

Občas PROVÁLET VÍKEND

V čem chce být jako její maminka, co pro ni znamená udržitelnost, proč si líčení od profíků většinou hned smyje a kdy mluví sama se sebou.

TEXT: MONIKA GRAFKOVÁ

S držitelkou Českého lva za roli v dramatu *Chvilky* jsme se sešly v jedné příjemné restauraci na Vinohradech. Povíдалy jsme si nejen o péči o krásu a zdraví, ale také o módě, udržitelnosti, umění odpočívat i sportování. „Na gymplu jsem milovala ping-pong, ale jinak jsme byli, co si pamatuju, spíš taková antisportovní rodina. Naši mě k tomu nevedli, protože sami nesportují a oba třeba úplně nesnášejí kolektivní sportovní hry. Co jsem si ale od mámy odnesla, je chůze – nachodily jsme toho v dětství hodně,“ vzpomíná herečka a houslistka, která se teď našla ve vinyasa józe. „Chodím k lektorce Petře Pikkellové, cvičí třeba v Jógovně nebo ve studiu YogaMe. Jsem na ni zvyklá, mám ji moc ráda, a když tam není, radši cvičit nejdu. Naladěná na lektora je pro mě důležité,“ vysvětluje Jenováfa s tím, že vinyasa jóga ji baví tím, jak je dynamická. „Lidi si často myslí, že tenhle druh pohybu člověku fyzicky nic nedá, ale já se na lekcích nejen dobře protáhnu, ale i zapotím. Někdy odcházím úplně vyřízená,“ popisuje herečka. To k populárnímu běhání si vztah

MŮJ STYL

„S Bárou Musilovou, autorkou kabelek .about leather., jsme se potkaly v rámci jednoho projektu, na kterém tehdy pracovala ještě jako produkční. Zaujala mě její ledvinka, a když jsem zjistila, že si ji ušila sama, hned jsem ji o jednu poprosila, protože to byla láska na první pohled! Časem se o ledvinky začalo zajímat víc a víc lidí, až Bára nakonec produkci úplně opustila a jen šije a buduje značku .about leather. Miluju její věci a jsem šťastná, že jako návrhářka roste a daří se jí.“

JENOVÁFA BOKOVÁ

nenášla. „Když jsem dostala předloni nabídku na roli ve filmu *Ženy v běhu*, upozorňovala jsem režiséra Martina Horského, že nejsem žádná běžkyně, ale naštěstí na tom moje postava byla stejně jako já,“ vysvětluje herečka.

BÝT JAKO MÁMA

Kromě pozitivního vztahu k chůzi si Jenováfa z dětství a dospívání odnesla i některé další zvyky, které dnes oceňuje. „Moje maminka (*výtvarnice Jitka Boková – pozn. red.*) o sebe pečuje celý život a taky je to na ní vidět. Vypadá na svůj věk fantasticky. Přitom za sebe nikdy neutrácela moc peněz. Uměla ale v péči využít třeba i obyčejný olivový olej. U nás doma se nikdy moc neplýtvalo. Vždycky jsme třídili odpad, šetřilo se. Někdy mě to pěkně švalo, ale teď jsem ráda, že to v sobě přirozeně mám.“

Jenováfa si také cení toho, že si na sebe její máma vždycky dokázala udělat čas. „To bych taky chtěla umět, ale teď mám ještě dost rozlitéj život. Nějaký řád a pravidelnost možná přijde až s dětmi. To může někomu znít asi zvláště, ale třeba máma to s námi, i když jsme byly se ségrou malé, stíhala skvěle,“ vzpomíná herečka.

UDRŽITELNÝ ŽIVOT

Témata třídění, šetření a udržitelného životního stylu jsme jen tak neopustily: „Moc ráda chodím do sekáče, najdete tam často daleko lepší kousky než v konfekci. Za poslední roky jsem obecně nakupování oblečení omezila. A když už si něco koupím, tak je to proto, že tu konkrétní věc potřebuju. Svým konceptem se mi líbí třeba obchody Fresh Labels nebo Nila Store, kde hodně dbají na to, aby věci, které dovážejí, byly udržitelné a vyráběné za férových podmínek. Dřív jsem třeba hodně chodila do „háemka“, ale to jsem výrazně omezila. Neříkám, že už tam nikdy nezajdu, ale už se víc zajímám o to, co stojí za výrobou oblečení,“ říká Jenováfa, která podobný postoj uplatňuje i při výběru kosmetiky.



NA VLASY ŠETRNĚ

„Před pár měsíci jsem se musela obarvit a ostříhat kvůli natáčení minisérie *Herec*, kterou uvede televize na podzim. Vlasy jsem nikdy moc neřešila, ale věděla jsem, že obarvení jim dá zabrat. Poprvé (a naposledy) mě obarvili kvůli filmu *Revival*, bohužel nekvalitní barvou, která mi vlasy dost zničila. Tentokrát jsem tomu chtěla předějit, tak jsem zašla za kadeřnicí Dominikou Reslerovou, aby mi poradila, jak zabránit dalšímu zničení. Dominika pracuje se značkou Paul Mitchell, která mě nadchla kvalitou i tím, jak se snaží chránit planetu.“



„Když na sebe něco aplikuju, zajímá mě, jaký to má dopad na naši planetu, ale je někdy těžký se v tom zorientovat. Jsem proto šťastná, že jsem objevila biodynamickou kosmetiku dieNikolai, která se vyrábí v biokvalitě z vinných hroznů. Taková péče pro mě má smysl,“ vysvětluje herečka.

KDY SE ROZMAZLUJU

Když má koncert nebo jde do společnosti, nejradši se líčí sama. „Mám pocit, že nejlíp vím, co mi sluší. Když jsem se nechala někým nalíčit, většinou to dopadlo tak, že jsem si to pak smyla,

nebo různě domalovávala – buď se mi to nelíbilo, nebo jsem to vůbec nebyla já,“ přiznává herečka, ale vzápětí doplňuje, že jsou vizážistky, kterým stoprocentně důvěřuje, třeba Ivana Tokárská a Hristina Georgievská. „U těch vím, že budu s výsledkem vždycky spokojená.“

TŘI BOKOVKY

„Výstavu *Matky & dcery* pořádal loni na Náplavce skvělý projekt Elpida pro seniory. Fotografka Bet Orten ve spolupráci se stylistkou Veronikou Ruppert nafotila osm portrétů maminek a jejich dcer, mezi kterými jsem byla i já s mojí milovanou sestřičkou Kristýnou a naší maminkou Jitkou, tedy všechny holky Bokovky. Bylo to krásné focení! Poprvé v životě my tři pohromadě před fotoaparátem – když nepočítám domácí fotky. Maminka nás překvapila svým profesionálním přístupem a celkově to bylo pohlazení po duši!“





**MÝM
VZOREM V PÉČI
O KRÁSU JE MOJE
MÁMA. VŽDYCKY
SI NA SEBE
DOKÁZALA
NAJÍT ČAS.**

Setkávám se s nimi ale jen v rámci focení do časopisů. Ale abych je otravovala, když mám třeba premiéru, to ne. To si vystačím sama,“ přiznává Jenovéfa a dodává, že s péčí o pleť to má jak kdy. „Jsou dny, kdy se od rána do večera rozmazluju, dělám si masky a masáže... Ale někdy si na sebe jenom rychle něco napatlám a jdu. Co mám moc ráda, jsou pletové rollery z minerálů – ty jsem koupila mámě i ségře. My to máme tak, že když jedna z nás najde v kosmetice nebo péči něco super, tak si to pak vzájemně doporučujeme a musíme to mít všechny,“ usmívá se herečka a dodává, že se ráda nechává hýčkat v kosmetickém studiu Top Beauty. „Chodím ke kosmetičce Anděлке, její péče

BIODYNAMICKÁ PÉČE

„Miluju, když je kosmetika nejen funkční, ale soustředí se i na ekologii. Rakouská značka dieNikolai si mě proto získala – jde o rodinu vinařů, kteří pěstují vinnou révu bez používání chemických postřiků, a to v takové kvalitě, že se jim podařilo získat i přísný světový certifikát Demeter. Extrakty z vinných hroznů pak používají do svých kosmetických výrobků.“



je výjimečná, oblíbily si ji i některé moje herecké kolegyně, třeba Tereza Voříšková nebo Eliška Křenková,“ prozrazuje Jenovéfa a tip dává i na masážní studio Touch Therapy: „Nedávno si ho otevřely dvě mladé masérky, co se jezdí vzdělávat i do Indie, a dělají to moc dobře.“

KOUZLO NICNEDEĽÁNÍ

Pro dobrý pocit dělá herečka třeba to, že hodně spí a snaží se udělat si na sebe čas. „Povídám si taky někdy sama se sebou, to mi pomáhá. Snažím se o určitou vnitřní očistu, ale někdy mám v sobě chaos. Už jsem se ovšem naučila nezlobit se kvůli tomu na sebe a přijmout to. Občas třeba klidně proválím víkend v posteli, ale absolutně si to nevyčítám,“ svěruje se Jenovéfa a dodává, že zná spoustu lidí v jejím věku, kteří to neumějí a mají z nicneděláním výčitky. „Myslím, že na tom mají svůj podíl i sociální sítě. Skoro každý tam o sobě tvrdí, jak pořád něco podniká, jak se věnuje něčemu zajímavému, ale tohle pak vytváří na ostatní obrovský tlak. Lidi si pak myslí, že teda asi dělají málo nebo nejsou tak dobrý. Já třeba ráda dávám na Instagram to, že zrovna nic nedělám. Myslím si, že prostě není kam spěchat.“ ■

TEXT: MONIKA GRAFKOVÁ; FOTO: ABOUT LEATHER; (3) INSTAGRAM JENOVÉFY BOKOVÉ