde je nakupování spojené i s příjemným zážitkem.



Letní šaty s animálním potiskem jsou stále trendy



S kamarádkou Jitkou Ševčíkovou chystají pro ženy nový workshop Oblékni si sebevědomí



Letos v Chorvatsku úspěšně složila kapitánské zkoušky

Radíte doma s oblečením své dceři?

Mám téměř jedenáctiletou dceru Bibianku a tohle je pro mě opravdu velké téma. Když se mi narodila holčička, samozřejmě jsem se moc těšila, jak ji budu oblékat do šatiček a jak se spolu budeme parádit. Jenže už ve třech letech mi dala jasně najevo, že má svůj vlastní styl. Šly jsme tehdy na svatbu mé kamarádky a nechala jsem nám oběma ušít nádherné šaty ze stejné vyšívané krajky. Bibianka ale v té době milovala Spider-Mana a měla ho na svém oblíbeném tričku, které musela držet alespoň v ruce. Celou dobu se domáhala toho, že si ho chce obléct a jak kvůli tomu plakala, celé ho posmrkala, a nakonec jsme jí ho i v tomto „dezolátním“ stavu stejně museli obléct. Teprve potom byla naprosto spokojená. ☺ Takže jsem poměrně brzy pochopila, že vkus a styl se tvoří již v takto útlém věku, což pro mě bylo docela překvapivé. Naučila jsem se to respektovat a naše společné nákupy a holčičí dny si spolu velmi užíváme.

Co jiného vás zajímá a baví kromě módy?

Miluji cestování. Už kvůli výběru oblečení často cestujeme do Itálie, především do Florencie, Bologne nebo Benátek, kde pravidelně nakupujeme kolekce a zásobujeme náš butik. A velkou láskou se pro mě stalo také Chorvatsko, miluji moře a letos jsem si dokonce na Kornatech udělala kapitánské zkoušky. V zimě mám moc ráda Jižní Tyrolsko, protože celá rodina milujeme lyžování, a velkou láskou je pro nás také Thajsko. Čas strávený s rodinou je pro mě úplně nejkrásnější a naplňuje mě štěstím... Baví mě poznávat nová místa, krásné hotely, místní kuchyni, ale samozřejmě také pozorovat lidi a rozdíly mezi jednotlivými kulturami. A všímám si pochopitelně i jejich oblečení. Jednotlivé země a národy mají totiž často svůj vlastní módní rukopis.

Na co se teď nejvíc těšíte?

Nejvíce se těším na náš nový říjnový workshop Oblékni si sebevědomí, který připravujeme s mentorkou a koučkou Jitkou Ševčíkovou. Propojíme v něm dvě témata – Jitčinu emoční inteligenci a moji Inteligenci stylu. Chceme ženám ukázat, jak spolu souvisejí emoce a to, co si oblékáme, a jak můžeme prostřednictvím oblečení podpořit své sebevědomí, samy sebe a svoji odvahu být vidět.

Kdybyste měla našim čtenářům dát jedinou radu, díky níž budou od zítřka vypadat lépe a zároveň se ve svém oblečení lépe cítit, jaká by to byla?

Věnujte svému stylu a oblékání pozornost. Vyhraďte si na ně čas a energii a začněte se jimi vědomě zabývat. Uvidíte, že vám to může v životě otevřít úplně nové dveře. Přinese vám to radost, nové příjemné prožitky a možná objevíte i úplně nový způsob, jak samy sebe vnímat a vyjadřovat. Je to dobrá investice, která se vám zajisté zúročí. ■

Připravila: Iva Vondrová Foto: archiv Blanky Zahradníkové Kašparové

ČAS ODDECHU

5 výherců se může těšit na dva dárky z uvedené nabídky

SOUTĚŽ



Bára Basiková: O.S.T.

Bára Basiková se během své kariéry pohybovala napříč širokým spektrem žánrů, její nezaměnitelný hlas zásadně ovlivnil zvuk kapel Stromboli a Precedens a významnou kapitolou její kariéry je také působení v muzikálech. CD je hudebním soundtrackem časosběrného dokumentu Bára Basiková, ve kterém režisérka Helena Třeštíková nabízí intimní a autentický portrét této výjimečné umělkyně. V průběhu padesáti let sleduje nejen její profesní dráhu – od rockových začátků přes hlavní muzikálové role až po úspěchy v hitparádách – ale především její osobní cestu. Zachycuje život ženy mezi koncertními pódii a péčí o rodinu. Na film můžete právě v těchto dnech vyrazit do kina. *CD věnuje www.falcon.cz*



Anna, cesta ze Sudet (Jitka Blažková)

Anna Lesná dospívá ve světě, který se dramaticky mění. Z dívky poznamenané válečnými roky v Sudetech se stává mladá žena, jež se navzdory svému německému původu snaží vybojovat vlastní budoucnost. Jenže do života se neúprosně vkrádá nová hrozba – nástup komunismu. Povinné brigády, tlak na vstup do strany, šeptanda o politických procesech a trestech smrti. A přesto Anna odmítá ustoupit a vzdát se svých snů, touží studovat keramickou školu, složit maturitu a najít lásku. Na pozadí proměňující se společnosti se odvíjejí i další osudy lidí, již se netají odporem k nastupujícímu režimu. Stačí však jediný čin a jejich život se ocitá v rukou moci, která neodpouští. *Knihy věnuje mobaknihy.cz*



Pod vodou (Tara Menon)

Když šestiletá Marissa přijde o matku, odstěhuje se s otcem, zaníceným mořským biologem, až na druhý konec světa. Tam potká stejně starou Arielle a stanou se z nich kamarádky. Společně dospívají, milují moře, naučí se potápět hluboko pod hladinu a v křišťálově čistých vodách plavou společně s hejnem mant. Moře je jim druhým domovem. Jenže pak přijde vlna, která smete všechno, co kdy znaly a milovaly, a z Marissina života se stane pustina. O několik let později se již dospělá Marissa toulá New Yorkem, topí se ve vzpomínkách a čelí dalším živlům, jež opět hrozí zničit vše, na čem jí záleží… *Knihy věnuje hostbrno.cz*

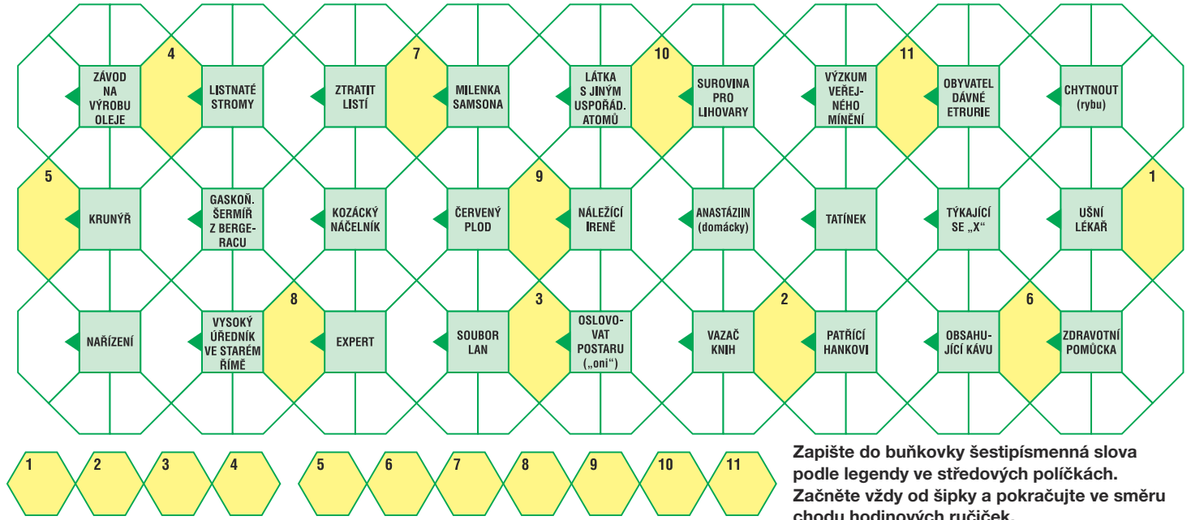


Foto: Shutterstock

Zapište do buňkovky šestipísmenná slova podle legendy ve středových políčkách. Začněte vždy od šipky a pokračujte ve směru chodu hodinových ručiček.

TAJ 39 37

Tajenku můžete odeslat jako SMS na telefonní číslo 876 52 nebo na www.prekvapeni.cz nebo poštou. Podrobnosti najdete na str. 55.