

film **Dana Svátka**,
režiséra Úsměvů smutných mužů

Tereza Ramba

zápisník alkoholičky

Tak pijí ženy

Drama podle skutečného příběhu

METODICKÉ LISTY PRO PEDAGOGY STŘEDNÍCH ŠKOL

O filmu

Drama, které napsal sám život.

Předlohou celovečerního snímku Zápisník alkoholičky se stal stejnojmenný blog Michaely Duffkové, za který získala jeho autorka cenu Magnesia Litera. Zápisník alkoholičky je upřímnou filmovou zpovědí abstinující alkoholičky a nemoralizujícím pohledem na to, jak pijí ženy. Hlavní postavou děje je mladá maminka, která se rozhodla nevzdat se, nastoupit léčbu a bojovat se svým démonem alkoholem.



Příběh Michaely Duffkové, kterou ve filmu ztvárnila herečka Tereza Ramba, se začal psát už v době jejího dospívání. Na střední škole se bavila stejně jako její spolužáci, čerstvě dovršenou dospělost si užívala po hospodách a klubech. Na rozdíl od dalších vrstevníků ale pařila dál, i když už ostatní končili, a často nedovedla rozpoznat skleničku, po které by už měla jít radši domů. Zároveň ale nebyla nezodpovědná teenagerka, která si jen vychutnává mládí plnými doušky.

Od 18 bydlela ve vlastním bytě, po maturitě studovala ekonomku a zároveň pracovala. Její strmý kariérní vzestup ovšem narušila chvíle, kdy otěhotněla se spolužákem, se kterým se znala už ze střední, ale sblížila se s ním až na vysoké škole. S manželem a miminkem se nastěhovala k manželovým rodičům a svojí samotu a nespokojenost se životem, který vedla, si začala kompenzovat pitím alkoholu. Z večerní skleničky se velmi rychle stala láhev a maléry na sebe nenechaly dlouho čekat. Opilecké incidenty přibývaly a byly doprovázeny nejen problémy s okolím i v rodině, ale také zraněními, ke kterým v podnapilém stavu docházelo. Do léčebny se hlavní hrdinka dostala až ve chvíli, kdy strávila dva dny nepřetržitě pod vlivem. Pak vystřízlivěla, dovlekla se do koupelny a při pohledu do zrcadla se psychicky zhroutila. Ptala se sama sebe, kam až svoje pití nechala zajít.

Jak rychle se můžu stát alkoholikem? Jak těžké je si problém s pitím přiznat? Proč není překážkou závislosti ani malé dítě? Kde vzít sílu se léčit se? Co následuje poté? Na tyto a mnohé další otázky odpovídá autentická a upřímná filmová zpověď abstinující alkoholičky.

zápisník alkoholičky

Synopse

Každej se někdy napije...

Mladá, krásná a úspěšná žena se vdá, stane se maminkou a plánuje si budoucnost. Občas si dá jednu skleničku, někdy i dvě. Pád na úplné dno na sebe nenechá dlouho čekat. Hlavní hrdinka se ale rozhodla nevzdat, nastoupit léčbu a bojovat se svým démonem.

Tvůrčí tým režiséra Dana Svátka, který stojí za filmovým zpracováním bestselleru Josefa Formánka Úsměvy smutných mužů (Cena filmových fanoušku, Český lev 2018), se znovu nechal inspirovat skutečným příběhem boje se závislostí na alkoholu. Neméně silného a emotivního, zachycuje totiž tabuizované ženské pití. Předlohou jim přitom byl oceňovaný Zápisník alkoholičky, na základě kterého napsala Marta Fenclová scénář. Stejně jako v Úsměvech smutných mužů v něm režisér Dan Svátek vychází ze skutečného příběhu a zachycuje nejen pád na společenské dno, ale taky momenty, kterým se nejde nezasmát. V hlavní roli exceluje Tereza Ramba. Dále hrají Miloslav König, Martin Finger, Miroslav Hanuš, Jan Plouhar, Oskar Hes nebo Barbara Lukešová.

Podobný příběh zažívá dnes překvapivě mnoho žen, většinou v tajnosti.

Bližší informace na www.zenysodvahou.cz

zápisník alkoholičky

Drama
Česko, 2024, 90 min
Režie: Dan Svátek
Scénář: Marta Fenclová
Kamera: Jakub Šimůnek
Hrají: Tereza Ramba, Miloslav König, Martin Finger, Barbara Lukešová, Miroslav Hanuš, Jan Plouhar, Oskar Hes, Gabriela Štefanová, Alžběta Malá, Jan Janča
Produkce: Dan Svátek, Martin Gazda, Tomáš Jindříšek, Stanislav Pavlín
Střih: Dan Svátek, Adéla Špaljová
Zvuk: Ondřej Muška
Scénografie: Ivo Návrat
Masky: Pavlína Žďánská
Kostýmy: Ilona Koutková



Herci a tvůrci
co řekli o filmu

Autorka blogu a knižní předlohy Michaela Duffková



„Pro mě je ten film ještě něco jiného než pro diváka. Když ho vidím, vrací mě to do všech těch událostí. Je to těžké, ale ve chvíli, kdy mě to jako člověka, o kterém to je, do těch situací vrací, je to ukazatelem toho, jak moc dobře je to natočené a autenticky zahrané. Terka podala tak uvěřitelný výkon, že i moje rodina mě v ní viděla," říká k filmu Duffková, kterou ztvárnila Tereza Ramba.

Jak vzpomíná Michaela Duffková na období, kdy bojovala s alkoholem:

„Alkoholem jsem řešila problémy, z nichž jsem neuměla odejít, neuměla jsem jim čelit. Po nějaké době jsem se dostala až ke spotřebě 2,5 litru převážně bílého vína denně. Přestat jsem dokázala po první léčbě. První pokus zvládne dvacet až třicet procent lidí, což je opravdu málo. A to se do statistik počítá pouze první rok abstinence. Já jsem to asi dokázala díky své tvrdohlavosti. Na detoxu jsem se šprajcla. Rozhodla jsem se, že to dám. Viděla jsem se v zrcadle. Byla jsem ošklivá troska. Ničila jsem sebe i své blízké. Měla jsem malou dceru. V léčebně jsem si řekla, že začnu znovu, jinak, bez alkoholu. Alkoholu můžou podlehnout lidi ze všech vrstev společnosti: intelektuálové, dělníci, majitelé firem, právníci, lékaři, a to bez ohledu na věk. Pro ženy je těžké období, když mají malé děti. Vyžaduje se od nich být skvělou mámou, kuchařkou, pečovatelkou a zároveň se předpokládá, že budou nosit stejný plat jako chlap. Těch rolí je podle mě příliš. Dnes je velmi rozšířený fenomén tzv. zelených vdov. Na první pohled se mají v domečkách se zahrádkami dobře, ovšem jsou v nich většinu času neuvěřitelně samy. Aby se cítily líp, sáhnou po alkoholu a dávky postupně zvyšují. Dlouho si tohoto problému nemusí nikdo všimnout. U mě to naštěstí moje okolí zaznamenalo mnohem dřív, než jsem si to já sama uvědomila. Kdyby můj manžel a jeho rodina nebyli tak důslední, možná bych se dnes v alkoholismu pořád topila. Donucování ale u alkoholiků nefunguje. Když jim pořád opakujete, ať se jdou léčit, tak do léčby sice často nastoupí, ale její úspěšnost je pak tak okolo dvou procent" popisuje složitou situaci Michaela Duffková, která na základě své zkušenosti dnes pomáhá závislým lidem v Centru Alkos, jenž financuje a vede.

Tereza Ramba

Herečka roli obětovala víc než kdy předtím, dokonce i vlasy, aby spolu se svou postavou prošla dramatickou proměnou. ***„Musím říct, že jsem hodně rozmýšlela, jestli roli vzít, hlavně kvůli dětem. Když jsem dostala scénář s tím, že bych to rozhodně měla hrát, úplně jsem se vyděsila. Necítila jsem se ještě připravená na takový ponor. Dá se říct, že jsem si od prvního porodu vybírala pozitivnější témata,“*** popisuje Tereza Ramba svoje seznámení s rolí. ***„Ale nakonec jsem po veliké rodinné poradě a po pečlivém uvážení zjistila, že mě to šíleně láká. Teď zpětně jsem za to rozhodnutí vzít tenhle projekt neskutečně vděčná. Je to masakr, ale občerstvilo mě to, otevřelo to ve mně spoustu témat.“*** A jak se herečka tvářila na režisérův požadavek, aby si během natáčení ostříhala vlasy? ***„Vůbec se mi nechtělo, ale cítila jsem, že je to potřeba. Dan je úžasný režisér. Netlačí na vás, ale v podstatě vždycky dostane to, co chce. Byla jsem šťastná, když mi vlasy konečně dorostly, ale zároveň je pro mě práce důležitější než paráda, to je asi jasný,“*** nelituje Tereza.



Přání tvůrců

Přáním tvůrců je nejen oslovit co nejvíc diváků, ale také přispět k celospolečenské diskuzi o závislosti na alkoholu, která je u mužů mnohem méně stigmatizovaná. Ženy proto mají tendenci svou závislost na alkoholu tajit a někdy se stane, že si ani roky nikdo ničeho nevšimne. Počet alkoholiček přitom narůstá. I proto je třeba problém nepřehlížet, neodsuzovat a ukazovat, že navzdory své závažnosti má řešení. A přesně to chce nový celovečerní film Zápisník alkoholičky podpořit, což svými slovy potvrzuje i jeho režisér Dan Svátek. ***„Čím víc jsem se zabýval problematikou ženské závislosti, tím víc jsem si uvědomoval, jak moc je odlišná od té mužské. Závislost u žen, která velmi často začíná na mateřské, víc ohrožuje rodinu jako celek, protože je na nich logicky více závislá. Zvlášť když jsou děti malé,“*** říká Dan Svátek a dodává: ***„Jak jsme se přesvědčili z několika testovacích projekcí Alkoholičky, tento příběh otevírá dveře třináctých komnat mnoha lidí a ti pak nacházejí odvahu, stejně jako autorka knižní předlohy, aby vyšli se svým příběhem ven. Pevně věřím, že film pomůže, stejně jako před léty pomohly Úsměvy smutných mužů těm, kteří se závislosti bojují, nebo mají v rodině někoho, kdo je na alkoholu závislý. A těch je bohužel opravdu velmi mnoho.“***



Jak se studenty pracovat?

Témata filmu

- Pití alkoholu
- Ženské pití alkoholu
- Závislost na alkoholu
- Alkohol a dopad na vztahy (přátelé, partner, rodiče, děti)
- Léčba alkoholismu
- Život bez alkoholu

Úvod před projekcí

Film nastoluje tato témata:

- Alkoholismus u žen
- Vysoké nároky na ženy, příliš mnoho rolí – matka, živitelka, uklízečka, kuchařka, manželka, bavička
- Pití alkoholu a vztahy
- Dostupnost alkoholu v České republice
- Škodlivost dlouhodobého užívání alkoholu
- Léčba alkoholismu
- Abstinence

Anonymní dotazník pro studenty po projekci:

- Co v tobě film zanechal za pocity?
- Máš strach z pití alkoholu?
- Pije se u vás doma denně alkohol?
- Máš osobní zkušenost s pitím alkoholu?
- Přijde ti normální pití alkoholu v dospělosti?
- Viděl/a jsi někdy/opakovaně někoho opilého?
- Jak na tebe působí člověk pod vlivem alkoholu?
- Existuje podle tebe malé množství alkoholu? Jaké to je?
- Bylo ve filmu něco, čemu nerozumíš a potřebuješ to vysvětlit?
- Jaká osoba ti ve filmu byla sympatická? Jaká naopak nesympatická a proč?

